

Dieta: D01 Dieta podstawowa**Śniadanie**

Jajo 1 Szt. *(3), Kielbasa Żywiecka 30g *(6, 9, 10), Pomidor 50G, Morele 1 Szt., Bułka Pszenna 1Szt. *(1), Chleb Baltona 35g *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1), Płatki

Obiad

Zupa chłodnik litewski z rzodkiewką 350g *(7), Zrazik mięsny z ryżem i warzywami 100g *(1, 3), Sos dyniowy *(Got.) 120g *(1, 7), Ziemniaki gotowane 200g, Brukselka mr. *(Got.) 150g

Kolacja

Ser Twarogowy Grani Szt *(7), Powidła Śliwkowe 1Szt., Sałatka ze świeżych warzyw z dressingiem ziołowym 100g *(10), Chleb Baltona 70g *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

Posiłek Nocny 20:00

Wafle Ryżowe 15G

Wartości odżywcze diety D01 Dieta podstawowa:

Wartość energetyczna 2 228,8079 kcal

Białko 98,3658 g

Tłuszcz 66,4712 g

Węglowodany 339,0350 g

Błonnik 39,6837 g

W tym cukry 55,3430 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 21,7611 g

Sód 1 616,6679 mg

Dieta: D02 Dieta łatwostrawna**Śniadanie**

Jajo 1 Szt. *(3), Szynkowa Drobiowa 30g, Pomidor Sparzony 50G, Banan Szt., Bułka Pszenna 1Szt. *(1), Chleb Kawiorek 70g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa 6g *(1), Płatki

Obiad

Zupa barszcz czerwony z makaronem 350g *(1, 3, 7, 9), Zrazik mięsny z ryżem i warzywami 100g *(1, 3), Sos dyniowy *(Got.) 120g *(1, 7), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 150g *(1, 7)

Kolacja

Filet Z Indyka Wędzono Parzony 50g, Ser Śmietankowy W Plastrach 1Szt *(7), Pomidor Sparzony 50G, Roszponka 5g, Chleb Kawiorek 120g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa 2g

Posiłek Nocny 20:00

Wafle Ryżowe 15G

Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:

Wartość energetyczna 2 278,7313 kcal

Białko 94,5008 g

Tłuszcz 61,6312 g

Węglowodany 356,8500 g

Błonnik 29,6927 g

W tym cukry 66,3620 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 25,7168 g

Sód 2 308,9869 mg

Dieta: D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Jajo 1 Szt. *(3), Szynek Drobiowa 50g, Pomidor Sparzony 50G, Morele 1 Szt., Chleb Razowy 100g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1), Płatki

Obiad

Zupa barszcz czerwony z makaronem 350g *(1, 3, 7, 9), Zrazik mięsny z ryżem i warzywami 100g *(1, 3), Sos dyniowy 60g *(Got.) 60g *(1, 7), Ziemniaki gotowane 200g, Brukselka mr. *(Got.) 150g

Podwieczorek

Kefir Naturalny 2% Szt. *(7)

Kolacja

Filet Z Indyka Wędzono Parzony 50g, Pomidor Sparzony 50G, Chleb Razowy 100g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

2 Kolacja Cukrzyca

Ser Śmietankowy W Plastrach 2Szt *(7), Sałatka ze świeżych warzyw z dressingiem ziołowym 100g *(10), Chleb Baltona 35g *(1), Masło 10G *(7)

Posiłek Nocny 20:00

Wafle Ryżowe 15G

Wartości odżywcze diety D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 161,6328 kcal

Białko 97,8048 g

Tłuszcz 62,4672 g

Węglowodany 331,4316 g

Błonnik 49,0270 g

W tym cukry 42,6088 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 26,0415 g

Sód 1 864,1566 mg

.....
sporządził

.....
zatwierdził

/Olszewski Krzysztof/

***Szczegółowy skład potraw dostępny w Dziale Żywnienia**

Dział Żywnienia zastrzega sobie prawo do zmiany jadłospisu.

** Sposób obróbki potrawy

* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

1	Gluten	2	Skorupiaki	3	Jaja (jadalne)
4	Ryba	5	Orzeszki ziemne	6	Białko sojowe
7	Białko mleka krowiego	8	Orzechy i nasiona	9	Seler
10	Musztarda/gorczyca	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyny i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza	P15	Albumina
P16	Ananas	P17	Arbuz	P18	Aspartam
P19	Banan	P20	Białko jaja kurzego	P21	Borówka
P22	Bób	P23	Brzoskwinia	P24	Cebula
P25	Cynamon	P26	Cytrynian	P27	Czekolada
P28	Czosnek	P29	Dodatek do żywności	P30	Dorsz
P31	Drób	P32	Figi	P33	Gałka muszkatołowa
P34	Glutaminian	P35	Goździk	P36	Grzyb

P37	Homar	P38	Imbir	P39	Jabłko
P40	Kalmar	P41	Kokos	P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab	P44	Krewetki	P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego	P47	Laktoza	P48	Maliny
P49	Małże	P50	Marchew	P51	Mąтва
P52	Melon	P53	Mięso	P54	Mięso czerwone
P55	Migdał	P56	Nabiał	P57	Nasiona
P58	Olej rybi	P59	Olejek migdałowy	P60	Orzech
P61	Orzech laskowy	P62	Orzech nerkowca	P63	Orzech włoski - orzech
P64	Orzeszki piniowe	P65	Ostryga	P66	Ośmiornica
P67	Owies	P68	Owoc	P69	Owoc cytrusowy
P70	Owoc kiwi	P71	Owoc mango	P72	Papryka
P73	Pistacja	P74	Pomarańcza - owoc	P75	Pomidor
P76	Pszenica	P77	Ryż	P78	Ser
P79	Skorupiak morski	P80	Sok jabłkowy	P81	Truskawka
P82	Tuńczyk	P83	Warzywa strączkowe	P84	Wieprzowina
P85	Wiśnia	P86	Zboża	P87	Ziarna soi
P88	Ziemniak	P89	Zioła i przyprawy	P90	Żyto
P91	Żywność na bazie mleka ssaków				

II_CZY_WK T

DRUKUJ_WO D

WARTOSC_KCAL_POS N