

Dieta: D01 Dieta podstawowa**Śniadanie**

Kiełbasa Krakowska Sucha 30g *(9, 10), Ser Żółty Wędzony Plaster 50g *(7), Ogórek Konserwowy 50g *(10), Kielki Lucerny 5g, Bułka Grahamka 1 Szt. *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Chleb Baltona 35g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa koperkowa z lanym ciastem 350g *(1, 3, 9), Podudzie z kurczaka gotowane *(Got.) 120g, Ryż biały gotowany *(Got.) 160g, Sos cytrynowo - pietruszkowy 120g *(1, 7, P26), Sur. z marchwi i jabłka 150g *(7)

Kolacja

Paszтет drobiowy z warzywami 60g *(3, 9), Ser Topiony Krążek 17,5G *(7), Papryka świeża 40g, Szpinak Baby, Chleb Baltona 70g *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

Posiłek Nocny 20:00

Jogurt Owocowy Bez Cukru *(7)

Wartości odżywcze diety D01 Dieta podstawowa:

Wartość energetyczna 2 092,6800 kcal

Białko 104,6770 g

Tłuszcz 76,3670 g

Węglowodany 268,0370 g

Błonnik 34,4700 g

W tym cukry 36,6660 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 32,0838 g

Sód 2 268,0010 mg

Dieta: D02 Dieta łatwostrawna**Śniadanie**

Polędwica Drobiowa 50g *(6), Ser Mozzarella Plaster *(7), Pomidor Sparzony 50G, Kielki Lucerny 5g, Bułka Pszenna 1Szt. *(1), Chleb Kawiorek 70g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa koperkowa z lanym ciastem 350g *(1, 3, 9), Podudzie z kurczaka gotowane *(Got.) 120g, Ryż biały gotowany *(Got.) 160g, Sos cytrynowo - pietruszkowy 120g *(1, 7, P26), Marchew plastry duet *(Got.) 150g

Kolacja

Paszтет drobiowy z warzywami 60g *(3, 9), Ser Tartare 1 Szt. *(7), Pomidor Sparzony 50G, Kielki Lucerny 5g, Chleb Kawiorek 120g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

Posiłek Nocny 20:00

Jogurt Owocowy Bez Cukru *(7)

Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:

Wartość energetyczna 2 134,8800 kcal

Białko 101,8320 g

Tłuszcz 78,6620 g

Węglowodany 271,9670 g

Błonnik 22,8450 g

W tym cukry 26,1210 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 28,6954 g

Sód 2 050,3100 mg

Dieta: D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Półdewica Drobiowa 50g *(6), Ser Mozzarella Plaster *(7), Pomidor Sparzony 50G, Kiełki Lucerny 5g, Bułka Grahamka 1 Szt. *(1), Chleb Razowy 70g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa koperkowa z lanym ciastem 350g *(1, 3, 9), Podudzie z kurczaka gotowane **(Got.) 120g, Ryż brązowy gotowany 160g, Sos cytrynowo - pietruszkowy 60g 60g *(1, 7), Sur. z marchwi i jabłka 150g *(7)

Podwieczorek

Wafle Ryżowe 15G

Kolacja

Paszтет drobiowy z warzywami 60g *(3, 9), Papryka świeża 40g, Chleb Razowy 100g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

2 Kolacja Cukrzyca

Ser Tartare 2 Szt. *(7), Kiełki Lucerny 5g, Chleb Baltona 35g *(1), Masło 10G *(7)

Posiłek Nocny 20:00

Jogurt Owocowy Bez Cukru *(7)

Wartości odżywcze diety D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 201,2560 kcal

Białko 100,8048 g

Tłuszcz 80,0600 g

Węglowodany 295,9810 g

Błonnik 47,8950 g

W tym cukry 36,5988 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 30,83712 g

Sód 1 577,5010 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 | Siarczyn i pochodna siarczynowa |
| 13 | Nasiona tulinu | 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 | Mątwą |
| 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