

Dieta: D01 Dieta podstawowa

Śniadanie

Ser kostka 80g 80g *(7), Powidła Śliwkowe 1Szt., Pomidor Papryczkowy 30g, Sałata 15g, Paluch Mleczny * (1, 3, 7), Chleb Razowy 35g *(1), Chleb Baltona 35g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem 350g *(1, 7, 9), Jajko z pieca *(Piecz.) 60g *(3), Ziemniaki gotowane 200g, Sos musztardowy 120g *(1, 7, 10), Fasolka szparagowa mix *(Got.) 150g

Kolacja

Pasta z ryby gotowanej 50g *(Got.) 50g *(4, P26), Ser Topiony Plastry 16,25 G *(7), Rzodkiewka 30G, Kielki Lucerny 5g, Chleb Baltona 70g *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

Posiłek Nocny 20:00

Mus Owocowy 120G

Wartości odżywcze diety D01 Dieta podstawowa:

Wartość energetyczna 1 825,6812 kcal
Białko 76,46905 g
Tłuszcz 49,6022 g
Węglowodany 284,5667 g
Błonnik 28,8262 g
W tym cukry 51,6908 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 20,1631 g
Sód 1 237,8675 mg

Dieta: D02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Ser Homogenizowany 100G *(7), Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Paluch Mleczny *(1, 3, 7), Chleb Kawiorek 70g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem 350g *(1, 7, 9), Ryba w ziołach *(Dusz.) 100g *(4), Ziemniaki gotowane 200g, Sos śmietanowo-jarzynowy 200g *(1, 7), Szpinak 150g *(1, 7)

Kolacja

Jajo 1 Szt. *(3), Miód Pszczeli 1 Szt., Pomidor Sparzony 50G, Kielki Lucerny 5g, Chleb Kawiorek 120g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

Posiłek Nocny 20:00

Mus Owocowy 120G

Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:

Wartość energetyczna 1 999,9518 kcal
Białko 86,6372 g
Tłuszcz 62,4949 g
Węglowodany 286,1579 g
Błonnik 23,0304 g
W tym cukry 59,4611 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 26,0445 g
Sód 1 425,3305 mg

Dieta: D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Ser Homogenizowany 100G *(7), Pomidor Papryczkowy 30g, Sałata 15g, Bułka Grahamka 1 Szt. *(1), Chleb Razowy 70g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem 350g *(1, 7, 9), Ryba w ziołach **(Dusz.) 100g *(4), Ziemniaki gotowane 200g, Sos śmietanowo jarzynowy 100g 100g *(1, 7), Fasolka szparagowa mix **(Got.) 150g

Podwieczorek

Sok Pomidorowy Szt.

Kolacja

Jajo 1 Szt. *(3), Rzodkiewka 30G, Chleb Razowy *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

2 Kolacja Cukrzyca

Ser Mozzarella Plaster *(7), Kielki Lucerny 5g, Chleb Baltona 35g *(1), Masło 10G *(7)

Posiłek Nocny 20:00

Mus Owocowy 120G

Wartości odżywcze diety D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 034,8118 kcal
Białko 87,9662 g
Tłuszcz 68,1709 g
Węglowodany 288,9719 g
Błonnik 43,6654 g
W tym cukry 49,0681 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 31,0298 g
Sód 1 423,5115 mg

.....
sporządził

.....
zatwierdził

/Olszewski Krzysztof/

*Szczegółowy skład potraw dostępny w Dziale Żywienia

Dział Żywienia 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 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
P46 Kwas tłuszczowy omega-3
pochodzenia rybnego
P49 Małże
P52 Melon
P55 Migdał
P58 Olej rybi
P61 Orzech laskowy
P64 Orzeszki piniowe
P67 Owies
P70 Owoc kiwi
P73 Pistacja
P76 Pszenica
P79 Skorupiak morski
P82 Tuńczyk
P85 Wiśnia
P88 Ziemniak
P91 Żywność na bazie mleka
ssaków

P44 Krewetki
P47 Laktoza
P50 Marchew
P53 Mięso
P56 Nabiał
P59 Olejek migdałowy
P62 Orzech nerkowca
P65 Ostryga
P68 Owoc
P71 Owoc mango
P74 Pomarańcza - owoc
P77 Ryż
P80 Sok jabłkowy
P83 Warzywa strączkowe
P86 Zboża
P89 Zioła i przyprawy

P45 Kukurydza
P48 Maliny
P51 Mątwą
P54 Mięso czerwone
P57 Nasiona
P60 Orzech
P63 Orzech włoski - orzech
P66 Ośmiornica
P69 Owoc cytrusowy
P72 Papryka
P75 Pomidor
P78 Ser
P81 Truskawka
P84 Wieprzowina
P87 Ziarna soi
P90 Żyto

II_CZY_WK T

DRUKUJ_WO D

WARTOSC_KCAL_POS N