

Dieta: D01 Dieta podstawowa**Śniadanie**

Ser Topiony 50G *(7), Polędwica Sopotka 30g, Pomidor 50G, Sałata 15g, 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 krem z brokuł 350g *(1, 7, 9), Kurczak w sosie curry 200g *(1, 7, 9), Ryż biały gotowany *(Got.) 160g, Groszek zielony 150g

Kolacja

Pasta z sera i buraka 50g 50g *(7, P26), Schab Pieczony 30g, Rzodkiewka 30G, Sałata 15g, Chleb Baltona 70g *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

Posiłek Nocny 20:00

Sok Wielowarzywny Szt. *(9)

Wartości odżywcze diety D01 Dieta podstawowa:

Wartość energetyczna 1 949,3540 kcal
Białko 95,38839 g
Tłuszcz 51,66581 g
Węglowodany 295,3933 g
Błonnik 41,8784 g
W tym cukry 32,6166 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 26,48244 g
Sód 2 791,4360 mg

Dieta: D02 Dieta łatwostrawna**Śniadanie**

Ser kostka 60g 60g *(7), Filet Z Indyka Wędzono Parzony 30g, Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Bułka Pszenka 1Szt. *(1), Chleb Kawiorek 70g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa krem z brokuł 350g *(1, 7, 9), Potrawka z kurczaka *(Got.) 200g *(1, 7), Ryż biały gotowany *(Got.) 160g, Marchew gotowana falista 150g

Kolacja

Pasta z sera i buraka 50g 50g *(7, P26), Szyńka Drobiowa 30g, Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Chleb Kawiorek 120g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

Posiłek Nocny 20:00

Sok Wielowarzywny Szt. *(9)

Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:

Wartość energetyczna 1 856,9658 kcal
Białko 94,5859 g
Tłuszcz 44,7805 g
Węglowodany 287,4178 g
Błonnik 24,2761 g
W tym cukry 36,5695 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 19,52919 g
Sód 2 847,7394 mg

Dieta: D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Ser kostka 60g 60g *(7), Filet Z Indyka Wędzono Parzony 30g, Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Bułka Grahamka 1 Szt. *(1), Chleb Razowy 70g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa krem z brokuł 350g *(1, 7, 9), Kurczak w sosie curry 200g *(1, 7, 9), Ryż brązowy gotowany 160g, Groszek zielony 150g

Podwieczorek

Zsiadłe Mleko 1Szt. *(7)

Kolacja

Pasta z sera i buraka 50g 50g *(7, P26), Rzodkiewka 30G, Chleb Razowy 100g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

2 Kolacja Cukrzyca

Szynka Drobiowa 50g, Sałata 15g, Chleb Baltona 35g *(1), Masło 10G *(7)

Posiłek Nocny 20:00

Sok Wielowarzywny Szt. *(9)

Wartości odżywcze diety D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 192,3940 kcal
Białko 118,70239 g
Tłuszcz 56,24081 g
Węglowodany 327,2083 g
Błonnik 53,3884 g
W tym cukry 44,9066 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 22,00684 g
Sód 2 373,2960 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
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

P41 Kokos
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

P42 Koncentrat białek jaja kurzego
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