

**Dieta: D01 Dieta podstawowa****Śniadanie**

Parówka Drobiowa Na Ciepło 2 Szt. \*(6), Miód Pszczeli 1 Szt., Ogórek Kiszony 50g, Kielki Lucerny 5g, Chleb Razowy 35g \*(1), Chleb Bałtona 70g \*(1), Masło 10G \*(7), Mleko 2% 150ml \*(7), Kawa Zbożowa \*(1)

**Obiad**

Zupa krem z warzyw 350g \*(1, 7, 9), Podudzie drobiowe pieczone \*(Piecz.) 120g, Sos pieczeniowy 120g \*(1), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z kapusty białej i marchwi 150g

**Kolacja**

Ser Topiony 50G \*(7), Polędwica Sopotcka 30g, Pomidor 50G, Sałata 15g, Chleb Bałtona 70g \*(1), Chleb Razowy 35g \*(1), Masło 10G \*(7), Herbata Ekspresowa

**Posiłek Nocny 20:00**

Ciastka Zbożowe Bez Cukru 4Szt. \*(1, 6, 8)

**Wartości odżywcze diety D01 Dieta podstawowa:**

Wartość energetyczna 2 274,5514 kcal  
Białko 100,8460 g  
Tłuszcz 84,4310 g  
Węglowodany 298,7400 g  
Błonnik 34,0640 g  
W tym cukry 53,8700 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 32,6296 g  
Sód 3 236,2110 mg

**Dieta: D02 Dieta łatwostrawna****Śniadanie**

Parówka Drobiowa Na Ciepło 2 Szt. \*(6), Miód Pszczeli 1 Szt., Pomidor Sparzony 50G, Kielki Lucerny 5g, Chleb Kawiorek 120g \*(1), Masło 10G \*(7), Mleko 2% 150ml \*(7), Kawa Zbożowa \*(1)

**Obiad**

Zupa krem z warzyw 350g \*(1, 7, 9), Schab gotowany \*(Got.) 60g, Ziemniaki gotowane 200g, Sos koperkowy 120g \*(1, 7), Marchew plastry duet \*(Got.) 150g

**Kolacja**

Polędwica Sopotcka 50g, Ser Porcyjny Haga 1 Szt. \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Chleb Kawiorek 120g \*(1), Masło 10G \*(7), Herbata Ekspresowa

**Posiłek Nocny 20:00**

Ciastka Zbożowe Bez Cukru 4Szt. \*(1, 6, 8)

**Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:**

Wartość energetyczna 2 256,4920 kcal  
Białko 101,3450 g  
Tłuszcz 76,9520 g  
Węglowodany 312,9730 g  
Błonnik 26,3980 g  
W tym cukry 46,6954 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 29,7093 g  
Sód 3 108,4500 mg

## Dieta: D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

### Śniadanie

Parówka Drobiowa Na Ciepło 2 Szt. \*(6), Ser Tartare 1 Szt. \*(7), Ogórek Kiszony 50g, Kiełki Lucerny 5g, Chleb Razowy 100g \*(1), Masło 10G \*(7), Mleko 2% 150MI \*(7), Kawa Zbożowa \*(1)

### Obiad

Zupa krem z warzyw 350g \*(1, 7, 9), Schab gotowany \*\*(Got.) 60g, Ziemniaki gotowane 200g, Sos koperkowy 60g 60g \*(1, 7), Surówka z kapusty białej i marchwi 150g

### Podwieczorek

Kefir Naturalny 2% Szt. \*(7)

### Kolacja

Polędwica Sopocka 50g, Ser Porcyjny Haga 1 Szt. \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Chleb Razowy 100g \*(1), Masło 10G \*(7), Herbata Ekspresowa

### 2 Kolacja Cukrzyca

Ser Śmietankowy W Plastrach 1Szt \*(7), Sałata 15g, Chleb Baltona 35g \*(1), Masło 10G \*(7)

### Posiłek Nocny 20:00

Ciastka Zbożowe Bez Cukru 4Szt. \*(1, 6, 8)

#### Wartości odżywcze diety D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 308,2938 kcal

Białko 105,6700 g

Tłuszcz 87,2570 g

Węglowodany 304,3180 g

Błonnik 42,6380 g

W tym cukry 45,0454 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 40,2888 g

Sód 2 676,2100 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                                        | 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