

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

Parówka Z Szynki Na Ciepło 2Szt., Ser Topiony Plastry 16,25 G \*(7), Pomidor 50G, Morele 1 Szt., Chleb Baltona 70g \*(1), Chleb Razowy 35g \*(1), Masło 10G \*(7), Mleko 2% 150ML \*(7), Kawa Zbożowa \*(1), Płatki

**Obiad**

Zupa kalafiorowa 350g \*(1, 7, 9), Sos śmietanowo-szpinakowy z kurczakiem-dietetyczny 200g \*(1, 7), Makaron świder gotowany \*(Got.) 160g \*(1, 3), Marchew MINI \*(Got.) 150g \*(1)

**Kolacja**

Ogonówka 50g \*(6, 9), Ser Porcyjny Haga 1 Szt. \*(7), Pomidor Papryczkowy 30g, Sałata 15g, 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 2 106,5579 kcal  
Białko 99,64285 g  
Tłuszcz 71,3665 g  
Węglowodany 286,0571 g  
Błonnik 33,4872 g  
W tym cukry 24,9009 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 32,0292 g  
Sód 2 903,2920 mg

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

Polędwica Drobiowa 50g \*(6), Ser Mozzarella Plaster \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Banan Szt., Chleb Kawiorek 120g \*(1), Masło 10G \*(7), Mleko 2% 150ML \*(7), Kawa Zbożowa 6g \*(1), Płatki

**Obiad**

Zupa krupnik jęczmienny 350g \*(1, 7, 9), Sos śmietanowo-szpinakowy z kurczakiem-dietetyczny 200g \*(1, 7), Makaron świder gotowany \*(Got.) 160g \*(1, 3), Marchew MINI \*(Got.) 150g \*(1)

**Kolacja**

Filet Z Indyka Wędzono Parzony 30g, Ser Porcyjny Haga 2 Szt. \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Chleb Kawiorek 120g \*(1), Masło 10G \*(7), Herbata Ekspresowa 2g

**Posiłek Nocny 20:00**

Jogurt Owocowy Bez Cukru \*(7)

**Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:**

Wartość energetyczna 2 290,1899 kcal  
Białko 101,2401 g  
Tłuszcz 66,1880 g  
Węglowodany 343,3581 g  
Błonnik 27,2052 g  
W tym cukry 58,4438 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 29,7425 g  
Sód 2 479,9810 mg

## Dieta: D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

### Śniadanie

Półdewica Drobiowa 50g \*(6), Ser Mozzarella Plaster \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Morele 1 Szt., Chleb Razowy 100g \*(1), Masło 10G \*(7), Mleko 2% 150ml \*(7), Kawa Zbożowa \*(1), Płatki

### Obiad

Zupa krupnik jęczmienny 350g \*(1, 7, 9), Sos śmietanowo-szpinakowy z kurczakiem-dietetyczny 200g \*(1, 7), Makaron pełnoziarnisty gotowany \*(Got.) 160g \*(1, 3), Sur. z marchwi i jabłka 150g \*(7)

### Podwieczorek

Mus Owocowy 120G

### Kolacja

Filet Z Indyka Wędzono Parzony 50g, Pomidor Papryczkowy 30g, Chleb Razowy 100g \*(1), Masło 10G \*(7), Herbata Ekspresowa

### 2 Kolacja Cukrzyca

Ser Porcyjny Haga 2 Szt. \*(7), Sałata 15g, 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 2 195,2740 kcal

Białko 98,0150 g

Tłuszcz 67,6150 g

Węglowodany 322,9370 g

Błonnik 44,9490 g

W tym cukry 47,2488 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 32,2599 g

Sód 1 916,3800 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  
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 Mąta  
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