

Dieta: D01 Dieta podstawowa**Śniadanie**

Schab Pieczony 50g, Ser Topiony Krążek 17,5G *(7), Pomidor 50G, Sałata 15g, Chleb Baltona 70g *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa brokułowa 350g *(7, 9), Strogonow z szynki 200g *(1, 10), Kluski pszenne *(Got.) 300g *(1, 3, 7), Surówka Colesław 150g *(3, 10)

Kolacja

Blok Szynkowy 50g *(9), Ser Porcyjny Haga 1 Szt. *(7), Rzodkiewka 30G, Kielki Lucerny 5g, 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 2 204,0340 kcal
Białko 94,1898 g
Tłuszcz 72,5650 g
Węglowodany 320,0357 g
Błonnik 35,0057 g
W tym cukry 40,8689 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 26,9164 g
Sód 2 096,1790 mg

Dieta: D02 Dieta łatwostrawna**Śniadanie**

Szynka Drobiowa 50g, Ser Porcyjny Haga 1 Szt. *(7), Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Chleb Kawiorek 120g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa 6g *(1)

Obiad

Zupa brokułowa 350g *(7, 9), Gulasz wieprzowy *(Dusz.) 200g *(1, 7), Ziemniaki gotowane 200g, Buraki gotowane *(Got.) 150g

Kolacja

Pasta z sera i tuńczyka z koperkiem-dieta 50g 50g *(4, 7), Szynka Gotowana 30g *(6), Pomidor Sparzony 50G, Szpinak Baby 5g, 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 1 960,3143 kcal
Białko 96,8930 g
Tłuszcz 68,5220 g
Węglowodany 254,7751 g
Błonnik 24,0900 g
W tym cukry 40,3495 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 27,4748 g
Sód 2 302,0605 mg

Dieta: D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Szynka Drobiowa 50g, Ser Porcyjny Haga 1 Szt. *(7), Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Chleb Razowy 100g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa brokułowa 350g *(7, 9), Gulasz wieprzowy **(Dusz.) 200g *(1, 7), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka Colesław 150g *(3, 10)

Podwieczorek

Sok Wielowarzywny Szt. *(9)

Kolacja

Pasta z sera i tuńczyka z koperkiem-dieta 50g 50g *(4, 7), Szynka Gotowana 30g *(6), Rzodkiewka 30G, Chleb Razowy 100g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

2 Kolacja Cukrzyca

Ser Mozzarella Plaster *(7), Szpinak Baby 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 2 005,9120 kcal
Białko 97,6780 g
Tłuszcz 70,8510 g
Węglowodany 269,3420 g
Błonnik 46,2358 g
W tym cukry 42,3624 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 32,3348 g
Sód 2 431,2060 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 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