

Dieta: D01 Dieta podstawowa**Śniadanie**

Parówka Z Szynki Na Ciepło 2Szt., Ser Porcyjny Haga 1 Szt. *(7), Pomidor 50G, Ogórek Kiszony 50g, Chleb Baltona 70g *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150Ml *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa ogórkowa 350g *(1, 7, 9), Sos myśliwski z kielbasą 200g *(1, 6, 9, 10), Kasza jęczmienna gotowana 160g *(1), Sałatka z buraków i cebuli 150g

Kolacja

Ser Homogenizowany 100G *(7), Dżem 1Szt, Sałatka ze świeżych warzyw z dressingiem ziołowym 100g *(10), Chleb Baltona 70g *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

Posiłek Nocny 20:00

Skyr Owocowy Szt.

Wartości odżywcze diety D01 Dieta podstawowa:

Wartość energetyczna 2 164,8832 kcal
Białko 87,1564 g
Tłuszcz 87,0315 g
Węglowodany 280,4026 g
Błonnik 28,7811 g
W tym cukry 57,0460 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 38,68839 g
Sód 3 861,1452 mg

Dieta: D02 Dieta łatwostrawna**Śniadanie**

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

Obiad

Zupa koperkowa z kaszką manną 350g *(1, 9), Szynka bez kości gotowana *(Got.) 60g, Sos pietruszkowy 120g *(1, 7), Kasza jęczmienna gotowana 160g *(1), Buraki gotowane *(Got.) 150g

Kolacja

Serek Wiejski Lekki Naturalny *(7), Dżem 1Szt, Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Chleb Kawiorek 120g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa 2g

Posiłek Nocny 20:00

Skyr Owocowy Szt.

Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:

Wartość energetyczna 2 047,2623 kcal
Białko 104,2800 g
Tłuszcz 60,9250 g
Węglowodany 284,0261 g
Błonnik 18,1960 g
W tym cukry 51,8561 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 25,2053 g
Sód 2 201,8577 mg

Dieta: D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Szynkowa Drobiowa 50g, Ser Tartare 1 Szt. *(7), Pomidor Sparzony 50G, Ogórek Kiszony 50g, Chleb Razowy 100g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150Ml *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa koperkowa z kaszką manną 350g *(1, 9), Szynka bez kości gotowana **(Got.) 60g, Kasza jęczmienna gotowana 160g *(1), Sos pietruszkowy 60g 60g *(1, 7), Surówka z selera Cukrzyca 150g *(3, 7, 9, 10)

Podwieczorek

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

Kolacja

Serek Wiejski Lekki Naturalny *(7), Sałatka ze świeżych warzyw z dressingiem ziołowym 100g *(10), Chleb Razowy 100g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

2 Kolacja Cukrzyca

Filet Z Indyka Wędzono Parzony 30g, Sałata 15g, Chleb Baltona 35g *(1), Masło 10G *(7)

Posiłek Nocny 20:00

Jogurt Naturalny 1Szt. *(7)

Wartości odżywcze diety D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 236,7154 kcal
Białko 106,6458 g
Tłuszcz 75,7178 g
Węglowodany 307,7290 g
Błonnik 42,1764 g
W tym cukry 36,6498 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 29,57598 g
Sód 2 325,1180 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