

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

Ser Żółty Niskotłuszczowy Plaster, Połędwica Drobiowa 30g \*(6), Pomidor 50G, Ogórek Kiszony 50g, Chleb Razowy 35g \*(1), Chleb Baltona 70g \*(1), Masło 10G \*(7), Mleko 2% 150ml \*(7), Kawa Zbożowa \*(1)

**Obiad**

Zupa rosół z makaronem 350g \*(1, 3, 9), Schab gotowany \*\*(Got.) 60g, Sos chrzanowy 120g \*(1, 7), Ziemniaki gotowane 200g, Sałatka z buraków i cebuli 150g

**Kolacja**

Jajo 1 Szt. \*(3), Szynka Konserwowa 30g, Pomidor 50G, Szpinak Baby, Chleb Baltona 70g \*(1), Chleb Razowy 35g \*(1), Masło 10G \*(7), Herbata Ekspresowa

**Posiłek Nocny 20:00**

Sok Pomidorowy 300ml

**Wartości odżywcze diety D01 Dieta podstawowa:**

Wartość energetyczna 2 033,1992 kcal  
Białko 101,0390 g  
Tłuszcz 82,7580 g  
Węglowodany 246,8280 g  
Błonnik 28,5890 g  
W tym cukry 41,0700 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 19,5698 g  
Sód 2 506,5910 mg

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

Parówka Drobiowa Na Ciepło 2 Szt. \*(6), Ser Śmietankowy W Plastrach 1Szt \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Chleb Kawiorek 120g \*(1), Masło 10G \*(7), Mleko 2% 150ml \*(7), Kawa Zbożowa \*(1)

**Obiad**

Zupa rosół z makaronem 350g \*(1, 3, 9), Schab gotowany \*\*(Got.) 60g, Ziemniaki gotowane 200g, Sos pietruszkowy 120g \*(1, 7), Buraki gotowane \*\*(Got.) 150g

**Kolacja**

Ser kostka 60g 60g \*(7), Szynka Konserwowa 30g, Pomidor Sparzony 50G, Sałata Lodowa 20g, Chleb Kawiorek 120g \*(1), Masło 10G \*(7), Herbata Ekspresowa

**Posiłek Nocny 20:00**

Sok Pomidorowy 300ml

**Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:**

Wartość energetyczna 1 984,2385 kcal  
Białko 108,4560 g  
Tłuszcz 63,2810 g  
Węglowodany 262,6141 g  
Błonnik 20,7780 g  
W tym cukry 40,2841 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 26,1921 g  
Sód 3 449,3305 mg

## Dieta: D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

### Śniadanie

Parówka Drobiowa Na Ciepło 2 Szt. \*(6), Ser Śmietankowy W Plastrach 1Szt \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Ogórek Kiszony 50g, Chleb Razowy 100g \*(1), Masło 10G \*(7), Mleko 2% 150MI \*(7), Kawa Zbożowa \*(1)

### Obiad

Zupa rosół z makaronem 350g \*(1, 3, 9), Schab gotowany \*\*(Got.) 60g, Ziemniaki gotowane 200g, Sos pietruszkowy 60g 60g \*(1, 7), Groszek zielony 150g

### Podwieczorek

Jabłko Szt.

### Kolacja

Ser kostka 60g 60g \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Chleb Razowy 100g \*(1), Masło 10G \*(7), Herbata Ekspresowa

### 2 Kolacja Cukrzyca

Szynka Konserwowa 50g, Sałata Lodowa 20g, Chleb Baltona 35g \*(1), Masło 10G \*(7)

### Posiłek Nocny 20:00

Sok Pomidorowy 300MI

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

Wartość energetyczna 2 087,5980 kcal  
Białko 118,9018 g  
Tłuszcz 64,3388 g  
Węglowodany 288,1830 g  
Błonnik 46,1424 g  
W tym cukry 40,8938 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 28,13288 g  
Sód 3 090,7580 mg

.....

.....

sporządził

zatwierdził

/Zandecka-Żowciuk Agnieszka/

#### \*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