

Dieta: D01 Dieta podstawowa**Śniadanie**

Ser kostka 60g 60g *(7), Schab Pieczony 30g, Papryka świeża 40g, Sałata 15g, Chleb Baltona 70g *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150ml *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa krupnik ryżowy 350g *(9), Pulpet mięsno - szpinakowy 80g *(3), Makaron pełnoziarnisty gotowany *(Got.) 160g *(1, 3), Sos dyniowy *(Got.) 120g *(1, 7), Fasolka szparagowa mix *(Got.) 150g

Kolacja

Szynka Drobiowa 50g, Ser Topiony Krążek 17,5G *(7), Pomidor 50G, Kiełki Lucerny 5g, Chleb Baltona 70g *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

Posiłek Nocny 20:00

Mus Owocowy 120G

Wartości odżywcze diety D01 Dieta podstawowa:

Wartość energetyczna 2 009,1473 kcal
Białko 92,3844 g
Tłuszcz 71,5940 g
Węglowodany 272,2957 g
Błonnik 27,7198 g
W tym cukry 38,7724 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 21,49129 g
Sód 1 699,6099 mg

Dieta: D02 Dieta łatwostrawna**Śniadanie**

Ser kostka 60g 60g *(7), Schab Pieczony 30g, Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Chleb Kawiorek 120g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150ml *(7), Kawa Zbożowa 6g *(1)

Obiad

Zupa krupnik ryżowy 350g *(9), Pulpet mięsno - szpinakowy 80g *(3), Makaron świder gotowany *(Got.) 160g *(1), Sos dyniowy *(Got.) 120g *(1, 7), Brokuły mr. *(Got.) 150g

Kolacja

Szynka Drobiowa 50g, Ser Mozzarella Plaster *(7), Pomidor Sparzony 50G, Kiełki Lucerny 5g, Chleb Kawiorek 120g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa 2g

Posiłek Nocny 20:00

Mus Owocowy 120G

Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:

Wartość energetyczna 2 036,5300 kcal
Białko 102,2897 g
Tłuszcz 64,6287 g
Węglowodany 278,7388 g
Błonnik 19,8735 g
W tym cukry 39,6424 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 22,1516 g
Sód 2 029,2201 mg

Dieta: D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Ser kostka 60g 60g *(7), Schab Pieczony 30g, Papryka świeża 40g, Sałata 15g, Chleb Razowy 100g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150Ml *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa krupnik ryżowy 350g *(9), Pulpet mięsno - szpinakowy 80g *(3), Makaron pełnoziarnisty gotowany ** (Got.) 160g *(1, 3), Sos dyniowy 60g *(Got.) 60g *(1, 7), Fasolka szparagowa mix *(Got.) 150g

Podwieczorek

Mus Owocowy 120G

Kolacja

Szynka Drobiowa 50g, Pomidor Sparzony 50G, Chleb Razowy 100g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

2 Kolacja Cukrzyca

Ser Mozzarella Plaster 2 Szt. *(7), Kiełki Lucerny 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 2 010,7775 kcal

Białko 105,0050 g

Tłuszcz 58,5636 g

Węglowodany 285,4607 g

Błonnik 39,4162 g

W tym cukry 42,7700 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 26,0179 g

Sód 1 327,0003 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 Mątwą
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