

Dieta: D01 Dieta podstawowa**Śniadanie**

Szynkowa Drobiowa 50g, Ser Żółty Plaster *(7), Papryka świeża 40g, Sałata Lodowa 20g, Chleb Baltona 70g *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150ml *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350g *(1, 7, 9), Potrawka z kurczaka *(Got.) 200g *(1, 7), Ryż biały gotowany *(Got.) 160g, Marchewka z groszkiem *(Got.) 150g *(1), Herbata Owocowa 1Szt.

Kolacja

Ser Topiony 50G *(7), Powidła Śliwkowe 1Szt., Ogórek Kiszony 50g, Kielki Lucerny 5g, Chleb Baltona 70g *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

Posiłek Nocny 20:00

Sok Pomidorowy Szt.

Wartości odżywcze diety D01 Dieta podstawowa:

Wartość energetyczna 2 016,8600 kcal
Białko 85,8870 g
Tłuszcz 52,4141 g
Węglowodany 320,5429 g
Błonnik 33,5631 g
W tym cukry 51,0465 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 29,6649 g
Sód 2 911,4083 mg

Dieta: D02 Dieta łatwostrawna**Śniadanie**

Szynkowa Drobiowa 50g, Ser Mozzarella Plaster *(7), Pomidor Sparzony 50G, Sałata Lodowa 20g, Chleb Kawiorek 120g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150ml *(7), Kawa Zbożowa 6g *(1)

Obiad

Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350g *(1, 7, 9), Potrawka z kurczaka *(Got.) 200g *(1, 7), Ryż biały gotowany *(Got.) 160g, Marchew plastry duet *(Got.) 150g, Herbata Owocowa 1Szt.

Kolacja

Ser kostka 80g 80g *(7), Dżem 1Szt, Pomidor Sparzony 50G, Kielki Lucerny 5g, Chleb Kawiorek 120g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa 2g

Posiłek Nocny 20:00

Sok Pomidorowy Szt.

Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:

Wartość energetyczna 2 008,0376 kcal
Białko 97,7329 g
Tłuszcz 49,4914 g
Węglowodany 312,4797 g
Błonnik 23,9680 g
W tym cukry 41,5406 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 20,8604 g
Sód 2 547,2214 mg

Dieta: D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Szynkowa Drobiowa 50g, Ser Mozzarella Plaster *(7), Ser Porcyjny Haga 1 Szt. *(7), Papryka świeża 40g, Sałata Lodowa 20g, Chleb Razowy 100g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150Ml *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350g *(1, 7, 9), Potrawka z kurczaka **(Got.) 200g *(1, 7), Ryż brązowy gotowany 160g, Surówka z marchwi i chrzanu 150g *(7), Herbata Owocowa 1Szt.

Podwieczorek

Kefir Naturalny 2% Szt. *(7)

Kolacja

Ser kostka 80g 80g *(7), Ogórek Kiszony 50g, Chleb Razowy 100g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

2 Kolacja Cukrzyca

Szynka Gotowana 30g *(6), Kielki Lucerny 5g, Chleb Baltona 35g *(1), Masło 10G *(7)

Posiłek Nocny 20:00

Sok Pomidorowy Szt.

Wartości odżywcze diety D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 003,5270 kcal
Białko 102,6112 g
Tłuszcz 58,5352 g
Węglowodany 296,8317 g
Błonnik 46,4070 g
W tym cukry 49,1993 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 30,7096 g
Sód 2 591,9687 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