

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

Ser Żółty Plaster 50g \*(7), Kielbasa Żywiecka 30g \*(6, 9, 10), Pomidor 50G, Kielki Lucerny 5g, Chleb Baltona 70g \*(1), Chleb Razowy 35g \*(1), Masło 10G \*(7), Mleko 2% 150MI \*(7), Kawa Zbożowa \*(1)

**Obiad**

Zupa ziemniaczana 350g \*(1, 7, 9), Łazanki z kielbasą, boczkiem i kapustą kiszoną \*(Dusz.) 350g \*(1, 3, 6, 9, 10), Jabłko Szt.

**Kolacja**

Pasta z sera i tuńczyka 50g- I 50g \*(3, 4, 7, 10), Schab Pieczony 30g, Papryka Konserwowa 30G, Roszponka 5g, Chleb Baltona 70g \*(1), Chleb Razowy 35g \*(1), Masło 10G \*(7), Herbata Ekspresowa

**Posiłek Nocny 20:00**

Serek Wiejski Lekki Naturalny \*(7)

**Wartości odżywcze diety D01 Dieta podstawowa:**

Wartość energetyczna 2 010,2052 kcal  
Białko 106,2385 g  
Tłuszcz 86,2159 g  
Węglowodany 312,1240 g  
Błonnik 25,8153 g  
W tym cukry 36,7980 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 34,22995 g  
Sód 2 953,0120 mg

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

Szynka Gotowana 50g \*(6), Ser Śmietankowy W Plastrach 1Szt \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Kielki Lucerny 5g, Chleb Kawiorek 120g \*(1), Masło 10G \*(7), Mleko 2% 150MI \*(7), Kawa Zbożowa 6g \*(1)

**Obiad**

Zupa ziemniaczana 350g \*(1, 7, 9), Sos brokułowo-śmietanowy z kurczakiem \*(Dusz.) 200g \*(1, 7), Makaron świder gotowany \*(Got.) 160g \*(1), Marchew gotowana 150g \*(7)

**Kolacja**

Jajko z pieca \*(Piecz.) 60g \*(3), Schab Pieczony 30g, Pomidor Sparzony 50G, Roszponka 5g, Chleb Kawiorek 120g \*(1), Masło 10G \*(7), Herbata Ekspresowa 2g

**Posiłek Nocny 20:00**

Serek Wiejski Lekki Naturalny \*(7)

**Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:**

Wartość energetyczna 2 064,2488 kcal  
Białko 106,7619 g  
Tłuszcz 66,1136 g  
Węglowodany 274,0868 g  
Błonnik 17,9490 g  
W tym cukry 29,2909 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 28,2406 g  
Sód 2 538,0623 mg

## Dieta: D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

### Śniadanie

Szynka Gotowana 50g \*(6), Ser Śmietankowy W Plastrach 1Szt \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Kiełki Lucerny 5g, Chleb Razowy 100g \*(1), Masło 10G \*(7), Mleko 2% 150Ml \*(7), Kawa Zbożowa \*(1)

### Obiad

Zupa ziemniaczana 350g \*(1, 7, 9), Sos brokułowo-śmietanowy z kurczakiem \*\*(Dusz.) 200g \*(1, 7), Makaron pełnoziarnisty gotowany \*(Got.) 160g \*(1, 3), Surówka z kapusty pekińskiej i kukurydzy 150g \*(3, 10)

### Podwieczorek

Jabłko Szt.

### Kolacja

Jajko z pieca \*(Piecz.) 60g \*(3), Pomidor Sparzony 50G, Chleb Razowy 100g \*(1), Masło 10G \*(7), Herbata Ekspresowa

### 2 Kolacja Cukrzyca

Schab Pieczony 50g, Roszponka 5g, Chleb Baltona 35g \*(1), Masło 10G \*(7)

### Posiłek Nocny 20:00

Serek Wiejski Lekki Naturalny \*(7)

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

Wartość energetyczna 2 171,3676 kcal

Białko 105,4363 g

Tłuszcz 75,4678 g

Węglowodany 288,5890 g

Błonnik 37,2938 g

W tym cukry 41,6857 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 31,9802 g

Sód 1 860,2371 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  | Siarczyny 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