

Dieta: D01 Dieta podstawowa**Śniadanie**

Ser Żółty Plaster 50g *(7), Szynka Konserwowa 30g, Pomidor 50G, Sałata 15g, Chleb Razowy 35g *(1), Chleb Baltona 70g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa koperkowa z lanym ciastem 350g *(1, 3, 9), Udziec drobiowy gotowany *(Got.) 120g, Sos potrawkowy 120g *(1, 7, P26), Ziemniaki gotowane 200g, Bukiet warzyw *(Got.) 150g

Kolacja

Filet Z Indyka Wędzono Parzony 50g, Ser Topiony Krążek 17,5G *(7), Pomidor 50G, Ogórek Kiszony 50g, Chleb Baltona 70g *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

Posiłek Nocny 20:00

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

Wartości odżywcze diety D01 Dieta podstawowa:

Wartość energetyczna 2 083,4207 kcal
Białko 101,9780 g
Tłuszcz 80,7620 g
Węglowodany 261,8050 g
Błonnik 29,9370 g
W tym cukry 27,2570 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 31,6456 g
Sód 2 476,2610 mg

Dieta: D02 Dieta łatwostrawna**Śniadanie**

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

Obiad

Zupa koperkowa z lanym ciastem 350g *(1, 3, 9), Udziec drobiowy gotowany *(Got.) 120g, Ziemniaki gotowane 200g, Sos potrawkowy 120g *(1, 7, P26), Bukiet warzyw *(Got.) 150g

Kolacja

Filet Z Indyka Wędzono Parzony 50g, Ser Porcyjny Haga 1 Szt. *(7), Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Chleb Kawiorek 120g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

Posiłek Nocny 20:00

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

Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:

Wartość energetyczna 2 126,2689 kcal
Białko 108,0050 g
Tłuszcz 72,0531 g
Węglowodany 281,2590 g
Błonnik 22,1070 g
W tym cukry 29,2434 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 26,7925 g
Sód 2 207,9000 mg

Dieta: D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Ser kostka 60g 60g *(7), Szynka Konserwowa 30g, Jogurt Owocowy Bez Cukru *(7), Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Chleb Razowy 100g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150ml *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa koperkowa z lanym ciastem 350g *(1, 3, 9), Udziec drobiowy gotowany *(Got.) 120g, Ziemniaki gotowane 200g, Sos potrawkowy 120g *(1, 7, P26), Sur. z marchwi i jabłka 150g *(7)

Podwieczorek

Sok Pomidorowy Szt.

Kolacja

Filet Z Indyka Wędzono Parzony 50g, Pomidor Sparzony 50G, Chleb Razowy 100g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

2 Kolacja Cukrzyca

Ser Porcyjny Haga 2 Szt. *(7), Ogórek Kiszony 50g, Chleb Baltona 35g *(1), Masło 10G *(7)

Posiłek Nocny 20:00

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

Wartości odżywcze diety D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 231,7440 kcal

Białko 108,7830 g

Tłuszcz 76,5240 g

Węglowodany 305,1540 g

Błonnik 47,9670 g

W tym cukry 48,6108 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 33,1326 g

Sód 2 648,0800 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
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