

## DIETA BOGATOBIAŁKOWA

Śniadanie	MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ 300 ML (G) /Alergeny: 1,7/; WĘDLINA DROBIOWA 70 G /Alergeny: 7/; SAŁATA 15 G ; POWIDŁA 25 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /Alergeny: 1,7/
721 kcal	Białko ogółem 33,15 g, Tłuszcz 20,26 g, Węglowodany ogółem 104,08 g, Sód 1156,1 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,91 g, Błonnik pokarmowy 5,68 g, Cukry proste 26,59 g
Drugie śniadanie	MASŁANKA 200 ML /Alergeny: 7/
74 kcal	Cukry proste 9,4 g, Białko ogółem 6,8 g, Tłuszcz 1 g, Węglowodany ogółem 9,4 g, Sód 120 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,68 g
Obiad	ZIEMNIACZANA 400 ML (G) /Alergeny: 9,1,7,6/; SCHAB GOTOWANY 100 G (G) ; SOS JARZYNOWY 100 G /Alergeny: 1,9,7/; BURAKI GOTOWANE 120 G (G) ; ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G) ; KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)
700 kcal	Białko ogółem 43,05 g, Sód 876,81 mg, Cukry proste 24,72 g, Tłuszcz 10,58 g, Węglowodany ogółem 114,44 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 4,84 g, Błonnik pokarmowy 13,01 g
Podwieczorek	JOGURT NATURALNY 150 G /Alergeny: 7/
90 kcal	Cukry proste 6,3 g, Białko ogółem 6,45 g, Tłuszcz 3 g, Węglowodany ogółem 9,3 g, Sód 94,5 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,79 g
Kolacja	SZYNKOWA 70 G /Alergeny: 1,9,10/; POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G
503 kcal	Cukry proste 4,18 g, Białko ogółem 15,99 g, Tłuszcz 23,12 g, Węglowodany ogółem 60,29 g, Sód 1147,49 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,58 g, Błonnik pokarmowy 5,06 g
Posiłek dodatkowy	SEREK WIEJSKI 150 G /Alergeny: 7/
122 kcal	Białko ogółem 16,5 g, Tłuszcz 4,5 g, Węglowodany ogółem 3,6 g, Sód 570 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 3 g, Cukry proste 3,6 g

Suma posiłków: 2210 kcal, Białko ogółem 121,94 g, Tłuszcz 62,46 g, Węglowodany ogółem 301,11 g, Sód 3964,9 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 33,8 g, Błonnik pokarmowy 23,75 g, Cukry proste 74,79 g,

## DIETA BOGATORESZTKOWA

Śniadanie	MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ 300 ML (G) /Alergeny: 1,7/; WĘDLINA DROBIOWA 50 G /Alergeny: 7/; SAŁATA 15 G ; PAPRYKA ŚWIEŻA 50 G ; POWIDŁA 25 G ; CHLEB ŻYTNIO-RAZOWY (2 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; CHLEB GRAHAM ( 1 KROMKA) 30 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /Alergeny: 1,7/
764 kcal	Białko ogółem 32,09 g, Tłuszcz 21,22 g, Węglowodany ogółem 117,21 g, Sód 1174,82 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 12,03 g, Błonnik pokarmowy 12,91 g, Cukry proste 29,39 g
Drugie śniadanie	MASŁANKA 200 ML /Alergeny: 7/
74 kcal	Cukry proste 9,4 g, Białko ogółem 6,8 g, Tłuszcz 1 g, Węglowodany ogółem 9,4 g, Sód 120 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,68 g
Obiad	ZIEMNIACZANA 400 ML (G) /Alergeny: 9,1,7,6/; SCHAB GOTOWANY 100 G (G) ; SOS JARZYNOWY 100 G /Alergeny: 1,9,7/; BURAKI GOTOWANE 120 G (G) ; ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G) ; KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G) ; JABŁKO GOTOWANE 200 G (G)
774 kcal	Białko ogółem 43,59 g, Sód 879,08 mg, Cukry proste 38,87 g, Tłuszcz 11,16 g, Węglowodany ogółem 132,04 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 4,9 g, Błonnik pokarmowy 15,91 g
Kolacja	SZYNKOWA 50 G /Alergeny: 1,9,10/; SOK POMIDOROWY 300 ML ; CHLEB ŻYTNIO-RAZOWY (2 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; CHLEB GRAHAM ( 1 KROMKA) 30 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G
549 kcal	Cukry proste 10,06 g, Białko ogółem 17,42 g, Tłuszcz 21,67 g, Węglowodany ogółem 77,98 g, Sód 1702,85 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,83 g, Błonnik pokarmowy 13,62 g
Posiłek dodatkowy	JAJKO 50 G (G) /Alergeny: 3/
61 kcal	Białko ogółem 5,44 g, Tłuszcz 4,22 g, Węglowodany ogółem 0,26 g, Sód 61,34 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,3 g

Suma posiłków: 2222 kcal, Białko ogółem 105,34 g, Tłuszcz 59,27 g, Węglowodany ogółem 336,89 g, Sód 3938,09 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 29,74 g, Błonnik pokarmowy 42,44 g, Cukry proste 87,72 g,

**Alergeny:** 1-ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN 2-SKORUPIAKI 3-JAJA 4-RYBY 5-ORZESZKI ZIEMNE 6-SOJA 7-MLEKO 8-ORZECHY 9-SELER 10-GORCZYCA 11-SEZAM 12-DWUTLENEK SIARKI 13-ŁUBINY 14-MIĘCZAKI

**Sposoby obróbki posiłku:**

(G) - GOTOWANIE (S) - SMAŻENIE (P) - PIECZENIE (D) - DUSZENIE

## DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie	MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ 300 ML (G) /Alergeny: 1,7/; WĘDLINA DROBIOWA 50 G /Alergeny: 7/; SAŁATA 15 G ; POWIDŁA 25 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /Alergeny: 1,7/
703 kcal	Białko ogółem 29,08 g, Tłuszcz 20,03 g, Węglowodany ogółem 104,05 g, Sód 976,96 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,85 g, Błonnik pokarmowy 5,68 g, Cukry proste 26,56 g
Drugie śniadanie	MASŁANKA 200 ML /Alergeny: 7/
74 kcal	Cukry proste 9,4 g, Białko ogółem 6,8 g, Tłuszcz 1 g, Węglowodany ogółem 9,4 g, Sód 120 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,68 g
Obiad	ZIEMNIACZANA 400 ML (G) /Alergeny: 9,1,7,6/; SCHAB GOTOWANY 100 G (G) ; SOS JARZYNOWY 100 G /Alergeny: 1,9,7/; BURAKI GOTOWANE 120 G (G) ; ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G) ; KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G) ; JABŁKO GOTOWANE 200 G (G)
774 kcal	Białko ogółem 43,59 g, Sód 879,08 mg, Cukry proste 38,87 g, Tłuszcz 11,16 g, Węglowodany ogółem 132,04 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 4,9 g, Błonnik pokarmowy 15,91 g
Kolacja	SZYNKOWA 50 G /Alergeny: 1,9,10/; POMIDOR 70 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G
465 kcal	Cukry proste 3,85 g, Białko ogółem 13,33 g, Tłuszcz 20,29 g, Węglowodany ogółem 59,83 g, Sód 933,03 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,59 g, Błonnik pokarmowy 5,01 g
Posiłek dodatkowy	JAJKO 50 G (G) /Alergeny: 3/
61 kcal	Białko ogółem 5,44 g, Tłuszcz 4,22 g, Węglowodany ogółem 0,26 g, Sód 61,34 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,3 g
Suma posiłków: 2077 kcal, Białko ogółem 98,24 g, Tłuszcz 56,7 g, Węglowodany ogółem 305,58 g, Sód 2970,41 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 29,32 g, Błonnik pokarmowy 26,6 g, Cukry proste 78,68 g,	

## DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU

Śniadanie	MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ 300 ML (G) /Alergeny: 1,7/; WĘDLINA DROBIOWA 70 G /Alergeny: 7/; SAŁATA 15 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /Alergeny: 1,7/
667 kcal	Białko ogółem 32,9 g, Tłuszcz 20,21 g, Węglowodany ogółem 90,83 g, Sód 1155,35 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,9 g, Błonnik pokarmowy 5,23 g, Cukry proste 17,09 g
Drugie śniadanie	MASŁANKA 200 ML /Alergeny: 7/
74 kcal	Cukry proste 9,4 g, Białko ogółem 6,8 g, Tłuszcz 1 g, Węglowodany ogółem 9,4 g, Sód 120 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,68 g
Obiad	ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G) ; SCHAB GOTOWANY 100 G (G) ; BURAKI GOTOWANE 120 G (G) ; ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G) ; KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G) ; JABŁKO GOTOWANE 200 G (G)
705 kcal	Cukry proste 31,46 g, Białko ogółem 40,48 g, Tłuszcz 11,71 g, Węglowodany ogółem 116,04 g, Sód 595,4 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,1 g, Błonnik pokarmowy 13,96 g
Kolacja	SZYNKOWA 70 G /Alergeny: 1,9,10/; POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G
503 kcal	Cukry proste 4,18 g, Białko ogółem 15,99 g, Tłuszcz 23,12 g, Węglowodany ogółem 60,29 g, Sód 1147,49 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,58 g, Błonnik pokarmowy 5,06 g
Posiłek dodatkowy	SEREK WIEJSKI 150 G /Alergeny: 7/
122 kcal	Białko ogółem 16,5 g, Tłuszcz 4,5 g, Węglowodany ogółem 3,6 g, Sód 570 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 3 g, Cukry proste 3,6 g
Suma posiłków: 2071 kcal, Białko ogółem 112,67 g, Tłuszcz 60,54 g, Węglowodany ogółem 280,16 g, Sód 3588,24 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 30,26 g, Błonnik pokarmowy 24,25 g, Cukry proste 65,73 g,	

## DIETA NISKOBIALKOWA

Śniadanie	WĘDLINA DROBIOWA 30 G /Alergeny: 7/; SAŁATA 15 G ; POWIDŁA 25 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G
444 kcal	Białko ogółem 12,72 g, Tłuszcz 13,52 g, Węglowodany ogółem 70,04 g, Sód 662,35 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,19 g, Cukry proste 11,16 g, Błonnik pokarmowy 4,81 g
Drugie śniadanie	RYŻ Z JABŁKIEM b/ml 300 G (G)

**Alergeny:** 1-ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN 2-SKORUPIAKI 3-JAJA 4-RYBY 5-ORZESZKI ZIEMNE 6-SOJA 7-MLEKO 8-ORZECHY 9-SELER 10-GORCZYCA 11-SEZAM 12-DWUTLENEK SIARKI 13-ŁUBINY 14-MIĘCZAKI

### Sposoby obróbki posiłku:

(G) - GOTOWANIE (S) - SMAŻENIE (P) - PIECZENIE (D) - DUSZENIE

365 kcal	Białko ogółem 6,89 g, Tłuszcz 0,69 g, Węglowodany ogółem 83,93 g, Sód 42,2 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,13 g, Błonnik pokarmowy 2,48 g, Cukry proste 25,94 g
<b>Obiad</b>	<b>ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G) ; WARZYWA W BIAŁYM SOSIE 200 G (D) /Alergeny: 7,9,1/; ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G) ; KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G) ; JABŁKO GOTOWANE 200 G (G)</b>
606 kcal	Cukry proste 30,04 g, Białko ogółem 13,69 g, Tłuszcz 9,52 g, Węglowodany ogółem 124,83 g, Sód 527,05 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 2,57 g, Błonnik pokarmowy 16,88 g
<b>Kolacja</b>	<b>SZYMKOWA 30 G /Alergeny: 1,9,10/; POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G</b>
429 kcal	Cukry proste 3,8 g, Białko ogółem 10,77 g, Tłuszcz 17,47 g, Węglowodany ogółem 59,75 g, Sód 719,33 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 9,61 g, Błonnik pokarmowy 5,06 g
<b>Posiłek dodatkowy</b>	<b>MEDALIONY WARZYWNE 350 G (P) /Alergeny: 3,7,1/</b>
306 kcal	Cukry proste 6,3 g, Białko ogółem 9,55 g, Tłuszcz 8,84 g, Węglowodany ogółem 51,2 g, Sód 95,21 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,91 g, Błonnik pokarmowy 7,87 g
<b>Suma posiłków: 2150 kcal, Białko ogółem 53,62 g, Tłuszcz 50,04 g, Węglowodany ogółem 389,75 g, Sód 2046,14 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 22,41 g, Cukry proste 77,24 g, Błonnik pokarmowy 37,1 g,</b>	

## DIETA PAPKOWATA

<b>Śniadanie</b>	<b>MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML (G) /Alergeny: 1,7/; WĘDLINA DROBIOWA 70 G /Alergeny: 7/; POWIDŁA 25 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /Alergeny: 1,7/</b>
719 kcal	Białko ogółem 32,99 g, Tłuszcz 20,24 g, Węglowodany ogółem 103,75 g, Sód 1155,65 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,91 g, Błonnik pokarmowy 5,52 g, Cukry proste 26,48 g
<b>Drugie śniadanie</b>	<b>MASŁANKA 200 ML /Alergeny: 7/</b>
74 kcal	Cukry proste 9,4 g, Białko ogółem 6,8 g, Tłuszcz 1 g, Węglowodany ogółem 9,4 g, Sód 120 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,68 g
<b>Obiad</b>	<b>ZIEMNIACZANA 400 ML (G) /Alergeny: 9,1,7,6/; SCHAB GOTOWANY 100 G (G) ; BURAKI GOTOWANE 120 G (G) ; ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G) ; KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G) ; JABŁKO GOTOWANE 200 G (G)</b>
709 kcal	Białko ogółem 41,83 g, Sód 853,51 mg, Cukry proste 37,1 g, Tłuszcz 9,14 g, Węglowodany ogółem 121,54 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,78 g, Błonnik pokarmowy 14,39 g
<b>Kolacja</b>	<b>SZYMKOWA 70 G /Alergeny: 1,9,10/; JOGURT NATURALNY 150 G /Alergeny: 7/; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G</b>
579 kcal	Cukry proste 8,46 g, Białko ogółem 21,79 g, Tłuszcz 25,98 g, Węglowodany ogółem 66,64 g, Sód 1236,23 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 13,33 g, Błonnik pokarmowy 4,2 g
<b>Posiłek dodatkowy</b>	<b>JAJKO 50 G (G) /Alergeny: 3/</b>
61 kcal	Białko ogółem 5,44 g, Tłuszcz 4,22 g, Węglowodany ogółem 0,26 g, Sód 61,34 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,3 g
<b>Suma posiłków: 2142 kcal, Białko ogółem 108,85 g, Tłuszcz 60,58 g, Węglowodany ogółem 301,59 g, Sód 3426,73 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 31 g, Błonnik pokarmowy 24,11 g, Cukry proste 81,44 g,</b>	

## DIETA PŁYNNA WZMOCNIONA

<b>Śniadanie</b>	<b>PŁYNNA MLECZNA Z KASZKĄ MANNA 500 ML (G) /Alergeny: 1,7/; KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)</b>
586 kcal	Białko ogółem 19,39 g, Tłuszcz 17,81 g, Węglowodany ogółem 62,96 g, Sód 204 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,02 g, Błonnik pokarmowy 1,07 g, Cukry proste 22,25 g
<b>Drugie śniadanie</b>	<b>KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G) /Alergeny: 9/; JOGURT NATURALNY 150 G /Alergeny: 7/</b>
187 kcal	Cukry proste 23,24 g, Białko ogółem 6,94 g, Węglowodany ogółem 33,24 g, Sód 110,5 mg, Błonnik pokarmowy 0,65 g, Tłuszcz 3 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,79 g
<b>Obiad</b>	<b>ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G) ; KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G) ; JAJKO 50 G (G) /Alergeny: 3/; GALARETKA 500 ML</b>
590 kcal	Cukry proste 45,65 g, Białko ogółem 32,24 g, Tłuszcz 18,48 g, Węglowodany ogółem 75,04 g, Sód 145,11 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 4,61 g, Błonnik pokarmowy 2,83 g
<b>Podwieczorek</b>	<b>JOGURT OWOCOWY 150 G /Alergeny: 7/</b>
92 kcal	Cukry proste 8,25 g, Białko ogółem 5,55 g, Tłuszcz 2,25 g, Węglowodany ogółem 12,3 g, Sód 70,5 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,32 g, Błonnik pokarmowy 0,45 g

**Alergeny:** 1-ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN 2-SKORUPIAKI 3-JAJA 4-RYBY 5-ORZESZKI ZIEMNE 6-SOJA 7-MLEKO 8-ORZECHY 9-SELER 10-GORCZYCA 11-SEZAM 12-DWUTLENEK SIARKI 13-ŁUBINY 14-MIĘCZAKI

### Sposoby obróbki posiłku:

(G) - GOTOWANIE (S) - SMAŻENIE (P) - PIECZENIE (D) - DUSZENIE

Kolacja	RYŻOWA spec. 400 ML (G) ; KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G) ; BUDYŃ NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 ML (G) /Alergeny: 7/
705 kcal	Cukry proste 34,36 g, Białko ogółem 37,27 g, Tłuszcz 32,57 g, Węglowodany ogółem 66,31 g, Sód 303,37 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 14,76 g, Błonnik pokarmowy 1,52 g
Posiłek dodatkowy	MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G
50 kcal	Białko ogółem 0,3 g, Błonnik pokarmowy 0,5 g, Cukry proste 9,5 g, Tłuszcz 0,1 g, Węglowodany ogółem 11 g

Suma posiłków: 2210 kcal, Białko ogółem 101,69 g, Tłuszcz 74,21 g, Węglowodany ogółem 260,85 g, Sód 833,48 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 33,5 g, Błonnik pokarmowy 7,02 g, Cukry proste 143,25 g,

## DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie	MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ 300 ML (G) /Alergeny: 1,7/; WĘDLINA DROBIOWA 50 G /Alergeny: 7/; PAPRYKA ŚWIEŻA 50 G ; POWIDŁA 25 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (2 KROMKI) 70 G /Alergeny: 1/; CHLEB GRAHAM ( 1 KROMKA) 30 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /Alergeny: 1,7/
712 kcal	Białko ogółem 30,3 g, Tłuszcz 20,41 g, Węglowodany ogółem 105,09 g, Sód 991,07 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,93 g, Błonnik pokarmowy 7,29 g, Cukry proste 28,66 g
Drugie śniadanie	MASŁANKA 200 ML /Alergeny: 7/
74 kcal	Cukry proste 9,4 g, Białko ogółem 6,8 g, Tłuszcz 1 g, Węglowodany ogółem 9,4 g, Sód 120 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,68 g
Obiad	ZIEMNIACZANA 400 ML (G) /Alergeny: 9,1,7,6/; ZRAZ WOŁOWY 100 G (D) /Alergeny: 1,10,6,3/; BURAKI GOTOWANE 120 G (G) ; ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G) ; KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)
699 kcal	Białko ogółem 40,32 g, Sód 1045,7 mg, Cukry proste 23,22 g, Tłuszcz 14,05 g, Węglowodany ogółem 108,54 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 4,38 g, Błonnik pokarmowy 11,44 g
Kolacja	SZYNKOWA 50 G /Alergeny: 1,9,10/; POMIDOR 70 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (2 KROMKI) 70 G /Alergeny: 1/; CHLEB GRAHAM ( 1 KROMKA) 30 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G
458 kcal	Cukry proste 3,52 g, Białko ogółem 13,99 g, Tłuszcz 20,41 g, Węglowodany ogółem 57,55 g, Sód 945,93 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,61 g, Błonnik pokarmowy 5,67 g
Posiłek dodatkowy	JAJKO 50 G (G) /Alergeny: 3/
61 kcal	Białko ogółem 5,44 g, Tłuszcz 4,22 g, Węglowodany ogółem 0,26 g, Sód 61,34 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,3 g

Suma posiłków: 2004 kcal, Białko ogółem 96,85 g, Tłuszcz 60,09 g, Węglowodany ogółem 280,84 g, Sód 3164,04 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 28,9 g, Błonnik pokarmowy 24,4 g, Cukry proste 64,8 g,

## DIETA PRZETARTA

Śniadanie	MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ 300 ML (G) /Alergeny: 1,7/; WĘDLINA DROBIOWA 70 G /Alergeny: 7/; POWIDŁA 25 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /Alergeny: 1,7/
719 kcal	Białko ogółem 32,99 g, Tłuszcz 20,24 g, Węglowodany ogółem 103,75 g, Sód 1155,65 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,91 g, Błonnik pokarmowy 5,52 g, Cukry proste 26,48 g
Drugie śniadanie	MASŁANKA 200 ML /Alergeny: 7/
74 kcal	Cukry proste 9,4 g, Białko ogółem 6,8 g, Tłuszcz 1 g, Węglowodany ogółem 9,4 g, Sód 120 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,68 g
Obiad	ZIEMNIACZANA 400 ML (G) /Alergeny: 9,1,7,6/; SCHAB GOTOWANY 100 G (G) ; SOS JARZYNOWY 100 G /Alergeny: 1,9,7/; BURAKI GOTOWANE 120 G (G) ; ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G) ; KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G) ; JABŁKO GOTOWANE 200 G (G)
774 kcal	Białko ogółem 43,63 g, Sód 879,73 mg, Cukry proste 38,88 g, Tłuszcz 11,16 g, Węglowodany ogółem 132,11 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 4,9 g, Błonnik pokarmowy 15,93 g
Kolacja	SZYNKOWA 70 G /Alergeny: 1,9,10/; JOGURT NATURALNY 150 G /Alergeny: 7/; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G
579 kcal	Cukry proste 8,46 g, Białko ogółem 21,79 g, Tłuszcz 25,98 g, Węglowodany ogółem 66,64 g, Sód 1236,23 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 13,33 g, Błonnik pokarmowy 4,2 g
Posiłek dodatkowy	JAJKO 50 G (G) /Alergeny: 3/
61 kcal	Białko ogółem 5,44 g, Tłuszcz 4,22 g, Węglowodany ogółem 0,26 g, Sód 61,34 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,3 g

**Alergeny:** 1-ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN 2-SKORUPIAKI 3-JAJA 4-RYBY 5-ORZESZKI ZIEMNE 6-SOJA 7-MLEKO 8-ORZECHY 9-SELER 10-GORCZYCA 11-SEZAM 12-DWUTLENEK SIARKI 13-ŁUBINY 14-MIĘCZAKI

### Sposoby obróbki posiłku:

(G) - GOTOWANIE (S) - SMAŻENIE (P) - PIECZENIE (D) - DUSZENIE

Suma posiłków: 2207 kcal, Białko ogółem 110,65 g, Tłuszcz 62,6 g, Węglowodany ogółem 312,16 g, Sód 3452,95 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 32,12 g, Błonnik pokarmowy 25,65 g, Cukry proste 83,22 g,

## DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

Śniadanie	WĘDLINA DROBIOWA 50 G /Alergeny: 7/; PAPRYKA ŚWIEŻA 50 G ; MAŚLANKA 200 ML /Alergeny: 7/; CHLEB GRAHAM (3 KROMKI) 90 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /Alergeny: 1,7/
493 kcal	Białko ogółem 27,23 g, Tłuszcz 16,2 g, Węglowodany ogółem 62,69 g, Sód 983,89 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 9,59 g, Cukry proste 15,49 g, Błonnik pokarmowy 7,21 g
Drugie śniadanie	PIECZYWO CHRUPKIE PEŁNOZIARNISTE (3szt.) 17 G /Alergeny: 1/; WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI 0,5 l
59 kcal	Białko ogółem 1,6 g, Błonnik pokarmowy 1,97 g, Cukry proste 0,14 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,05 g, Tłuszcz 0,22 g, Węglowodany ogółem 11,76 g
Obiad	ZIEMNIACZANA 400 ML (G) /Alergeny: 9,1,7,6/; SCHAB GOTOWANY 100 G (G) ; SOS JARZYNOWY 100 G /Alergeny: 1,9,7/; MARCHEW Z BROKUŁEM GOTOWANA 150 G (G) /Alergeny: 7/; ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G) ; KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)
679 kcal	Białko ogółem 43,81 g, Sód 865,68 mg, Cukry proste 11,71 g, Tłuszcz 13,46 g, Węglowodany ogółem 103,37 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 6,53 g, Błonnik pokarmowy 14,67 g
Podwieczorek	MANDARYNKA 120 G
41 kcal	Cukry proste 8,28 g, Białko ogółem 0,54 g, Tłuszcz 0,18 g, Węglowodany ogółem 10,08 g, Sód 0,9 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,02 g, Błonnik pokarmowy 1,71 g
Kolacja	SZYNKOWA 50 G /Alergeny: 1,9,10/; POMIDOR 70 G ; SEREK WIEJSKI 150 G /Alergeny: 7/; CHLEB GRAHAM ( 4 KROMKI ) 120 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G
611 kcal	Cukry proste 6,41 g, Białko ogółem 33,69 g, Tłuszcz 25,53 g, Węglowodany ogółem 65,57 g, Sód 1632,83 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 13,71 g, Błonnik pokarmowy 8,49 g
Posiłek dodatkowy	JAJKO 50 G (G) /Alergeny: 3/
61 kcal	Białko ogółem 5,44 g, Tłuszcz 4,22 g, Węglowodany ogółem 0,26 g, Sód 61,34 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,3 g

Suma posiłków: 1944 kcal, Białko ogółem 112,31 g, Tłuszcz 59,81 g, Węglowodany ogółem 253,73 g, Sód 3544,64 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 31,2 g, Cukry proste 42,03 g, Błonnik pokarmowy 34,05 g,

**Alergeny:** 1-ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN 2-SKORUPIAKI 3-JAJA 4-RYBY 5-ORZESZKI ZIEMNE  
6-SOJA 7-MLEKO 8-ORZECHY 9-SELER 10-GORCZYCA 11-SEZAM 12-DWUTLENEK  
SIARKI 13-ŁUBINY 14-MIĘCZAKI

### Sposoby obróbki posiłku:

(G) - GOTOWANIE (S) - SMAŻENIE (P) - PIECZENIE (D) - DUSZENIE