

DIETA BOGATOBIAŁKOWA

Śniadanie MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML (G) /Alergeny: 7,1,3/; SZYNKOWA 70 G /Alergeny: 1,9,10/; POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G ; JOGURT TYPU SKYR 140 G /Alergeny: 6,7/; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /Alergeny: 1,7/

845 kcal Cukry proste 25,91 g, Białko ogółem 45,61 g, Tłuszcz 30,91 g, Węglowodany ogółem 99,37 g, Sód 1348,52 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,72 g, Błonnik pokarmowy 5,86 g

Drugie śniadanie 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

Obiad ZUPA KOPERKOWA 400 ML (G) /Alergeny: 9,7,1,6/; 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)

753 kcal Białko ogółem 43,29 g, Sód 883,35 mg, Cukry proste 39,12 g, Tłuszcz 10,63 g, Węglowodany ogółem 128,21 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 4,58 g, Błonnik pokarmowy 15,96 g

Podwieczorek JOGURT OWOCOWY 150 G /Alergeny: 7/

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

Kolacja SZYŃKA WIEPRZOWA GOTOWANA 70 G /Alergeny: 6/; POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G ; CYTRYNA 15 G

463 kcal Białko ogółem 20,82 g, Tłuszcz 16,22 g, Węglowodany ogółem 60,95 g, Sód 889,72 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 9,39 g, Cukry proste 3,8 g, Błonnik pokarmowy 5,25 g

Posiłek dodatkowy SER HOMOGENIZOWANY 150 G /Alergeny: 7/

237 kcal Cukry proste 19,35 g, Białko ogółem 25,2 g, Tłuszcz 6,3 g, Węglowodany ogółem 19,95 g, Sód 60 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,78 g

Suma posiłków: 2440 kcal, Cukry proste 105,93 g, Białko ogółem 140,77 g, Tłuszcz 66,41 g, Węglowodany ogółem 331,78 g, Sód 3252,09 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 34,79 g, Błonnik pokarmowy 28,02 g,

DIETA BOGATORESZTKOWA

Śniadanie MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML (G) /Alergeny: 7,1,3/; SZYNKOWA 50 G /Alergeny: 1,9,10/; POMIDOR 70 G ; OGÓREK ŚWIEŻY 50 G ; CHLEB ŻYTNI-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/

771 kcal Cukry proste 20,11 g, Białko ogółem 30,09 g, Tłuszcz 29,03 g, Węglowodany ogółem 103,16 g, Sód 1334,22 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 14,85 g, Błonnik pokarmowy 12,11 g

Drugie śniadanie 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

Obiad ZUPA KOPERKOWA 400 ML (G) /Alergeny: 9,7,1,6/; 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)

753 kcal Białko ogółem 43,29 g, Sód 883,35 mg, Cukry proste 39,12 g, Tłuszcz 10,63 g, Węglowodany ogółem 128,21 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 4,58 g, Błonnik pokarmowy 15,96 g

Kolacja SZYŃKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /Alergeny: 6/; POMIDOR 70 G ; PAPRYKA ŚWIEŻA 50 G ; CHLEB ŻYTNI-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 ; CYTRYNA 15 G

500 kcal Białko ogółem 20,07 g, Tłuszcz 16,61 g, Węglowodany ogółem 73,73 g, Sód 956,26 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 9,23 g, Cukry proste 6,49 g, Błonnik pokarmowy 12,43 g

Posiłek dodatkowy SER HOMOGENIZOWANY 150 G /Alergeny: 7/

237 kcal Cukry proste 19,35 g, Białko ogółem 25,2 g, Tłuszcz 6,3 g, Węglowodany ogółem 19,95 g, Sód 60 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,78 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: 2311 kcal, Cukry proste 94,57 g, Białko ogółem 118,95 g, Tłuszcz 62,67 g, Węglowodany ogółem 336,05 g, Sód 3233,83 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 32,44 g, Błonnik pokarmowy 41 g,

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML (G) /Alergeny: 7,1,3/; SZYMKOWA 50 G /Alergeny: 1,9,10/; POMIDOR 70 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /Alergeny: 1,7/

723 kcal Cukry proste 19,28 g, Białko ogółem 27,55 g, Tłuszcz 28,08 g, Węglowodany ogółem 92,61 g, Sód 1134,06 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 14,72 g, Błonnik pokarmowy 5,81 g

Drugie śniadanie 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

Obiad ZUPA KOPERKOWA 400 ML (G) /Alergeny: 9,7,1,6/; 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)

753 kcal Białko ogółem 43,29 g, Sód 883,35 mg, Cukry proste 39,12 g, Tłuszcz 10,63 g, Węglowodany ogółem 128,21 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 4,58 g, Błonnik pokarmowy 15,96 g

Kolacja SZYMKOWA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /Alergeny: 6/; POMIDOR 70 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G ; CYTRYNA 15 G

439 kcal Białko ogółem 17,06 g, Tłuszcz 15,42 g, Węglowodany ogółem 60,57 g, Sód 758,4 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 9,05 g, Cukry proste 3,66 g, Błonnik pokarmowy 5,2 g

Posiłek dodatkowy SER HOMOGENIZOWANY 150 G /Alergeny: 7/

237 kcal Cukry proste 19,35 g, Białko ogółem 25,2 g, Tłuszcz 6,3 g, Węglowodany ogółem 19,95 g, Sód 60 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,78 g

Suma posiłków: 2202 kcal, Cukry proste 90,91 g, Białko ogółem 113,4 g, Tłuszcz 60,53 g, Węglowodany ogółem 312,34 g, Sód 2835,81 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 32,13 g, Błonnik pokarmowy 27,47 g,

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU

Śniadanie MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML (G) /Alergeny: 7,1,3/; SZYMKOWA 70 G /Alergeny: 1,9,10/; POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /Alergeny: 1,7/

761 kcal Cukry proste 19,61 g, Białko ogółem 30,21 g, Tłuszcz 30,91 g, Węglowodany ogółem 93,07 g, Sód 1348,52 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,72 g, Błonnik pokarmowy 5,86 g

Drugie śniadanie 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

Obiad ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G) ; SCHAB GOTOWANY spec. 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 SZYMKOWA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /Alergeny: 6/; POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G ; CYTRYNA 15 G

440 kcal Białko ogółem 17,11 g, Tłuszcz 15,43 g, Węglowodany ogółem 60,76 g, Sód 758,78 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 9,06 g, Cukry proste 3,8 g, Błonnik pokarmowy 5,25 g

Posiłek dodatkowy 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

Suma posiłków: 2046 kcal, Cukry proste 70,67 g, Białko ogółem 94,55 g, Tłuszcz 61,15 g, Węglowodany ogółem 290,17 g, Sód 2797,2 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 29,67 g, Błonnik pokarmowy 25,57 g,

DIETA NISKOBIALKOWA

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

Śniadanie	KASZKA Z MUSEM JABŁKOWYM b/ml 200 G (G) /Alergeny: 1,6/; SZYMKOWA 30 G /Alergeny: 1,9,10/; CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G
750 kcal	Białko ogółem 17,39 g, Tłuszcz 21,7 g, Węglowodany ogółem 124,24 g, Sód 794,89 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,3 g, Błonnik pokarmowy 5,76 g, Cukry proste 31,13 g
Drugie śniadanie	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
Obiad	ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G) ; KLUSKI KŁADZONE Z SOSEM POMIDOROWYM 350 G (G) /Alergeny: 7,9,1,3/; KALAFIOR GOTOWANY 120 G (G) ; KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)
673 kcal	Cukry proste 14,67 g, Białko ogółem 20,57 g, Tłuszcz 10,61 g, Węglowodany ogółem 128,96 g, Sód 106 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 2,79 g, Błonnik pokarmowy 10,64 g
Kolacja	SALATKA MAKARONOWA JARSKA 200 G /Alergeny: 1,3,10,7/; SZYMKOWA WIEPRZOWA GOTOWANA 30 G /Alergeny: 6/; POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G ; CYTRYNA 15 G
709 kcal	Cukry proste 6,66 g, Białko ogółem 23 g, Tłuszcz 20,67 g, Węglowodany ogółem 112,16 g, Sód 673,37 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 9,52 g, Błonnik pokarmowy 8,57 g
Posiłek dodatkowy	JABŁKO GOTOWANE 200 G (G)
74 kcal	Cukry proste 14,16 g, Białko ogółem 0,58 g, Tłuszcz 0,58 g, Węglowodany ogółem 17,67 g, Sód 2,92 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,06 g, Błonnik pokarmowy 2,92 g
Suma posiłków: 2256 kcal, Białko ogółem 61,84 g, Tłuszcz 53,66 g, Węglowodany ogółem 394,03 g, Sód 1577,18 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 22,67 g, Błonnik pokarmowy 28,39 g, Cukry proste 76,12 g,	

DIETA PAPKOWATA

Śniadanie	MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML (G) /Alergeny: 7,1,3/; SZYMKOWA 70 G /Alergeny: 1,9,10/; CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /Alergeny: 1,7/
747 kcal	Cukry proste 17,59 g, Białko ogółem 29,56 g, Tłuszcz 30,77 g, Węglowodany ogółem 90,12 g, Sód 1342,76 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,68 g, Błonnik pokarmowy 5 g
Drugie śniadanie	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
Obiad	ZUPA KOPERKOWA 400 ML (G) /Alergeny: 9,7,1,6/; SCHAB GOTOWANY 100 G (G) ; BURAKI GOTOWANE 120 G (G) ; ZIEMNIKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G) ; KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G) ; JABŁKO GOTOWANE 200 G (G)
688 kcal	Białko ogółem 41,49 g, Sód 857,13 mg, Cukry proste 37,34 g, Tłuszcz 8,61 g, Węglowodany ogółem 117,64 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,46 g, Błonnik pokarmowy 14,42 g
Kolacja	SZYMKOWA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /Alergeny: 6/; KLEIK RYŻOWY 500 ML (G) ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G ; CYTRYNA 15 G
541 kcal	Białko ogółem 18,74 g, Tłuszcz 15,59 g, Węglowodany ogółem 83,31 g, Sód 753,02 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 9,17 g, Błonnik pokarmowy 4,96 g, Cukry proste 1,9 g
Posiłek dodatkowy	SER HOMOGENIZOWANY 150 G /Alergeny: 7/
237 kcal	Cukry proste 19,35 g, Białko ogółem 25,2 g, Tłuszcz 6,3 g, Węglowodany ogółem 19,95 g, Sód 60 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,78 g
Suma posiłków: 2263 kcal, Cukry proste 85,68 g, Białko ogółem 115,29 g, Tłuszcz 61,37 g, Węglowodany ogółem 322,02 g, Sód 3012,91 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 32,09 g, Błonnik pokarmowy 24,88 g,	

DIETA PŁYNNA WZMOCNIONA

Śniadanie	PŁYNNA MLECZNA Z ZACIERKĄ 500 ML (G) /Alergeny: 1,3,7/
524 kcal	Białko ogółem 20,69 g, Tłuszcz 19,39 g, Węglowodany ogółem 43,12 g, Sód 238,67 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,76 g, Błonnik pokarmowy 0,57 g, Cukry proste 24,61 g
Drugie śniadanie	KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G) /Alergeny: 9/; JOGURT NATURALNY 150 G /Alergeny: 7/
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

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

Obiad	ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G) ; KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G) ; JAJKO 50 G (G) /Alergeny: 3/; GALARETKA 500 ML
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
Podwieczorek	JOGURT OWOCOWY 150 G /Alergeny: 7/
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
Kolacja	GRYSIKOWA spec. 400 ML (G) /Alergeny: 1/; KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G) ; BUDYŃ NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 ML (G) /Alergeny: 7/
651 kcal	Białko ogółem 37,73 g, Tłuszcz 27,73 g, Węglowodany ogółem 63,25 g, Sód 302,45 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 14,02 g, Błonnik pokarmowy 1,53 g, Cukry proste 34,32 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: 2094 kcal, Białko ogółem 103,45 g, Tłuszcz 70,95 g, Węglowodany ogółem 237,95 g, Sód 867,23 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 33,5 g, Błonnik pokarmowy 6,53 g, Cukry proste 145,57 g,

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie	MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML (G) /Alergeny: 7,1,3/; SZYMKOWA 50 G /Alergeny: 1,9,10/; OGÓREK ŚWIEŻY 50 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (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/
708 kcal	Cukry proste 17,61 g, Białko ogółem 27,86 g, Tłuszcz 28,11 g, Węglowodany ogółem 88,61 g, Sód 1145,54 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 14,72 g, Błonnik pokarmowy 5,84 g
Drugie śniadanie	PASTA Z TUŃCZYKIEM I SERKIEM ŚMIETANKOWYM 80G /Alergeny: 4,7/
165 kcal	Białko ogółem 13,94 g, Tłuszcz 11,11 g, Sód 258,28 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,14 g, Cukry proste 1,77 g, Węglowodany ogółem 2,03 g, Błonnik pokarmowy 0,08 g
Obiad	ZUPA KOPERKOWA 400 ML (G) /Alergeny: 9,7,1,6/; SCHAB GOTOWANY 100 G (G) ; SURÓWKA Z KAPUSTY, KUKURYDZY I MARCHEWKI 100 G /Alergeny: 7/; ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G) ; KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G) ; KIWI 100 G
669 kcal	Białko ogółem 41,79 g, Sód 891,04 mg, Cukry proste 24,43 g, Tłuszcz 10,17 g, Węglowodany ogółem 109,84 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 4,37 g, Błonnik pokarmowy 14,45 g
Kolacja	SER ŻÓŁTY 50 G /Alergeny: 7/; PAPRYKA ŚWIEŻA 50 G ; CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (2 KROMKI) 70 G /Alergeny: 1/; CHLEB GRAHAM (1 KROMKA) 30 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G ; CYTRYNA 15 G
533 kcal	Cukry proste 4,04 g, Białko ogółem 20,7 g, Tłuszcz 25,23 g, Węglowodany ogółem 58,7 g, Sód 716,48 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,18 g, Błonnik pokarmowy 6,16 g
Posiłek dodatkowy	SER HOMOGENIZOWANY 150 G /Alergeny: 7/
237 kcal	Cukry proste 19,35 g, Białko ogółem 25,2 g, Tłuszcz 6,3 g, Węglowodany ogółem 19,95 g, Sód 60 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,78 g

Suma posiłków: 2312 kcal, Cukry proste 67,2 g, Białko ogółem 129,49 g, Tłuszcz 80,92 g, Węglowodany ogółem 279,13 g, Sód 3071,34 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 45,19 g, Błonnik pokarmowy 26,53 g,

DIETA PRZETARTA

Śniadanie	MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML (G) /Alergeny: 7,1,3/; SZYMKOWA 70 G /Alergeny: 1,9,10/; CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /Alergeny: 1,7/
747 kcal	Cukry proste 17,59 g, Białko ogółem 29,56 g, Tłuszcz 30,77 g, Węglowodany ogółem 90,12 g, Sód 1342,76 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,68 g, Błonnik pokarmowy 5 g
Drugie śniadanie	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
Obiad	ZUPA KOPERKOWA 400 ML (G) /Alergeny: 9,7,1,6/; 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)
753 kcal	Białko ogółem 43,29 g, Sód 883,35 mg, Cukry proste 39,12 g, Tłuszcz 10,63 g, Węglowodany ogółem 128,21 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 4,58 g, Błonnik pokarmowy 15,96 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	SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /Alergeny: 6/; KLEIK RYŻOWY 500 ML (G) ; CHLEB PSZENNO-ŻYTN (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G ; CYTRYNA 15 G
541 kcal	Białko ogółem 18,74 g, Tłuszcz 15,59 g, Węglowodany ogółem 83,31 g, Sód 753,02 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 9,17 g, Błonnik pokarmowy 4,96 g, Cukry proste 1,9 g
Posiłek dodatkowy	SER HOMOGENIZOWANY 150 G /Alergeny: 7/
237 kcal	Cukry proste 19,35 g, Białko ogółem 25,2 g, Tłuszcz 6,3 g, Węglowodany ogółem 19,95 g, Sód 60 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,78 g

Suma posiłków: 2328 kcal, Cukry proste 87,46 g, Białko ogółem 117,09 g, Tłuszcz 63,39 g, Węglowodany ogółem 332,59 g, Sód 3039,13 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 33,21 g, Błonnik pokarmowy 26,42 g,

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

Śniadanie	PASTA Z TUŃCZYKIEM I SERKIEM ŚMIETANKOWYM 80G /Alergeny: 4,7/; SZYMKOWA 50 G /Alergeny: 1,9,10/; OGÓREK ŚWIEŻY 50 G ; CHLEB GRAHAM (3 KROMKI) 90 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /Alergeny: 1,7/
626 kcal	Białko ogółem 30,9 g, Tłuszcz 33,25 g, Sód 1265,35 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 18,57 g, Cukry proste 6,29 g, Węglowodany ogółem 53,35 g, Błonnik pokarmowy 6,36 g
Drugie śniadanie	CIASTEczKA ZBOŻOWE B/CUKRU 50G /Alergeny: 1,6,7,8/; WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI 0,5 l
210 kcal	Białko ogółem 4,1 g, Błonnik pokarmowy 1,9 g, Cukry proste 3,35 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,85 g, Tłuszcz 7 g, Węglowodany ogółem 35,5 g
Obiad	ZUPA KOPERKOWA 400 ML (G) /Alergeny: 9,7,1,6/; SCHAB GOTOWANY 100 G (G) ; SOS JARZYNOWY 100 G /Alergeny: 1,9,7/; SURÓWKA Z KAPUSTY, KUKURYDZY I MARCHEWKI 100 G /Alergeny: 7/; ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G) ; KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)
663 kcal	Białko ogółem 42,86 g, Sód 914,46 mg, Cukry proste 13,49 g, Tłuszcz 11,76 g, Węglowodany ogółem 103,67 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 5,39 g, Błonnik pokarmowy 14,22 g
Podwieczorek	KIWI 100 G
51 kcal	Cukry proste 7,74 g, Błonnik pokarmowy 1,79 g, Białko ogółem 0,77 g, Tłuszcz 0,43 g, Węglowodany ogółem 11,82 g, Sód 3,4 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,1 g
Kolacja	SER ŻOŁTY 50 G /Alergeny: 7/; PAPRYKA ŚWIEŻA 50 G ; PIECZYWO CHRUPKIE PEŁNOZIARNISTE (3szt.) 17 G /Alergeny: 1/; CHLEB GRAHAM (4 KROMKI) 120 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G ; CYTRYNA 15 G
623 kcal	Cukry proste 3,47 g, Białko ogółem 25,5 g, Tłuszcz 26,07 g, Węglowodany ogółem 74,88 g, Sód 833,38 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,33 g, Błonnik pokarmowy 10,95 g
Posiłek dodatkowy	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

Suma posiłków: 2263 kcal, Białko ogółem 110,58 g, Tłuszcz 81,51 g, Sód 3111,09 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 42,03 g, Cukry proste 40,64 g, Węglowodany ogółem 288,52 g, Błonnik pokarmowy 35,22 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