

DIETA BOGATOBIAŁKOWA

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-ŻYTNI (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	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	SZYMKOWA 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: 2356 kcal, Cukry proste 99,63 g, Białko ogółem 125,37 g, Tłuszcz 66,41 g, Węglowodany ogółem 325,48 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/; SZYMKOWA 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	SZYMKOWA 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	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: 2164 kcal, Cukry proste 81,52 g, Białko ogółem 100,2 g, Tłuszcz 59,37 g, Węglowodany ogółem 325,4 g, Sód 3268,33 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 30,45 g, Błonnik pokarmowy 41 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 ZACIERKĄ 300 ML (G) /Alergeny: 7,1,3/; SZYMKOWA 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/; 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-ŻYTNI (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-ŻYTNI (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	RYŻOWA 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)
678 kcal	Cukry proste 31,07 g, Białko ogółem 39,82 g, Tłuszcz 11,75 g, Węglowodany ogółem 108,9 g, Sód 588,5 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,13 g, Błonnik pokarmowy 12,61 g
Kolacja	SZYMKOWA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 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
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: 2019 kcal, Cukry proste 70,28 g, Białko ogółem 93,89 g, Tłuszcz 61,19 g, Węglowodany ogółem 283,03 g, Sód 2790,3 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 29,7 g, Błonnik pokarmowy 24,22 g,

DIETA NISKOBIĄŁKOWA

Śniadanie	KASZKA Z MUSEM JABŁKOWYM b/ml 200 G (G) /Alergeny: 1,6/; 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
764 kcal	Białko ogółem 18,04 g, Tłuszcz 21,84 g, Węglowodany ogółem 127,19 g, Sód 800,65 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,34 g, Błonnik pokarmowy 6,62 g, Cukry proste 33,15 g
Drugie śniadanie	MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

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

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	RYŻOWA spec. 400 ML (G) ; KLUSKI KŁADZONE Z SOSEM POMIDOROWYM 350 G (G) /Alergeny: 7,9,1,3/; KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)
610 kcal	Cukry proste 11,13 g, Białko ogółem 16,61 g, Tłuszcz 10,35 g, Węglowodany ogółem 115,07 g, Sód 67,6 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 2,77 g, Błonnik pokarmowy 5,99 g
Kolacja	SALATKA MAKARONOWA JARSKA 200 G /Alergeny: 1,3,10,7/; SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 30 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
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	WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 33G /Alergeny: 6/
126 kcal	Białko ogółem 2,67 g, Błonnik pokarmowy 1,16 g, Cukry proste 0,4 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,23 g, Tłuszcz 1,25 g, Węglowodany ogółem 25,41 g
Suma posiłków: 2259 kcal, Białko ogółem 60,62 g, Tłuszcz 54,21 g, Węglowodany ogółem 390,83 g, Sód 1541,62 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 22,86 g, Błonnik pokarmowy 22,84 g, Cukry proste 60,84 g,	

DIETA PAPKOWATA

Śniadanie	MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML (G) /Alergeny: 7,1,3/; SZYMKOWA 70 G /Alergeny: 1,9,10/; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (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) ; ZIEMNIAKI 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	SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /Alergeny: 6/; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G ; CYTRYNA 15 G
426 kcal	Białko ogółem 16,46 g, Tłuszcz 15,29 g, Węglowodany ogółem 57,81 g, Sód 753,02 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 9,02 g, Cukry proste 1,78 g, Błonnik pokarmowy 4,39 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: 2148 kcal, Cukry proste 85,56 g, Białko ogółem 113,01 g, Tłuszcz 61,07 g, Węglowodany ogółem 296,52 g, Sód 3012,91 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 31,94 g, Błonnik pokarmowy 24,31 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
Obiad	RYŻOWA spec. 400 ML (G) ; KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G) ; JAJKO 50 G (G) /Alergeny: 3/; GALARETKA 500 ML
563 kcal	Cukry proste 45,26 g, Białko ogółem 31,58 g, Tłuszcz 18,52 g, Węglowodany ogółem 67,9 g, Sód 138,21 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 4,64 g, Błonnik pokarmowy 1,48 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

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	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: 2067 kcal, Białko ogółem 102,79 g, Tłuszcz 70,99 g, Węglowodany ogółem 230,81 g, Sód 860,33 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 33,53 g, Błonnik pokarmowy 5,18 g, Cukry proste 145,18 g,	

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie	MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML (G) /Alergeny: 7,1,3/; SZYNKOWA 50 G /Alergeny: 1,9,10/; OGÓREK ŚWIEŻY 50 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/
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	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/; BOEUF STROGANOW 200 G /Alergeny: 1,7/; SAŁATKA Z OGÓRKA KISZONEGO 100 G ; KASZA GRYZANA 200 G (G) /Alergeny: 6,8,10,13/; KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G) ; JABŁKO 200 G
908 kcal	Białko ogółem 48,6 g, Sód 1127,3 mg, Cukry proste 27,76 g, Tłuszcz 31,56 g, Węglowodany ogółem 113,16 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,64 g, Błonnik pokarmowy 13,49 g
Kolacja	SER ŻÓŁTY 50 G /Alergeny: 7/; PAPRYKA ŚWIEŻA 50 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 ; CYTRYNA 15 G
548 kcal	Cukry proste 4,05 g, Białko ogółem 22,01 g, Tłuszcz 26,4 g, Węglowodany ogółem 58,71 g, Sód 747,38 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,87 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: 2451 kcal, Cukry proste 78,27 g, Białko ogółem 123,97 g, Tłuszcz 92,47 g, Węglowodany ogółem 291,43 g, Sód 3080,22 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 42,01 g, Błonnik pokarmowy 25,99 g,	

DIETA PRZETARTA

Śniadanie	MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML (G) /Alergeny: 7,1,3/; SZYNKOWA 70 G /Alergeny: 1,9,10/; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (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
Kolacja	SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /Alergeny: 6/; CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /Alergeny: 1/; MASŁO NATURALNE 14,3 G /Alergeny: 7/; HERBATA 200 G ; CYTRYNA 15 G
426 kcal	Białko ogółem 16,46 g, Tłuszcz 15,29 g, Węglowodany ogółem 57,81 g, Sód 753,02 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 9,02 g, Cukry proste 1,78 g, Błonnik pokarmowy 4,39 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: 2213 kcal, Cukry proste 87,34 g, Białko ogółem 114,81 g, Tłuszcz 63,09 g, Węglowodany ogółem 307,09 g, Sód 3039,13 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 33,06 g, Błonnik pokarmowy 25,85 g,

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

Śniadanie	SZYNKOWA 50 G /Alergeny: 1,9,10/; TWARÓG W PLASTRACH 50 G /Alergeny: 7/; 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/
527 kcal	Cukry proste 6,12 g, Białko ogółem 26,31 g, Tłuszcz 24,49 g, Węglowodany ogółem 53,17 g, Sód 1029,07 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 12,83 g, Błonnik pokarmowy 6,28 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/; SAŁATKA Z OGÓRKA KISZONEGO 100 G ; KASZA GRYCZANA 200 G (G) /Alergeny: 6,8,10,13/; KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)
703 kcal	Białko ogółem 45,53 g, Sód 1104,14 mg, Cukry proste 7,04 g, Tłuszcz 18,97 g, Węglowodany ogółem 92,41 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 5,38 g, Błonnik pokarmowy 10,79 g
Podwieczorek	JABŁKO 200 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
Kolacja	SER ŻÓŁTY 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
638 kcal	Cukry proste 3,48 g, Białko ogółem 26,81 g, Tłuszcz 27,24 g, Węglowodany ogółem 74,89 g, Sód 864,28 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 16,02 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: 2242 kcal, Cukry proste 40,45 g, Białko ogółem 109,78 g, Tłuszcz 81,28 g, Węglowodany ogółem 282,94 g, Sód 3094,91 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 36,93 g, Błonnik pokarmowy 32,84 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