

	26.11.2023	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Kanapka z sałatką z fileta i ryżu z zieleniną i dodatkami Chleb pszenno-żytni 35g Chleb graham 65g Masło 10g Filet z kurczaka 80g Ryż 30g Papryka kons 10g Ogórek kons 10g Kukurydza kons 5g Kefir 10g Majonez 5g Szcypiorek 5g Ogórek kons 70g Pomidor 60g Kawa zbożowa 3g Mleko 2% 250ml	Kanapka z sałatką z fileta i ryżu z zieleniną i dodatkami Chleb pszenny 35g Chleb graham 65g Masło 10g Filet z kurczaka 80g Ryż 30g Papryka kons 10g Ogórek kons 10g Kukurydza kons 5g Kefir 10g Majonez 5g Natka pietruszki 5g Powidło wieloowocowe 50g Pomidor 60g Kawa zbożowa 3g Mleko 2% 250ml	Kanapka z sałatką z fileta i ryżu z zieleniną i dodatkami Chleb pszenny 35g Chleb graham 65g Masło 10g Filet z kurczaka 80g Ryż 30g Papryka kons 10g Ogórek kons 10g Kukurydza kons 5g Kefir 10g Majonez 5g Natka pietruszki 5g Ogórek kons 70g Pomidor 60g Kawa zbożowa 3g Mleko 2% 250ml
	II śniadanie			Jabłko 150g
	Obiad	Rosół z makaronem Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew seler pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g Makaron 4-jajeczny 30g Udziec z kurczaka pieczony, sałata zielona z dresingiem, ziemniaki Udziec z kurczaka 250g	Rosół z makaronem Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew seler pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g Makaron 4-jajeczny 30g Udziec z kurczaka gotowany, sałata zielona z dresingiem, ziemniaki Udziec z kurczaka 250g	Rosół z makaronem Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew seler pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g Makaron 4-jajeczny 30g Udziec z kurczaka gotowany, sałata zielona z dresingiem, ziemniaki Udziec z kurczaka 250g

		Olej 10g Sałata zielona 80g Kefir 2% 10g Śmietana 18% 10g Rzodkiewka 5g Ziemniaki 300g Koper 5g Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g	Olej 10g Sałata zielona 80g Kefir 2% 10g Śmietana 18% 10g Ziemniaki 300g Koper 5g Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g	Olej 10g Sałata zielona 80g Kefir 2% 10g Śmietana 18% 10g Rzodkiewka 5g Ziemniaki 300g Koper 5g Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g
	Podwieczorek			Wafle b/c 20g
	Kolacja	Kanapka z wędliną, sałatką z brokuła fety pomidora i dodatkami Chleb pszenno-żytni 35g Chleb graham 65g Masło 10g Wędlina 50g Brokuł mrożony 50g Ser feta 10g Pomidor 60g Szczypiorek 5g Kiwi 75g Herbata 1g Woda 250ml	Kanapka z wędliną, sałatką z brokuła fety pomidora i dodatkami Chleb pszenny 35g Chleb graham 65g Masło 10g Wędlina 50g Brokuł mrożony 50g Ser feta 10g Pomidor 60g Natka pietruszki 5g Kiwi 75g Herbata 1g Woda 250ml	Kanapka z wędliną, sałatką z brokuła fety pomidora i dodatkami Chleb pszenny 35g Chleb graham 65g Masło 10g Wędlina 50g Brokuł mrożony 50g Ser feta 10g Pomidor 60g Natka pietruszki 5g Kiwi 75g Herbata 1g Woda 250ml
	II kolacja	Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150g	Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150g	Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150g
Wartość odżywcza jadłospisu		Wartość energetyczna: 2014,9 kcal Białko: 111,4g Tłuszcz: 71g NKT: 26,4g Węglowodany ogółem: 243,8g Cukry: 44,13g	Wartość energetyczna: 2100,1 kcal Białko: 111,2g Tłuszcz: 70,2g NKT: 26,4g Węglowodany ogółem: 267,53g Cukry: 57,23g	Wartość energetyczna: 2188,8 kcal Białko: 112,9g Tłuszcz: 77g NKT: 29,8g Węglowodany ogółem: 273,8g Cukry: 57,92g

	Błonnik: 22,86g Sól: 5,23g	Błonnik: 23,82g Sól: 4,34g	Błonnik: 25,71g Sól: 5,14g
--	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------

Dzieci (wiek w latach)	Dieta
Do 1 roku życia	Dieta oparta na słoiczkach i kaszkach przeznaczonych dla niemowląt
1-3	Dieta jak dla pacjentów dorosłych – 1/2 porcji
4-9	Dieta jak dla pacjentów dorosłych – 3/4 porcji
10-18	Dieta jak dla pacjentów dorosłych – 1 porcja