

	3.11.2023	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku Płatki owsiane górskie 20g Mleko 2% 250ml Kanapka z masłem, sałatką z porów i dodatkami Chleb pszenno-żytni 35g Chleb graham 60g Masło 10g Por 10g Ser żółty gouda 20g Jajko 60g Papryka kons 10g Ogórek kons 10g Kukurydza kons 5g Kefir 2% 10g Majonez 5g Szczypiorek 5g Ogórek kiszony 70g Pomidor 60g Kakao 3g Mleko 2% 250ml	Płatki owsiane na mleku Płatki owsiane górskie 20g Mleko 2% 250ml Kanapka z pastą z jajek i zieleniną i dodatkami Chleb pszenny 30g Chleb graham 60g Masło 10g Jajko 60g Kefir 2% 10g Majonez 5g Natka pietruszki 5g Pomidor 60g Drożdżówka 100g Kakao 3g Mleko 2% 250ml	Płatki owsiane na mleku Płatki owsiane górskie 20g Mleko 2% 250ml Kanapka z masłem, sałatką z porów i dodatkami Chleb pszenny 35g Chleb graham 60g Masło 10g Por 10g Ser żółty gouda 20g Jajko 60 Papryka kons 10g Ogórek kons 10g Kukurydza kons 5g Kefir 2% 10g Majonez 5g Szczypiorek 5g Ogórek kiszony 70g Pomidor 60g Kakao 3g Mleko 2% 250ml
	II śniadanie			Kisiel 150g Kisiel b/c 10g
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew seler pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g	Zupa pomidorowa z ryżem Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew seler pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g	Zupa pomidorowa z ryżem Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew seler pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g

	<p>Natka pietruszki 5g Śmietana 18% 10g Mąka pszenna 10g Koncentrat pomidorowy 20g Ryż 30g</p> <p>Ryba smażona, surówka z czerwonej kapusty, ziemniaki Filet z miruny 200g Olej 15g Ziemniaki 300g Koper 5g Kapusta czerwona 150g Jabłko 30g Cebula 20g</p> <p>Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>	<p>Natka pietruszki 5g Śmietana 18% 10g Mąka pszenna 10g Koncentrat pomidorowy 20g Ryż 30g</p> <p>Ryba duszona z sosem koperkowym, sałata lodowa z dresingiem, ziemniaki Filet z miruny 200g Olej 15g Ziemniaki 300g Koper 5g Sałata lodowa 80g Kefir 2% 10g Śmietana 18% 10g Rzodkiewka 5g</p> <p>Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>	<p>Natka pietruszki 5g Śmietana 18% 10g Mąka pszenna 10g Koncentrat pomidorowy 20g Ryż 30g</p> <p>Ryba duszona z sosem koperkowym, sałata lodowa z dresingiem, ziemniaki Filet z miruny 200g Olej 15g Ziemniaki 300g Koper 5g Sałata lodowa 80g Kefir 2% 10g Śmietana 18% 10g Rzodkiewka 5g</p> <p>Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>	
	Podwieczorek		Pomarańcza 120g	
	Kolacja	<p>Kanapka z twaróżkiem z rzodkiewką i pomidorem Chleb pszenno-żytni 35g Chleb graham 60g Masło 10g Twaróg półtłusty 50g Rzodkiewka 5g Pomidor 60g Kiwi 75g</p> <p>Herbata 1g Woda 250ml</p>	<p>Kanapka z twaróżkiem z rzodkiewką i pomidorem Chleb pszenny 30g Chleb graham 60g Masło 10g Twaróg półtłusty 50g Rzodkiewka 5g Pomidor 60g Kiwi 75g</p> <p>Herbata 1g Woda 250ml</p>	<p>Kanapka z twaróżkiem z rzodkiewką i pomidorem Chleb pszenny 35g Chleb graham 60g Masło 10g Twaróg półtłusty 50g Rzodkiewka 5g Pomidor 60g Kiwi 75g</p> <p>Herbata 1g Woda 250ml</p>

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: 2001,4 kcal Białko: 101,8g Tłuszcz: 69,5g NKT: 29,4g Węglowodany ogółem: 254,23g Cukry: 63,69g Błonnik: 24,53g Sól: 5,2g	Wartość energetyczna: 2102,9 kcal Białko: 102,5g Tłuszcz: 67,9g NKT: 27,4g Węglowodany ogółem: 280,86g Cukry: 63,39g Błonnik: 20,97g Sól: 4,72g	Wartość energetyczna: 2019,7 kcal Białko: 100,9g Tłuszcz: 69,1g NKT: 29,4g Węglowodany ogółem: 260,05g Cukry: 65,4g Błonnik: 23,36g Sól: 4,99g

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



Śniadanie: Dieta podstawowa
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Śniadanie: Dieta łatwostrawna



Obiad: Dieta łatwostrawna
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Obiad: Dieta podstawowa



Kolacja:
Dieta podstawowa
Dieta łatwostrawna
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów