

	10.12.2023	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 Olej 5g Ryż 30g Papryka kons 10g Ogórek kons 10g Kukurydza kons 5g Kefir 2% 10g Majonez 5g Szczypiorek 5g Sałata zielona 10g Mandarynka 75g 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 Olej 5g Ryż 30g Papryka kons 10g Ogórek kons 10g Kukurydza kons 5g Kefir 2% 10g Majonez 5g Natka pietruszki 5g Sałata zielona 10g Mandarynka 75g 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 Olej 5g Ryż 30g Papryka kons 10g Ogórek kons 10g Kukurydza kons 5g Kefir 2% 10g Majonez 5g Natka pietruszki 5g Sałata zielona 10g Mandarynka 75g Kawa zbożowa 3g Mleko 2% 250ml
	II śniadanie			Kanapka z wędliną i ogórkiem Chleb pszenny 50g Masło 5g Wędlina 30g Ogórek kons 40g
	Obiad	Rosół z makaronem Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew seler pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g	Rosół z makaronem Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew seler pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g	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, surówka z kapusty pekińskiej, ziemniaki Udziec z kurczaka 220g Olej 5g Kapusta pekińska 80g Marchew 50g Jabłko 50g Ziemniaki 300g Koper 5g Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g	Makaron 4-jajeczny 30g Udziec z kurczaka gotowany, surówka z kapusty pekińskiej, ziemniaki Udziec z kurczaka 220g Olej 5g Kapusta pekińska 80g Marchew 50g Jabłko 50g Ziemniaki 300g Koper 5g Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g	Makaron 4-jajeczny 30g Udziec z kurczaka gotowany, surówka z kapusty pekińskiej, ziemniaki Udziec z kurczaka 220g Olej 5g Kapusta pekińska 80g Marchew 50g Jabłko 50g Ziemniaki 300g Koper 5g Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g
	Podwieczorek			Wafle b/c 10g
	Kolacja	Kanapka z serem żółtym i dodatkami Chleb pszenno-żytni 35g Chleb graham 65g Masło 10g Ser żółty gouda 40g Pomidor 60g Sałata zielona 10g Herbata 1g Woda 250ml	Kanapka z serkiem topionym i dodatkami Chleb pszenny 35g Chleb graham 65g Masło 10g Serek topiony 40g Pomidor 60g Sałata zielona 10g Herbata 1g Woda 250ml	Kanapka z serem żółtym i dodatkami Chleb pszenny 35g Chleb graham 65g Masło 10g Ser żółty gouda 40g Pomidor 60g Sałata zielona 10g 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: 2003,3 kcal Białko: 104,6g Tłuszcz: 73,6g NKT: 29,6g Węglowodany ogółem: 242,64g Cukry: 44,27g	Wartość energetyczna: 1974,4 kcal Białko: 99,4g Tłuszcz: 70,2g NKT: 27,9g Węglowodany ogółem: 248,32g Cukry: 45,45g	Wartość energetyczna: 2245,8kcal Białko: 113,6g Tłuszcz: 81g NKT: 33,9g Węglowodany ogółem: 277,59g Cukry: 46,11g

	Błonnik: 24,13g Sól: 4,14g	Błonnik: 24,21g Sól: 4,38g	Błonnik: 24,21g Sól: 5,28g
--	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------

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