

	15.12.2023	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku <b>Płatki owsiane górskie</b> 20g <b>Mleko 2%</b> 250ml  Kanapka z sałatką z porów i dodatkami <b>Chleb pszenno-żytni</b> 35g <b>Chleb graham</b> 65g <b>Masło</b> 10g Por 10g <b>Ser żółty gouda</b> 20g <b>Jajko</b> 60g Papryka kons 10g <b>Ogórek kons</b> 10g Kukurydza kons 5g <b>Kefir 2%</b> 10g <b>Majonez</b> 5g Sałata lodowa 10g Pomidor 60g  Kakao 3g <b>Mleko 2%</b> 250ml	Płatki owsiane na mleku <b>Płatki owsiane górskie</b> 20g <b>Mleko 2%</b> 250ml  Kanapka z pasta z jajek i zieleniną i dodatkami <b>Chleb pszenny</b> 30g <b>Chleb graham</b> 65g <b>Masło</b> 10g <b>Jajka</b> 60g <b>Kefir 2%</b> 10g <b>Majonez</b> 5g Natka pietruszki 5g Pomidor 60g <b>Drożdżówka</b> 100g  Kakao 3g <b>Mleko 2%</b> 250ml	Płatki owsiane na mleku <b>Płatki owsiane górskie</b> 20g <b>Mleko 2%</b> 250ml  Kanapka z sałatką z porów i dodatkami <b>Chleb pszenny</b> 35g <b>Chleb graham</b> 65g <b>Masło</b> 10g Por 10g <b>Ser żółty gouda</b> 20g <b>Jajko</b> 60g Papryka kons 10g <b>Ogórek kons</b> 10g Kukurydza kons 5g <b>Kefir 2%</b> 10g <b>Majonez</b> 5g Sałata lodowa 10g Pomidor 60g  Kakao 3g <b>Mleko 2%</b> 250ml
	II śniadanie			<b>Jogurt naturalny</b> 150g
	Obiad	Zupa grysikowa z jarzyną Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew <b>seler</b> pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g <b>Śmietana 18%</b> 10g <b>Mąka pszenna</b> 10g	Zupa grysikowa z jarzyną Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew <b>seler</b> pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g <b>Śmietana 18%</b> 10g <b>Mąka pszenna</b> 10g	Zupa grysikowa z jarzyną Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew <b>seler</b> pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g <b>Śmietana 18%</b> 10g <b>Mąka pszenna</b> 10g

		<b>Kasza manna</b> 30g Ryba smażona, surówka z kiszanej kapusty, ziemniaki <b>Filet z miruny</b> 200g Olej 15g <b>Jajko</b> 20g <b>Bulka tarta</b> 10g Kapusta kiszona 150g Marchew 50g Ziemniaki 300g Koper 5g  Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g	<b>Kasza manna</b> 30g Ryba duszona z sosem pomidorowym, kalafior gotowany, ziemniaki <b>Filet z miruny</b> 200g Olej 10g Koncentrat pomidorowy 10g Kalafior mrożony 150g <b>Bulka tarta</b> 5g Ziemniaki 300g Koper 5g  Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g	<b>Kasza manna</b> 30g Ryba duszona z sosem pomidorowym, kalafior gotowany, ziemniaki <b>Filet z miruny</b> 200g Olej 10g Koncentrat pomidorowy 10g Kalafior mrożony 150g <b>Bulka tarta</b> 5g Ziemniaki 300g Koper 5g  Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g
	Podwieczorek			Kiwi 75g
	Kolacja	Kanapka z serkiem topionym i dodatkami <b>Chleb pszenno-żytni</b> 35g <b>Chleb graham</b> 65g <b>Masło</b> 10g <b>Serek topiony</b> 40g Pomidor 60g Pomarańcza 120g  Herbata 1g Woda 250ml	Kanapka z serkiem topionym i dodatkami <b>Chleb pszenny</b> 35g <b>Chleb graham</b> 65g <b>Masło</b> 10g <b>Serek topiony</b> 40g Pomidor 60g Powidło wielowocowe 40g  Herbata 1g Woda 250ml	Kanapka z serkiem topionym i dodatkami <b>Chleb pszenny</b> 35g <b>Chleb graham</b> 65g <b>Masło</b> 10g <b>Serek topiony</b> 60g Pomidor 50g Pomarańcza 120g  Herbata 1g Woda 250ml
	II kolacja	Chrupki kukurydziane 10g	Chrupki kukurydziane 10g	Chrupki kukurydziane 10g
Wartość odżywcza jadłospisu	Wartość energetyczna: 2040,8kcal Białko: 97,2g Tłuszcz: 72,2g NKT: 29,7g Węglowodany ogółem: 264,35g	Wartość energetyczna: 2176,3kcal Białko: 99,2g Tłuszcz: 64,4g NKT: 26,8g Węglowodany ogółem: 312,88g	Wartość energetyczna: 2108,6kcal Białko: 102,7g Tłuszcz: 68,5g NKT: 30,4g Węglowodany ogółem: 284,83g	

	Cukry: 50,31g Błonnik: 28,01g Sól: 5,85g	Cukry: 66,22g Błonnik: 26,01g Sól: 4,71g	Cukry: 65,28g Błonnik: 29,54g Sól: 4,96g
--	--	--	--

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 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Kolacja: Dieta łatwostrawna