

|  | 4.12.2023    | Dieta podstawowa  | Dieta łatwostrawna   | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów   |
|--|--------------|---|--|---|
|  | Śniadanie    | Płatki owsiane na mleku<br><b>Płatki owsiane górskie</b> 20g<br><b>Mleko 2%</b> 250ml<br><br>Kanapka z pasztetem pieczonym i dodatkami<br><b>Chleb pszenno-żytni</b> 35g<br><b>Chleb graham</b> 65g<br><b>Masło</b> 10g<br><b>Pasztet pieczony</b> 50g<br>Papryka kons 70g<br>Ogórek kiszony 70g<br><br><b>Kawa zbożowa</b> 3g<br><b>Mleko 2%</b> 250ml | Płatki owsiane na mleku<br><b>Płatki owsiane górskie</b> 20g<br><b>Mleko 2%</b> 250ml<br><br>Kanapka z dżemem i dodatkami<br><b>Chleb pszenny</b> 35g<br><b>Chleb graham</b> 65g<br><b>Masło</b> 10g<br>Dżem niskosłodzony 40g<br><b>Wędlina</b> 50g<br>Pomidor 60g<br><br><b>Kawa zbożowa</b> 3g<br><b>Mleko 2%</b> 250ml | Płatki owsiane na mleku<br><b>Płatki owsiane górskie</b> 20g<br><b>Mleko 2%</b> 250ml<br><br>Kanapka z pasztetem pieczonym i dodatkami<br><b>Chleb pszenny</b> 35g<br><b>Chleb graham</b> 65g<br><b>Masło</b> 10g<br><b>Pasztet pieczony</b> 50g<br>Papryka kons 70g<br>Ogórek kiszony 70g<br><br><b>Kawa zbożowa</b> 3g<br><b>Mleko 2%</b> 250ml |
|  | II śniadanie |   |  | Budyń<br><b>Budyń b/c</b> 20g<br><b>Mleko 2%</b> 250ml  |
|  | Obiad        | Zupa grochowa z makaronem<br>Porcje rosółowe 10g<br>Włoszczyzna (marchew <b>seler</b> pietruszka) 30g<br>Kapusta włoska 10g<br>Natka pietruszki 5g<br><b>Śmietana 18%</b> 10g<br><b>Mąka pszenna</b> 10g<br>Groch omielany 50g<br><b>Makaron 4-jajeczny</b> 30g<br><br>Kluski śląskie z gulaszem wieprzowo-   | Zupa kminkowa z makaronem<br>Porcje rosółowe 10g<br>Włoszczyzna (marchew <b>seler</b> pietruszka) 30g<br>Kapusta włoska 10g<br>Natka pietruszki 5g<br><b>Śmietana 18%</b> 10g<br><b>Mąka pszenna</b> 10g<br>Kminek 10g<br><b>Makaron 4-jajeczny</b> 30g<br><br>Kluski śląskie z gulaszem wieprzowo-                        | Zupa kminkowa z makaronem<br>Porcje rosółowe 10g<br>Włoszczyzna (marchew <b>seler</b> pietruszka) 30g<br>Kapusta włoska 10g<br>Natka pietruszki 5g<br><b>Śmietana 18%</b> 10g<br><b>Mąka pszenna</b> 10g<br>Kminek 10g<br><b>Makaron 4-jajeczny</b> 30g<br><br>Kluski śląskie z gulaszem wieprzowo-   |

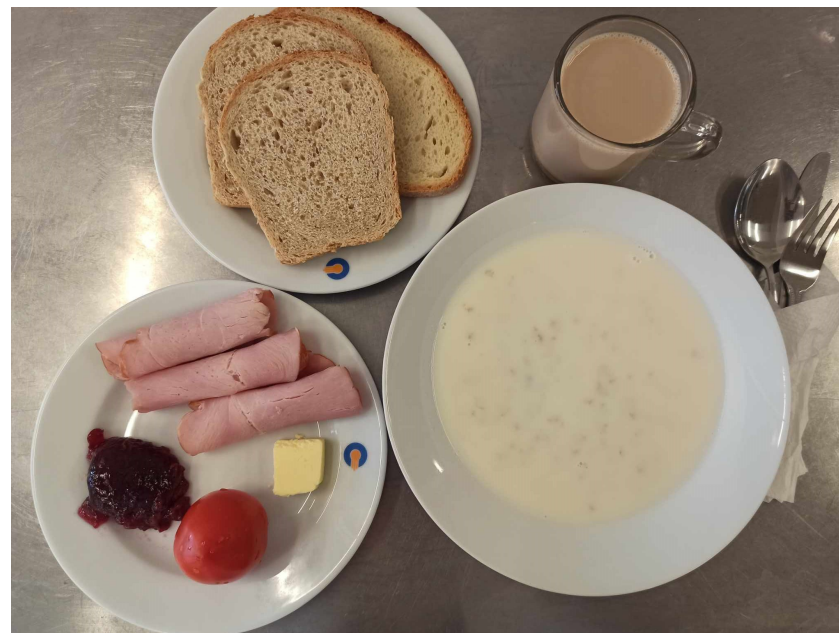
|  |   |   |  |   |
|--|---|---|--|---|
|  | <p>warzywnym<br/>Ziemniaki 300g<br/><b>Mąka pszenna</b> 30g<br/>Mąka ziemniaczana 20g<br/><b>Jajko</b> 20g<br/>Mięso gulaszowe wieprzowe 120g<br/>Olej 5g<br/><b>Mieszanka warzywna mrożona</b> 50g</p> <p>Kompot 250ml<br/>Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p> | <p>warzywnym<br/>Ziemniaki 300g<br/><b>Mąka pszenna</b> 30g<br/>Mąka ziemniaczana 20g<br/><b>Jajko</b> 20g<br/>Mięso gulaszowe wieprzowe 120g<br/>Olej 5g<br/><b>Mieszanka warzywna mrożona</b> 50g</p> <p>Kompot 250ml<br/>Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>   | <p>warzywnym<br/>Ziemniaki 300g<br/><b>Mąka pszenna</b> 30g<br/>Mąka ziemniaczana 20g<br/><b>Jajko</b> 20g<br/>Mięso gulaszowe wieprzowe 120g<br/>Olej 5g<br/><b>Mieszanka warzywna mrożona</b> 50g</p> <p>Kompot 250ml<br/>Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>  |   |
|  | Podwieczorek  |   | <b>Krakersy</b> 10g  |   |
|  | Kolacja   | <p>Kanapka z sałatką z brokuła fileta i ryżu z zieleciną i dodatkami<br/><b>Chleb pszenno-żytni</b> 35g<br/><b>Chleb graham</b> 65g<br/><b>Masło</b> 10g<br/>Brokuły mrożone 50g<br/>Filet z kurczaka 80g<br/>Ryż 30g<br/>Papryka kons 10g<br/><b>Ogórek kons</b> 10g<br/>Kukurydza kons 5g<br/><b>Kefir</b> 10g<br/><b>Majonez</b> 5g<br/>Szcypiorek 5g<br/>Jabłko 150g</p> <p>Herbata 1g<br/>Woda 250ml</p> | <p>Kanapka z sałatką z brokuła fileta i ryżu z zieleciną i dodatkami<br/><b>Chleb pszenny</b> 35g<br/><b>Chleb graham</b> 65g<br/><b>Masło</b> 10g<br/>Brokuły mrożone 50g<br/>Filet z kurczaka 80g<br/>Ryż 30g<br/>Papryka kons 10g<br/><b>Ogórek kons</b> 10g<br/>Kukurydza kons 5g<br/><b>Kefir</b> 10g<br/><b>Majonez</b> 5g<br/>Natka pietruszki 5g<br/>Jabłko 150g<br/>Cynamon 3g</p> <p>Herbata 1g<br/>Woda 250ml</p> | <p>Kanapka z sałatką z brokuła fileta i ryżu z zieleciną i dodatkami<br/><b>Chleb pszenny</b> 35g<br/><b>Chleb graham</b> 65g<br/><b>Masło</b> 10g<br/>Brokuły mrożone 50g<br/>Filet z kurczaka 80g<br/>Ryż 30g<br/>Papryka kons 10g<br/><b>Ogórek kons</b> 10g<br/>Kukurydza kons 5g<br/><b>Kefir</b> 10g<br/><b>Majonez</b> 5g<br/>Natka pietruszki 5g<br/>Jabłko 150g</p> <p>Herbata 1g<br/>Woda 250ml</p> |
|  | II kolacja  | <b>Jogurt owocowy bez dodatku cukru</b> 150g  | <b>Jogurt owocowy bez dodatku cukru</b> 150g   | <b>Jogurt owocowy bez dodatku cukru</b> 150g  |

|                                |  |  |  |
|--------------------------------|--|--|--|
| Wartość odżywcza<br>jadłospisu | Wartość energetyczna: 2401 kcal<br>Białko: 115,7g<br>Tłuszcz: 79g<br>NKT: 31g<br>Węglowodany ogółem: 322,29g<br>Cukry: 55,87g<br>Błonnik: 31,08g<br>Sól: 5,78g | Wartość energetyczna: 2185,1 kcal<br>Białko: 105g<br>Tłuszcz: 64,6g<br>NKT: 25,2g<br>Węglowodany ogółem: 307,92g<br>Cukry: 67,98g<br>Błonnik: 24,31g<br>Sól: 4,15g | Wartość energetyczna: 2440,7 kcal<br>Białko: 113,8g<br>Tłuszcz: 84,6g<br>NKT: 34,8g<br>Węglowodany ogółem: 318,17g<br>Cukry: 67,98g<br>Błonnik: 24,41g<br>Sól: 6,04g |
|--------------------------------|--|--|--|

| 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