

	14.01.2024	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 Brokuły mrożone 50g Filet z kurczaka 100g 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 Brokuły mrożone 50g Filet z kurczaka 100g 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 Brokuły mrożone 50g Filet z kurczaka 100g 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 twarogiem i papryką Chleb pszenny 50g Masło 5g Twaróg półtłusty 30g Papryka kons 40g
	Obiad	Zupa koperkowa z makaronem Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew seler pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g	Zupa koperkowa z makaronem Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew seler pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g	Zupa koperkowa z makaronem Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew seler pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g

	<p>Natka pietruszki 5g Śmietana 18% 10g Mąka pszenna 5g Koper 5g Makaron 4-jajeczny 30g</p> <p>Pulpety gotowane z sosem śmietanowym, surówka z kapusty pekińskiej, ziemniaki Mięso gulaszowe wieprzowe 100g Bulka 20g Mleko 2% 10g Jajko 20g Czosnek 10g Cebula 10g Olej 5g Śmietana 18% 10g Mąka pszenna 5g Kapusta pekińska 80g Marchew 50g Jabłko 50g Ziemniaki 300g Koper 5g</p> <p>Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>	<p>Natka pietruszki 5g Śmietana 18% 10g Mąka pszenna 5g Koper 5g Makaron 4-jajeczny 30g</p> <p>Pulpety gotowane z sosem śmietanowym, surówka z kapusty pekińskiej, ziemniaki Mięso gulaszowe wieprzowe 100g Bulka 20g Mleko 2% 10g Jajko 20g Olej 5g Śmietana 18% 10g Mąka pszenna 5g Kapusta pekińska 80g Marchew 50g Jabłko 50g Ziemniaki 300g Koper 5g</p> <p>Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>	<p>Natka pietruszki 5g Śmietana 18% 10g Mąka pszenna 5g Koper 5g Makaron 4-jajeczny 30g</p> <p>Pulpety gotowane z sosem śmietanowym, surówka z kapusty pekińskiej, ziemniaki Mięso gulaszowe wieprzowe 100g Bulka 20g Mleko 2% 10g Jajko 20g Olej 5g Śmietana 18% 10g Mąka pszenna 5g Kapusta pekińska 80g Marchew 50g Jabłko 50g Ziemniaki 300g Koper 5g</p> <p>Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>
Podwieczorek			Jabłko 150g
Kolacja	<p>Kanapka z wędliną i dodatkami Chleb pszenno-żytni 35g Chleb graham 65g Masło 10g Wędlina 50g Ser żółty gouda 30g</p>	<p>Kanapka z wędliną i dodatkami Chleb pszenny 35g Chleb graham 65g Masło 10g Wędlina 50g Serek topiony 40g</p>	<p>Kanapka z wędliną i dodatkami Chleb pszenny 35g Chleb graham 65g Masło 10g Wędlina 50g Ser żółty gouda 30g</p>

		Pomidor 60g Herbata 1g Woda 250ml	Pomidor 60g Herbata 1g Woda 250ml	Pomidor 60g Herbata 1g Woda 250ml
	II kolacja	Jogurt naturalny 150g	Jogurt naturalny 150g	Jogurt naturalny 150g
Wartość odżywcza jadłospisu		Wartość energetyczna: 2112,3 kcal Białko: 105,8g Tłuszcz: 79,2g NKT: 32,2g Węglowodany ogółem: 256,95g Cukry: 45,68g Błonnik: 25,97g Sól: 4,66g	Wartość energetyczna: 2113,9 kcal Białko: 102,8g Tłuszcz: 78,2g NKT: 32,1g Węglowodany ogółem: 262,49g Cukry: 46,98g Błonnik: 25,97g Sól: 5,02g	Wartość energetyczna: 2382,6 kcal Białko: 114,6g Tłuszcz: 85,2g NKT: 35,7g Węglowodany ogółem: 303,9g Cukry: 59,32g Błonnik: 29,32g Sól: 5,3g

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