

	3.01.2024	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku Płatki kukurydziane 20g Mleko 2% 250ml Kanapka z pastą z twarogu i ryby z zieleniną i dodatkami Chleb pszenno-żytni 35g Chleb graham 65g Masło 10g Twaróg półtłusty 50g Tuńczyk w sosie własnym 10g Natka pietruszki 5g Pomidor 60g Sałata zielona 10g Kawa zbożowa 3g Mleko 2% 250ml	Płatki kukurydziane na mleku Płatki kukurydziane 20g Mleko 2% 250ml Kanapka z pastą z twarogu i ryby z zieleniną i dodatkami Chleb pszenny 35g Chleb graham 65g Masło 10g Twaróg półtłusty 50g Tuńczyk w sosie własnym 10g Natka pietruszki 5g Pomidor 60g Sałata zielona 10g Kawa zbożowa 3g Mleko 2% 250ml	Płatki kukurydziane na mleku Płatki kukurydziane 20g Mleko 2% 250ml Kanapka z pastą z twarogu i ryby z zieleniną i dodatkami Chleb pszenny 35g Chleb graham 65g Masło 10g Twaróg półtłusty 50g Tuńczyk w sosie własnym 10g Natka pietruszki 5g Pomidor 60g Sałata zielona 10g Kawa zbożowa 3g Mleko 2% 250ml
	II śniadanie			Jogurt owocowy bez dodatku cukru 150g
	Obiad	Barszcz czerwony z jajkiem Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew seler pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g Śmietana 18% 10g Mąka pszenna 10g Zakwas z buraków 20g Jajko 60g Kotlet schabowy smażony, surówka	Barszcz czerwony z jajkiem Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew seler pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g Śmietana 18% 10g Mąka pszenna 10g Zakwas z buraków 20g Jajko 60g Filet z kurczaka gotowany, surówka	Barszcz czerwony z jajkiem Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew seler pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g Śmietana 18% 10g Mąka pszenna 10g Zakwas z buraków 20g Jajko 60g Filet z kurczaka gotowany, surówka

	z marchwi i jabłka, kasza jęczmienna Schab b/k 150g Jajko 20g Bulka tarta 10g Olej 15g Marchew 150g Jabłko 50g Cytryna 10g Kasza jęczmienna 70g Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g	z marchwi i jabłka, kasza jęczmienna Filet z kurczaka 150g Mąka pszenna 3g Śmietana 18% 10g Olej 15g Marchew 150g Jabłko 50g Cytryna 10g Kasza jęczmienna 70g Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g	z marchwi i jabłka, kasza jęczmienna Filet z kurczaka 150g Mąka pszenna 3g Śmietana 18% 10g Olej 15g Marchew 150g Jabłko 50g Cytryna 10g Kasza jęczmienna 70g Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g
	Podwieczorek		Kiwi 75g
Kolacja	Kanapka z wędliną, sałatką jarzynową i dodatkami Chleb pszenno-żytni 35g Chleb graham 65g Masło 10g Wędlina 50g Marchew 30g Pietruszka 20g Seler 10g Ziemniak 30g Jajko 20g Ogórek kons 20g Majonez 10g Kefir 2% 10g Szcypiorek 5g Sałata zielona 10g Herbata 1g Woda 250ml	Kanapka z wędliną, sałatką jarzynową i dodatkami Chleb pszen 35g Chleb graham 65g Masło 10g Wędlina 50g Marchew 30g Pietruszka 20g Seler 10g Ziemniak 30g Jajko 20g Jabłko 20g Majonez 10g Kefir 2% 10g Natka pietruszki 5g Sałata zielona 10g Herbata 1g Woda 250ml	Kanapka z wędliną, sałatką jarzynową i dodatkami Chleb pszen 35g Chleb graham 65g Masło 10g Wędlina 50g Marchew 30g Pietruszka 20g Seler 10g Ziemniak 30g Jajko 20g Jabłko 20g Majonez 10g Kefir 2% 10g Natka pietruszki 5g Sałata zielona 10g Herbata 1g Woda 250ml

II kolacja	Serek wiejski 150g	Serek wiejski 150g	Serek wiejski 150g
Wartość odżywcza jadłospisu	Wartość energetyczna: 1923 kcal Białko: 110,1g Tłuszcz: 70,3g NKT: 28,4g Węglowodany ogółem: 226,29g Cukry: 54,67g Błonnik: 27,85g Sól: 5,39g	Wartość energetyczna: 1911,8 kcal Białko: 113,1g Tłuszcz: 65,3g NKT: 26,4g Węglowodany ogółem: 232,05g Cukry: 55,21g Błonnik: 28,27g Sól: 5,06g	Wartość energetyczna: 2042,9 kcal Białko: 119,5g Tłuszcz: 69,6g NKT: 29,1g Węglowodany ogółem: 249,26g Cukry: 68,1g Błonnik: 29,69g Sól: 5,27g

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 łatwostrawna
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Obiad: Dieta łatwostrawna
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Obiad: Dieta podstawowa



Kolacja: Dieta łatwostrawna
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Kolacja: Dieta podstawowa