

7.01.2024	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 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 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 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 wędliną i papryką Chleb pszenny 50g Masło 5g Wędlina 30g Papryka 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, marchewka gotowana, ziemniaki Udziec z kurczaka 200g Olej 10g Marchew 150g Mąka pszenna 3g Ziemniaki 300g Koper 5g Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g	Makaron 4-jajeczny 30g Udziec z kurczaka gotowany, marchewka gotowana, ziemniaki Udziec z kurczaka 200g Olej 10g Marchew 150g Mąka pszenna 3g Ziemniaki 300g Koper 5g Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g	Makaron 4-jajeczny 30g Udziec z kurczaka gotowany, marchewka gotowana, ziemniaki Udziec z kurczaka 200g Olej 10g Marchew 150g Mąka pszenna 3g Ziemniaki 300g Koper 5g Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g
	Podwieczorek			Wafle b/c 10g
	Kolacja	Kanapka z twarożkiem z rzodkiewką i dodatkami Chleb pszenno-żytni 35g Chleb graham 65g Masło 10g Twaróg półtłusty 50g Rzodkiewka 3g Szczypiorek 5g Pomidor 60g Ogórek kiszony 70g Herbata 1g Woda 250ml	Kanapka z twarożkiem z zieleciną i dodatkami Chleb pszenny 35g Chleb graham 65g Masło 10g Twaróg półtłusty 50g Natka pietruszki 5g Pomidor 60g Powidło wieloowocowe 50g Herbata 1g Woda 250ml	Kanapka z twarożkiem z rzodkiewką i dodatkami Chleb pszenny 35g Chleb graham 65g Masło 10g Twaróg półtłusty 50g Rzodkiewka 3g Szczypiorek 5g Pomidor 60g Ogórek kiszony 70g 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: 1971,9 kcal Białko: 104,2g Tłuszcz: 68,6g NKT: 24,6g	Wartość energetyczna: 2072,2 kcal Białko: 104g Tłuszcz: 68,1g NKT: 24,5g	Wartość energetyczna: 2216,8 kcal Białko: 113,3g Tłuszcz: 76,4g NKT: 29g

Węglowodany ogółem: 246,79g Cukry: 45,1g Błonnik: 25,19g Sól: 5,17g	Węglowodany ogółem: 273,66g Cukry: 61,01g Błonnik: 26,09g Sól: 3,79g	Węglowodany ogółem: 281,81g Cukry: 45,36g Błonnik: 25,99g Sól: 6,22g
--	---	---

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