

	2.02.2024	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku Płatki owsiane górskie 20g Mleko 2% 250ml Kanapka z sałatką z porów i dodatkami Chleb pszenno-żytni 35g Chleb graham 65g Masło 10g Por 10g Ser żółty gouda 20g Jajko 60g Papryka kons 10g Ogórek kons 10g Kukurydza kons 5g Kefir 2% 10g Majonez 5g Sałata lodowa 10g Papryka czerwona 70g Kakao 3g Mleko 2% 250ml	Płatki owsiane na mleku Płatki owsiane górskie 20g Mleko 2% 250ml Kanapka z pasta z jajek i zieleniną i dodatkami Chleb pszenny 30g Chleb graham 65g Masło 10g Jajko 60g Kefir 2% 10g Majonez 5g Natka pietruszki 5g Pomidor 60g Drożdżówka 100g Kakao 3g Mleko 2% 250ml	Płatki owsiane na mleku Płatki owsiane górskie 20g Mleko 2% 250ml Kanapka z sałatką z porów i dodatkami Chleb pszenny 35g Chleb graham 65g Masło 10g Por 10g Ser żółty gouda 20g Jajko 60g Papryka kons 10g Ogórek kons 10g Kukurydza kons 5g Kefir 2% 10g Majonez 5g Sałata lodowa 10g Papryka czerwona 70g Kakao 3g Mleko 2% 250ml
	II śniadanie			Budyń Budyń b/c 10g Mleko 2% 250ml
	Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew seler pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g	Zupa ryżowa z jarzyną Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew seler pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g	Zupa ryżowa z jarzyną Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew seler pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g

	<p>Śmietana 18% 10g Mąka pszenna 5g Ogórek kiszony 50g Ryż 30g</p> <p>Ryba smażona, surówka z czerwonej kapusty, ziemniaki Filet z miruny 200g Olej 10g Jajko 20g Mąka pszenna 5g Bulka tarta 10g Kapusta czerwona 150g Cytryna 10g Jabłko 50g Ziemniaki 300g Koper 5g</p> <p>Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>	<p>Śmietana 18% 10g Mąka pszenna 5g Ryż 30g</p> <p>Ryba duszona z sosem śmietanowym, surówka z marchwi i jabłka, ziemniaki Filet z miruny 200g Olej 10g Mąka pszenna 5g Śmietana 18% 10g Marchew 150g Cytryna 10g Jabłko 50g Ziemniaki 300g Koper 5g</p> <p>Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>	<p>Śmietana 18% 10g Mąka pszenna 5g Ryż 30g</p> <p>Ryba duszona z sosem śmietanowym, surówka z marchwi i jabłka, ziemniaki Filet z miruny 200g Olej 10g Mąka pszenna 5g Śmietana 18% 10g Marchew 150g Cytryna 10g Jabłko 50g Ziemniaki 300g Koper 5g</p> <p>Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>
Podwieczorek			Mandarynka 75g
Kolacja	<p>Kanapka z serkiem topionym i dodatkami Chleb pszenno-żytni 35g Chleb graham 65g Masło 10g Serek topiony 40g Pomidor 60g Sałata zielona 10g</p> <p>Herbata 1g Woda 250ml</p>	<p>Kanapka z serkiem topionym i dodatkami Chleb pszenny 35g Chleb graham 65g Masło 10g Serek topiony 40g Dżem niskosłodzony 50g Pomidor 60g</p> <p>Herbata 1g Woda 250ml</p>	<p>Kanapka z serkiem topionym i dodatkami Chleb pszenny 35g Chleb graham 65g Masło 10g Serek topiony 40g Pomidor 60g Sałata zielona 10g</p> <p>Herbata 1g Woda 250ml</p>
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: 2040,2 kcal	Wartość energetyczna: 2209,9 kcal	Wartość energetyczna: 2145,9 kcal
	Białko: 102g Tłuszcz: 70,2g NKT: 32,6g Węglowodany ogółem: 262,84g Cukry: 56,79g Błonnik: 25,99g Sól: 6,06g	Białko: 100,6g Tłuszcz: 67,9g NKT: 29,5g Węglowodany ogółem: 311,79g Cukry: 77,71g Błonnik: 25,77g Sól: 4,96g	Białko: 105,9g Tłuszcz: 72,6g NKT: 34,7g Węglowodany ogółem: 281,4g Cukry: 75,06g Błonnik: 28,21g Sól: 5,34g

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