

	20.02.2024	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku <b>Płatki owsiane górskie</b> 20g <b>Mleko 2%</b> 250ml  Kanapka z pasta z twarogu i awokado z zieleniną i dodatkami <b>Chleb pszenno-żytni</b> 35g <b>Chleb graham</b> 65g <b>Masło</b> 10g <b>Twaróg półtłusty</b> 50g Awokado 50g Natka pietruszki 5g Sałata lodowa 10g <b>Ogórek kons</b> 70g  <b>Kawa zbożowa</b> 3g <b>Mleko 2%</b> 250ml	Płatki owsiane na mleku <b>Płatki owsiane górskie</b> 20g <b>Mleko 2%</b> 250ml  Kanapka z pasta z twarogu i awokado z zieleniną i dodatkami <b>Chleb pszenny</b> 35g <b>Chleb graham</b> 65g <b>Masło</b> 10g <b>Twaróg półtłusty</b> 50g Awokado 50g Natka pietruszki 5g Dżem niskosłodzony 40g Pomidor 60g  <b>Kawa zbożowa</b> 3g <b>Mleko 2%</b> 250ml	Płatki owsiane na mleku <b>Płatki owsiane górskie</b> 20g <b>Mleko 2%</b> 250ml  Kanapka z pasta z twarogu i awokado z zieleniną i dodatkami <b>Chleb pszenny</b> 35g <b>Chleb graham</b> 65g <b>Masło</b> 10g <b>Twaróg półtłusty</b> 50g Awokado 50g Natka pietruszki 5g Sałata lodowa 10g <b>Ogórek kons</b> 70g  <b>Kawa zbożowa</b> 3g <b>Mleko 2%</b> 250ml
	II śniadanie			Omlet z groszkiem <b>Jajko</b> 100g <b>Mąka pszenna</b> 10g Groszek kons 5g Olej 5g
	Obiad	Zupa grysikowa z jarzyną Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew <b>seler</b> pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g <b>Śmietana 18%</b> 10g <b>Mąka pszenna</b> 5g	Zupa grysikowa z jarzyną Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew <b>seler</b> pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g <b>Śmietana 18%</b> 10g <b>Mąka pszenna</b> 5g	Zupa grysikowa z jarzyną Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew <b>seler</b> pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g <b>Śmietana 18%</b> 10g <b>Mąka pszenna</b> 5g

	<p><b>Kasza manna 30g</b></p> <p>Filet z indyka duszony z sosem cebulowym, surówka z białej kapusty, ziemniaki</p> <p>Filet z indyka 150g</p> <p>Olej 20g</p> <p>Cebula 20g</p> <p><b>Mąka pszenna 5g</b></p> <p>Kapusta biała 150g</p> <p>Marchew 50g</p> <p><b>Ogórek kons 50g</b></p> <p>Ziemniaki 300g</p> <p>Koper 5g</p> <p>Kompot 250ml</p> <p>Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>	<p><b>Kasza manna 30g</b></p> <p>Filet z indyka gotowany, cukinia duszona, ziemniaki</p> <p>Filet z indyka 150g</p> <p>Olej 20g</p> <p><b>Mąka pszenna 5g</b></p> <p>Cukinia 150g</p> <p>Ziemniaki 300g</p> <p>Koper 5g</p> <p>Kompot 250ml</p> <p>Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>	<p><b>Kasza manna 30g</b></p> <p>Filet z indyka gotowany, cukinia duszona,, ziemniaki</p> <p>Filet z indyka 150g</p> <p>Olej 20g</p> <p><b>Mąka pszenna 5g</b></p> <p>Cukinia 150g</p> <p>Ziemniaki 300g</p> <p>Koper 5g</p> <p>Kompot 250ml</p> <p>Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>
	Podwieczorek		Gruszka 120g
	<p>Kolacja</p> <p>Kanapka z wędliną, sałatka z buraczków i dodatkami</p> <p><b>Chleb pszenno-żytni 35g</b></p> <p><b>Chleb graham 65g</b></p> <p><b>Masło 10g</b></p> <p><b>Wędlina 50g</b></p> <p>Burak 60g</p> <p><b>Jajko 20g</b></p> <p><b>Ogórek kons 20g</b></p> <p>Papryka kons 10g</p> <p>Kukurydza kons 5g</p> <p><b>Kefir 2% 10g</b></p> <p><b>Majonez 5g</b></p> <p>Natka pietruszki 5g</p>	<p>Kanapka z wędliną, sałatka z buraczków i dodatkami</p> <p><b>Chleb pszenny 35g</b></p> <p><b>Chleb graham 65g</b></p> <p><b>Masło 10g</b></p> <p><b>Wędlina 50g</b></p> <p>Burak 60g</p> <p><b>Jajko 20g</b></p> <p><b>Ogórek kons 20g</b></p> <p>Papryka kons 10g</p> <p>Kukurydza kons 5g</p> <p><b>Kefir 2% 10g</b></p> <p><b>Majonez 5g</b></p> <p>Natka pietruszki 5g</p>	<p>Kanapka z wędliną, sałatka z buraczków i dodatkami</p> <p><b>Chleb pszenny 35g</b></p> <p><b>Chleb graham 65g</b></p> <p><b>Masło 10g</b></p> <p><b>Wędlina 50g</b></p> <p>Burak 60g</p> <p><b>Jajko 20g</b></p> <p><b>Ogórek kons 20g</b></p> <p>Papryka kons 10g</p> <p>Kukurydza kons 5g</p> <p><b>Kefir 2% 10g</b></p> <p><b>Majonez 5g</b></p> <p>Natka pietruszki 5g</p>

		Salata zielona 10g Herbata 1g Woda 250ml	Salata zielona 10g Herbata 1g Woda 250ml	Salata zielona 10g Herbata 1g Woda 250ml
	II kolacja	<b>Jogurt naturalny 150g</b>	<b>Jogurt naturalny 150g</b>	<b>Jogurt naturalny 150g</b>
Wartość odżywcza jadłospisu		Wartość energetyczna: 2033,2 kcal Białko: 101,3g Tłuszcz: 70g NKT: 23,9g Węglowodany ogółem: 263,02g Cukry: 58,46g Błonnik: 27,3g Sól: 5,77g	Wartość energetyczna: 2031,1 kcal Białko: 100,1g Tłuszcz: 68,8g NKT: 23,8g Węglowodany ogółem: 265,26g Cukry: 62,37g Błonnik: 24,16g Sól: 4,36g	Wartość energetyczna: 2246,6 kcal Białko: 112,4g Tłuszcz: 82,5g NKT: 26,8g Węglowodany ogółem: 276,35g Cukry: 61,20g Błonnik: 25,99g 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 łatwostrawna  
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów