

	23.02.2024	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 pastą z jajek i zieleniną i dodatkami <b>Chleb pszenno-żytni</b> 35g <b>Chleb graham</b> 65g <b>Masło</b> 10g <b>Jajko</b> 60g <b>Majonez</b> 5g <b>Kefir 2%</b> 10g Natka pietruszki 5g Pomidor 60g Sałata lodowa 10g  <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 pastą z jajek i zieleniną i dodatkami <b>Chleb pszenny</b> 35g <b>Chleb graham</b> 65g <b>Masło</b> 10g <b>Jajko</b> 60g <b>Majonez</b> 5g <b>Kefir 2%</b> 10g Natka pietruszki 5g Pomidor 60g Sałata lodowa 10g  <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 pastą z jajek i zieleniną i dodatkami <b>Chleb pszenny</b> 35g <b>Chleb graham</b> 65g <b>Masło</b> 10g <b>Jajko</b> 60g <b>Majonez</b> 5g <b>Kefir 2%</b> 10g Natka pietruszki 5g Pomidor 60g Sałata lodowa 10g  <b>Kawa zbożowa</b> 3g <b>Mleko 2%</b> 250ml
	II śniadanie			Sok pomidorowy 200ml
	Obiad	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 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 Pieczarki 50g Ziemniaki 200g	Zupa ziemniaczana 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 Fasolka szparagowa 10g Ziemniaki 200g	Zupa ziemniaczana 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 Fasolka szparagowa 10g Ziemniaki 200g

		Pierogi leniwe Ziemniaki 50g <b>Twaróg półtłusty</b> 120g <b>Jajko</b> 20g <b>Mąka pszenna</b> 30g Olej 15g  Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g	Pierogi leniwe Ziemniaki 50g <b>Twaróg półtłusty</b> 120g <b>Jajko</b> 20g <b>Mąka pszenna</b> 30g Olej 15g  Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g	Pierogi leniwe Ziemniaki 50g <b>Twaróg półtłusty</b> 120g <b>Jajko</b> 20g <b>Mąka pszenna</b> 30g Olej 15g  Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g
	Podwieczorek			Pomarańcza 120g
	Kolacja	Kanapka z sałatką z tuńczyka i ryżu z zieleciną i dodatkami <b>Chleb pszenno-żytni</b> 35g <b>Chleb graham</b> 65g <b>Masło</b> 10g <b>Tuńczyk w sosie własnym</b> 30g Ryż 30g Olej 5g Papryka kons 10g <b>Ogórek kons</b> 10g Kukurydza kons 5g <b>Kefir 2%</b> 10g <b>Majonez</b> 5g Natka pietruszki 5g Sałata zielona 10g Dżem niskosłodzony 40g  Herbata 1g Woda 250ml	Kanapka z sałatką z tuńczyka i ryżu z zieleciną i dodatkami <b>Chleb pszenno-żytni</b> 35g <b>Chleb graham</b> 65g <b>Masło</b> 10g <b>Tuńczyk w sosie własnym</b> 30g Ryż 30g Olej 5g Papryka kons 10g <b>Ogórek kons</b> 10g Kukurydza kons 5g <b>Kefir 2%</b> 10g <b>Majonez</b> 5g Natka pietruszki 5g Sałata zielona 10g Dżem niskosłodzony 40g  Herbata 1g Woda 250ml	Kanapka z sałatką z tuńczyka i ryżu z zieleciną i dodatkami <b>Chleb pszenno-żytni</b> 35g <b>Chleb graham</b> 65g <b>Masło</b> 10g <b>Tuńczyk w sosie własnym</b> 30g Ryż 30g Olej 5g Papryka kons 10g <b>Ogórek kons</b> 10g Kukurydza kons 5g <b>Kefir 2%</b> 10g <b>Majonez</b> 5g Natka pietruszki 5g Sałata zielona 10g Papryka czerwona 70g  Herbata 1g Woda 250ml
	II kolacja	Chrupki kukurydziane 10g	Chrupki kukurydziane 10g	Chrupki kukurydziane 10g
	Wartość odżywcza jadłospisu	Wartość energetyczna: 1959,2 kcal Białko: 84,2g	Wartość energetyczna: 1957,7 kcal Białko: 82,7g	Wartość energetyczna: 2005,4 kcal Białko: 86g

<p>Tłuszcz: 69,4g  NKT: 24,9g  Węglowodany ogółem: 260,07g  Cukry: 52,54g  Błonnik: 21,67g  Sól: 4,12g</p>	<p>Tłuszcz: 68,8g  NKT: 23,2g  Węglowodany ogółem: 262,24g  Cukry: 51,74g  Błonnik: 20,77g  Sól: 3,92g</p>	<p>Tłuszcz: 69,4g  NKT: 24,9g  Węglowodany ogółem: 270,93g  Cukry: 56,65g  Błonnik: 23,79g  Sól: 5,01g</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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 podstawowa  
Dieta łatwostrawna



Kolacja:  
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów