

	18.03.2024	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 sałatką duńską i dodatkami <b>Chleb pszenno-żytni</b> 35g <b>Chleb graham</b> 65g <b>Masło</b> 10g <b>Wędlina</b> 30g <b>Ser żółty gouda</b> 10g <b>Jajko</b> 60g Kukurydza kons 5g <b>Kefir 2%</b> 10g <b>Majonez</b> 3g Szczypiorek 5g Sałata lodowa 10g Papryka czerwona 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 wędliną i dodatkami <b>Chleb pszenno-żytni</b> 35g <b>Chleb graham</b> 65g <b>Masło</b> 10g <b>Wędlina</b> 50g Pomidor 60g Dżem niskosłodzony 30g  <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 sałatką duńską i dodatkami <b>Chleb pszenno-żytni</b> 35g <b>Chleb graham</b> 65g <b>Masło</b> 10g <b>Wędlina</b> 30g <b>Ser żółty gouda</b> 10g <b>Jajko</b> 60g Kukurydza kons 5g <b>Kefir 2%</b> 10g <b>Majonez</b> 3g Szczypiorek 5g Sałata lodowa 10g Papryka czerwona 70g  <b>Kawa zbożowa</b> 3g <b>Mleko 2%</b> 250ml
	II śniadanie			Kisiel Kisiel b/c 10g Woda 250ml
	Obiad	Krupnik z jarzyną Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew <b>seler</b> pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g <b>Śmietana 18%</b> 10g	Krupnik z jarzyną Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew <b>seler</b> pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g <b>Śmietana 18%</b> 10g	Krupnik z jarzyną Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew <b>seler</b> pietruszka) 30g Kapusta włoska 10g Natka pietruszki 5g <b>Śmietana 18%</b> 10g

	<p><b>Mąka pszenna 5g</b> <b>Kasza jęczmienna 30g</b></p> <p>Kluski śląskie z gulaszem wieprzowo-warzywnym, surówka z buraczków Ziemniaki 300g <b>Mąka pszenna 35g</b> Mąka ziemniaczana 20g <b>Jajko 20g</b> Mięso gulaszowe wieprzowe 100g Olej 5g <b>Mieszanka warzywna mrożona 50g</b> Buraki 150g Cytryna 10g</p> <p>Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>	<p><b>Mąka pszenna 5g</b> <b>Kasza jęczmienna 30g</b></p> <p>Kluski śląskie z gulaszem wieprzowo-warzywnym, surówka z buraczków Ziemniaki 300g <b>Mąka pszenna 35g</b> Mąka ziemniaczana 20g <b>Jajko 20g</b> Mięso gulaszowe wieprzowe 100g Olej 5g <b>Mieszanka warzywna mrożona 50g</b> Buraki 150g Cytryna 10g</p> <p>Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>	<p><b>Mąka pszenna 5g</b> <b>Kasza jęczmienna 30g</b></p> <p>Kluski śląskie z gulaszem wieprzowo-warzywnym, surówka z buraczków Ziemniaki 300g <b>Mąka pszenna 35g</b> Mąka ziemniaczana 20g <b>Jajko 20g</b> Mięso gulaszowe wieprzowe 100g Olej 5g <b>Mieszanka warzywna mrożona 50g</b> Buraki 150g Cytryna 10g</p> <p>Kompot 250ml Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>
	Podwieczorek		<b>Krakersy 10g</b>
	<p>Kolacja</p> <p>Kanapka z pastą z twarogu i ryby z zieleniną i dodatkami <b>Chleb pszenno-żytni 35g</b> <b>Chleb graham 65g</b> <b>Masło 10g</b> <b>Twaróg półtłusty 50g</b> <b>Tuńczyk w sosie własnym 10g</b> Natka pietruszki 5g Pomidor 60g Jabłko 120g</p> <p>Herbata 1g Woda 250ml</p>	<p>Kanapka z pastą z twarogu i ryby z zieleniną i dodatkami <b>Chleb pszenny 35g</b> <b>Chleb graham 65g</b> <b>Masło 10g</b> <b>Twaróg półtłusty 50g</b> <b>Tuńczyk w sosie własnym 10g</b> Natka pietruszki 5g Pomidor 60g Jabłko 120g Cynamon 3g</p> <p>Herbata 1g Woda 250ml</p>	<p>Kanapka z pastą z twarogu i ryby z zieleniną i dodatkami <b>Chleb pszenny 35g</b> <b>Chleb graham 65g</b> <b>Masło 10g</b> <b>Twaróg półtłusty 50g</b> <b>Tuńczyk w sosie własnym 10g</b> Natka pietruszki 5g Pomidor 60g Jabłko 120g</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: 2140,6 kcal Białko: 103,2g Tłuszcz: 73,1g NKT: 31,4g Węglowodany ogółem: 281,61g Cukry: 66,44g Błonnik: 28,35g Sól: 4,57g	Wartość energetyczna: 2075,1 kcal Białko: 95,1g Tłuszcz: 65,1g NKT: 29,4g Węglowodany ogółem: 290,91g Cukry: 73,62g Błonnik: 27,54g Sól: 4,23g	Wartość energetyczna: 2196,2 kcal Białko: 103,7g Tłuszcz: 74,4g NKT: 32,4g Węglowodany ogółem: 291,85g Cukry: 66,98g Błonnik: 28,35g Sól: 4,59g

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 podstawowa  
Dieta łatwostrawna  
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Kolacja: Dieta podstawowa  
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Kolacja: Dieta łatwostrawna