

	8.03.2024	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 z tuńczyka i ryżu z zieleniną 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 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 sałatką z tuńczyka i ryżu z zieleniną i dodatkami <b>Chleb pszenny</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 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 sałatką z tuńczyka i ryżu z zieleniną i dodatkami <b>Chleb pszenny</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 Pomidor 60g Sałata lodowa 10g  <b>Kawa zbożowa</b> 3g <b>Mleko 2%</b> 250ml
	II śniadanie			Budyń <b>Budyń b/c</b> 10g <b>Mleko</b> 250ml
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew <b>seler</b> pietruszka) 30g	Zupa pejszankowa z ziemniakami Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew <b>seler</b> pietruszka) 30g	Zupa pejszankowa z ziemniakami Porcje rosółowe 10g Włoszczyzna (marchew <b>seler</b> pietruszka) 30g

	<p>Kapusta włoska 10g  Natka pietruszki 5g  <b>Śmietana 18%</b> 10g  <b>Mąka pszenna</b> 5g  Groch omielany 50g  Ziemniaki 200g</p> <p>Naleśniki z serem  <b>Mąka pszenna</b> 70g  <b>Mleko 2%</b> 150ml  <b>Jajko</b> 20g  Olej 10g  <b>Twaróg półtłusty</b> 80g  <b>Cukier waniliowy</b> 3g  Cukier puder 3g</p> <p>Kompot 250ml  Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>	<p>Kapusta włoska 10g  Natka pietruszki 5g  <b>Śmietana 18%</b> 10g  <b>Mąka pszenna</b> 5g  Fasolka szparagowa 10g  Koncentrat pomidorowy 20g  Ziemniaki 200g</p> <p>Makaron z serem i cynamonem  <b>Makaron 4-jajeczny</b> 80g  Olej 10g  <b>Twaróg półtłusty</b> 80g  Cynamon 5g</p> <p>Kompot 250ml  Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>	<p>Kapusta włoska 10g  Natka pietruszki 5g  <b>Śmietana 18%</b> 10g  <b>Mąka pszenna</b> 5g  Fasolka szparagowa 10g  Koncentrat pomidorowy 20g  Ziemniaki 200g</p> <p>Makaron z serem i cynamonem  <b>Makaron 4-jajeczny</b> 80g  Olej 10g  <b>Twaróg półtłusty</b> 80g  Cynamon 5g</p> <p>Kompot 250ml  Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>	
	Podwieczorek		Pomarańcza 120g	
	Kolacja	<p>Kanapka z serem żółtym i dodatkami  <b>Chleb pszenno-żytni</b> 35g  <b>Chleb graham</b> 65g  <b>Masło</b> 10g  <b>Ser żółty gouda</b> 40g  Papryka czerwona 70g  Sałata zielona 10g</p> <p>Herbata 1g  Woda 250ml</p>	<p>Kanapka z serkiem topionym i dodatkami  <b>Chleb pszenny</b> 35g  <b>Chleb graham</b> 65g  <b>Masło</b> 10g  <b>Serek topiony</b> 40g  Dżem niskosłodzony 40g  Pomidor 60g</p> <p>Herbata 1g  Woda 250ml</p>	<p>Kanapka z serem żółtym i dodatkami  <b>Chleb pszenny</b> 35g  <b>Chleb graham</b> 65g  <b>Masło</b> 10g  <b>Ser żółty gouda</b> 40g  Papryka czerwona 70g  Sałata zielona 10g</p> <p>Herbata 1g  Woda 250ml</p>
	II kolacja	<b>Jogurt naturalny</b> 150g	<b>Jogurt naturalny</b> 150g	
	Wartość odżywcza	Wartość energetyczna: 2212,8 kcal	Wartość energetyczna: 2039,2 kcal	
			Wartość energetyczna: 2207 kcal	

jadłospisu	Białko: 102,7g Tłuszcz: 71,2g NKT: 31,2g Węglowodany ogółem: 303,92g Cukry: 58,71g Błonnik: 27,46g Sól: 4,57g	Białko: 82,7g Tłuszcz: 63,7g NKT: 27,6g Węglowodany ogółem: 294,28g Cukry: 61,75g Błonnik: 21,45g Sól: 4,69g	Białko: 97g Tłuszcz: 71,6g NKT: 32g Węglowodany ogółem: 305,38g Cukry: 69,23g Błonnik: 23,95g Sól: 4,53g
------------	---	--	--

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 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Kolacja: Dieta łatwostrawna