

	5.04.2024	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			Kisiel <b>Kisiel b/c</b> 10g Woda 250ml
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 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 Koncentrat pomidorowy 20g	Zupa pomidorowa z makaronem 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 Koncentrat pomidorowy 20g	Zupa pomidorowa z makaronem 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 Koncentrat pomidorowy 20g

	<p><b>Makaron4-jajeczny 30g</b></p> <p>Filet z indyka duszony z sosem cebulowym, surówka z selera i ananasa, ziemniaki</p> <p>Filet z indyka 120g</p> <p>Olej 15g</p> <p><b>Mąka pszenna 5g</b></p> <p>Cebula 20g</p> <p><b>Seler 150g</b></p> <p>Cytryna 10g</p> <p>Ananas kons 10g</p> <p>Ziemniaki 300g</p> <p>Koper 5g</p> <p>Kompot 250ml</p> <p>Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>	<p><b>Makaron4-jajeczny 30g</b></p> <p>Filet z indyka gotowany, surówka z selera i ananasa, ziemniaki</p> <p>Filet z indyka 120g</p> <p>Olej 15g</p> <p><b>Mąka pszenna 5g</b></p> <p><b>Seler 150g</b></p> <p>Cytryna 10g</p> <p>Ananas kons 10g</p> <p>Ziemniaki 300g</p> <p>Koper 5g</p> <p>Kompot 250ml</p> <p>Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>	<p><b>Makaron4-jajeczny 30g</b></p> <p>Filet z indyka gotowany, surówka z selera i ananasa, ziemniaki</p> <p>Filet z indyka 120g</p> <p>Olej 15g</p> <p><b>Mąka pszenna 5g</b></p> <p><b>Seler 150g</b></p> <p>Cytryna 10g</p> <p>Ananas kons 10g</p> <p>Ziemniaki 300g</p> <p>Koper 5g</p> <p>Kompot 250ml</p> <p>Mieszanka kompotowa mrożona 50g</p>
	Podwieczorek		Jabłko 120g
	<p>Kolacja</p> <p>Kanapka z sałatką z tuńczyka i ryżu z zieleniną 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>Tuńczyk w sosie własnym 30g</b></p> <p>Ryż 30g</p> <p>Olej 5g</p> <p>Papryka kons 10g</p> <p><b>Ogórek kons 10g</b></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 sałatką z tuńczyka i ryżu z zieleniną 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>Tuńczyk w sosie własnym 30g</b></p> <p>Ryż 30g</p> <p>Olej 5g</p> <p>Papryka kons 10g</p> <p><b>Ogórek kons 10g</b></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 sałatką z tuńczyka i ryżu z zieleniną 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>Tuńczyk w sosie własnym 30g</b></p> <p>Ryż 30g</p> <p>Olej 5g</p> <p>Papryka kons 10g</p> <p><b>Ogórek kons 10g</b></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 Powidło wieloowocowe 30g	Salata zielona 10g Powidło wieloowocowe 30g	Salata zielona 10g Ogórek zielony 70g
		Herbata 1g Woda 250ml	Herbata 1g Woda 250ml	Herbata 1g Woda 250ml
	II kolacja	<b>Serek wiejski 150g</b>	<b>Serek wiejski 150g</b>	<b>Serek wiejski 150g</b>
	Wartość odżywcza jadłospisu	Wartość energetyczna: 2105,1 kcal Białko: 103,7g Tłuszcz: 69g NKT: 24,2g Węglowodany ogółem: 281,56g Cukry: 56,55g Błonnik: 28,79g Sól: 4,47g	Wartość energetyczna: 2106,9 kcal Białko: 103,2g Tłuszcz: 68,4g NKT: 24,2g Węglowodany ogółem: 283,65g Cukry: 54,87g Błonnik: 28,48g Sól: 4,28g	Wartość energetyczna: 2116,9 kcal Białko: 103,8g Tłuszcz: 68,9g NKT: 24,2g Węglowodany ogółem: 285,56g Cukry: 56,87g Błonnik: 30,47g Sól: 4,29g

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