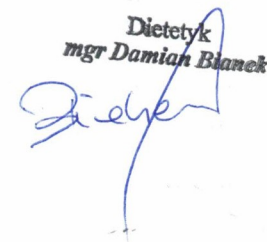


Dzień 1 PONIEDZIAŁEK 23.10.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g ser topiony 2 plastry (7) pasztet drobiowy 30g pomidor 40g ogórek zielony 60g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g ser topiony 2 plastry (7) szynka konserwowa 30g pomidor 40g ogórek zielony 60g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g ser topiony 2 plastry (7) szynka konserwowa 30g pomidor 40g ogórek zielony 60g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g ser topiony 2 plastry (7) pasztet drobiowy 30g pomidor 40g ogórek zielony 60g
II Śniadanie	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Obiad	Krem warzywny (1,7,9) 350ml makaron 200g (1,3) sos boloński z warzywami 150g (1,7,9) kompot 200 ml	Krem warzywny (1,7,9) 350ml parówka 80g sos koperkowy 80 ml (7) ziemniaki 200g kalafior gotowany 100g kompot 200 ml	Krem warzywny (1,7,9) 350ml parówka 80g sos koperkowy 80 ml (7) ziemniaki 200g kalafior gotowany 100g kompot 200 ml	Krem warzywny (1,7,9) 350ml makaron 200g (1,3) sos boloński z warzywami 150g (1,7,9) kompot 200 ml
Podwieczorek	Budyń śmietankowy (7)	Budyń śmietankowy (7)	Budyń śmietankowy (7)	Budyń śmietankowy (7)
Kolacja	chleb 200g (1), masło (7) 10g ogórek kwaszony 40g sałata 20g ser biały 40 g wędlina wieprzowa 30g	chleb 200g (1), masło (7) 10g ogórek kwaszony 40g sałata 20g ser biały 40 g wędlina wieprzowa 30g	chleb 200g (1), masło (7) 10g ser biały 40 g sałata 20g wędlina wieprzowa 30g	chleb 200g (1), masło (7) 10g ogórek kwaszony 40g sałata 20g ser biały 40 g wędlina wieprzowa 30g
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), ogórek zielony 30g

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Białek

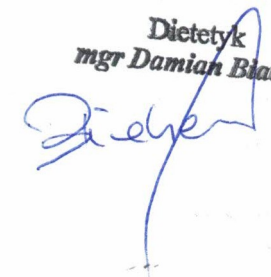


Dzień 2 WTOREK 24.10.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g pasta z zielonego groszku 40g (7) pomidor 40g ogórek kiszony 60g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g pasta z zielonego groszku 40g (7) pomidor 40g ogórek kiszony 60g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g pasta z zielonego groszku 40g (7) pomidor 40g ogórek kiszony 60g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g pasta z zielonego groszku 40g (7) pomidor 40g ogórek kiszony 60g
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Ogórkowa (1,6,7) 350ml Kotlet mielony 100g (1,3) Ziemniaki 200g fasolka 100g (6) kompot 200 ml	Ogórkowa (1,6,7) 350ml Pulpet gotowany 100g Ziemniaki 200g sos pomidorowy 80 ml buraczki 100g kompot 200 ml	Ogórkowa (1,6,7) 350ml Pulpet gotowany 100g Ziemniaki 200g sos pomidorowy 80 ml buraczki 100g kompot 200 ml	Ogórkowa (1,6,7) 350ml Kotlet mielony 100g (1,3) Ziemniaki 200g fasolka 100g (6) kompot 200 ml
Podwieczorek	Biszkopty (1,3)	Biszkopty (1,3)	Biszkopty (1,3)	Biszkopty (1,3)
Kolacja	chleb 200g (1), masło (7) 10g ser żółty -30 g pasta rybna 40g sałata 20g papryka konserwowa 50g	chleb 200g (1), masło (7) 10g ser żółty -30 g pasta rybna 40g sałata 20g papryka konserwowa 50g	chleb 200g (1), masło (7) 10g ser żółty -30 g pasta rybna 40g sałata 20g papryka konserwowa 50g	chleb 200g (1), masło (7) 10g ser żółty -30 g pasta rybna 40g sałata 20g papryka konserwowa 50g
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), twarożek 25g (7)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Białek

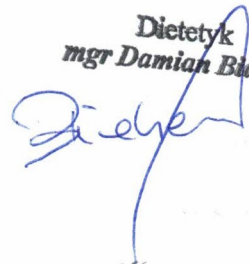


Dzień 3 ŚRODA 25.10.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. kiełbasa zwyczajna 70g ketchup 20g pomidor 40g sałatka szwedzka 60g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. parówka gotowana 70g ketchup 20g ogórek kiszony 40g sałatka szwedzka 60g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. ogórek kiszony 40g parówka gotowana 70g ketchup 20g sałatka szwedzka 60g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. kiełbasa zwyczajna 70g ketchup 20g ogórek kiszony 40g sałatka szwedzka 60g
II Śniadanie	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)
Obiad	Zupa jarzynowa (1,7,9) 350 ml Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g kompot 200 ml	Zupa jarzynowa (1,7,9) 350 ml Udko z kurczaka gotowane 100g sos potrawkowy 80 ml (1,3,7) ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g kompot 200 ml	Zupa jarzynowa (1,7,9) 350 ml Udko z kurczaka gotowane 100g sos potrawkowy 80 ml (1,3,7) ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g kompot 200 ml	Zupa jarzynowa (1,3,7,9) 350 ml Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g kompot 200 ml
Podwieczorek	Sok pomidorowy 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.
Kolacja	chleb 200g (1), masło (7) 10g galart drobiowy 80g pasta twarogowo pomidorowa 40g pomidor 50g ogórek zielony 50g	chleb 200g (1), masło (7) 10g galart drobiowy 80g pomidor 50g pasta twarogowo pomidorowa 40g ogórek zielony 50g	chleb 200g (1), masło (7) 10g serek biały z zieleńką 50g pasta twarogowo pomidorowa 40g ogórek zielony 50g	chleb 200g (1), masło (7) 10g galart drobiowy 80g pomidor 50g pasta twarogowo pomidorowa 40g ogórek zielony 50g
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), wędlina 25g (7)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Biłanek



Dzień 4 CZWARTEK 26.10.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g serek topiony 30g sałatka jarzynowa 100g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g serek topiony 30g sałatka jarzynowa 100g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g serek topiony 30g sałatka jarzynowa 100g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 50g serek topiony 50g sałatka jarzynowa 100g
II Śniadanie	Jogurt naturalny (7)	Jogurt naturalny (7)	Jogurt naturalny (7)	Jogurt naturalny (7)
Obiad	Ziemniaczana 350ml, (6,7,9) Kiełbasa z rusztu z cebulką 100g ziemniaki 200g Ogórek kiszony 100g kompot 200 ml	Ziemniaczana 350ml, (6,7,9) Klops gotowany 100g sos pomidorowy 80 ml (7) ziemniaki 200g brokuł gotowany 100g kompot 200 ml	Ziemniaczana 350ml, (6,7,9) Klops gotowany 100g sos pomidorowy 80 ml (7) ziemniaki 200g brokuł gotowany 100g kompot 200 ml	Ziemniaczana 350ml, (6,7,9) Kiełbasa z rusztu z cebulką 100g ziemniaki 200g Ogórek kiszony 100g kompot 200 ml
Podwieczorek	Galaretka 150g bez cukru	Galaretka 150g bez cukru	Galaretka 150g bez cukru	Galaretka 150g bez cukru
Kolacja	chleb 200g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 30g ser żółty 30g sałata 20g rzodkiewka 40g	chleb 200g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 30g ser żółty 30g sałata 20g rzodkiewka 40g	chleb 200g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 30g ser żółty 30g sałata 20g rzodkiewka 40g	chleb 200g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 30g ser żółty 30g sałata 20g rzodkiewka 40g
Posiłek nocny				masło 10g(7), ser topiony 1 plaster(7), Chleb pełnoziarnisty 50g (1)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Alergeny: gluten, mleko, seler, jaja

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Białek



Dzień 5 PIĄTEK 27.10.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g pasta warzywna 40g pasta z makreli i twarogu 40g sałata 20g ogórek kiszony 60g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g pasta warzywna 40g pasta z makreli i twarogu 40g sałata 20g ogórek kiszony 60g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g pasta warzywna 40g pasta z makreli i twarogu 40g sałata 20g ogórek kiszony 60g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g pasta warzywna 40g pasta z makreli i twarogu 40g sałata 20g ogórek kiszony 60g
II Śniadanie	Budyń czekoladowy (7)	Budyń czekoladowy (7)	Budyń czekoladowy (7)	Budyń czekoladowy (7)
Obiad	Szczawiowa (1,7,9) 300 ml Gzik z warzywami 150g ziemniaki 200g kompot 200 ml	Szczawiowa (1,7,9) 300 ml Gzik z warzywami 150g ziemniaki 200g kompot 200 ml	Szczawiowa (1,7,9) 300 ml Gzik z warzywami 150g ziemniaki 200g kompot 200 ml	Szczawiowa (1,7,9) 300 ml Gzik z warzywami 150g ziemniaki 200g kompot 200 ml
Podwieczorek	Jabłko pieczone 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.
Kolacja	chleb 200g (1), masło (7) 10g twarożek biały 40g galart rybny 80g(4) ogórek zielony 30 g pomidor 60g	chleb 200g (1), masło (7) 10g twarożek biały 40g galart rybny 80g(4) ogórek zielony 30 g pomidor 60g	chleb 200g (1), masło (7) 10g twarożek biały 40g galart rybny 80g(4) ogórek zielony 30 g pomidor 60g	chleb 200g (1), masło (7) 10g twarożek biały 40g galart rybny 80g(4) ogórek zielony 30 g pomidor 60g
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), twarożek 25g (7)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzechy ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Alergeny: gluten, mleko, seler, jaja

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Blaneck



Dzień 6 SOBOTA 28.10.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g sałata 20g wędlina drobiowa 30g kiełbasa biała 70 g musztarda 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g sałata 20g wędlina drobiowa 30g parówka 70 g ketchup 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. ogórek konserwowy 20g parówka 70 g ketchup 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g sałata 20g wędlina drobiowa 30g kiełbasa biała 70 g musztarda 20g pomidor 60g
II Śniadanie	Kefir 1 szt. (7)	Kefir 1 szt. (7)	Kefir 1 szt. (7)	Kefir 1 szt. (7)
Obiad	Pomidorowa z ryżem(7,9) 350 ml Sznycel wieprzowy 100g (1,3,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty białej (3) 100g kompot 200 ml	Zupa ogórkowa (7,9) 350 ml Udko z kurczaka gotowane 100g ziemniaki 200g sos pietruszkowy 80 ml (7,9) brukselka 100g kompot 200 ml	Zupa ogórkowa (7,9) 350 ml Udko z kurczaka gotowane 100g ziemniaki 200g sos pietruszkowy 80 ml (7,9) brukselka 100g kompot 200 ml	Pomidorowa z ryżem(7,9) 350 ml Sznycel wieprzowy 100g (1,3,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty białej (3) 100g kompot 200 ml
Podwieczorek	Kisiel	Kisiel	Kisiel	Kisiel
Kolacja	chleb 200g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (3) 40 g dżem 30g pomidor 30g ogórek zielony 60g	chleb 200g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (3) 40 g dżem 30g pomidor 30g ogórek zielony 60g	chleb 200g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (3) 40 g dżem 30g pomidor 30g ogórek zielony 60g	chleb 200g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (3) 40 g dżem 30g pomidor 30g ogórek zielony 60g
Posiłek nocny				masło 10g(7), ser żółty 1 plaster, Chleb pełnoziarnisty 50g (1)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Błanek

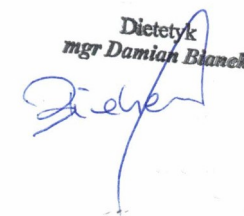


Dzień 7 NIEDZIELA 29.10.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30g pasta twarogowo – drobiowa 40g (7) ogórek zielony 30 g rzodkiewka 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30g pasta twarogowo – drobiowa 40g (7) ogórek zielony 30 g rzodkiewka 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30g pasta twarogowo – drobiowa 40g (7) ogórek zielony 30 g rzodkiewka 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30g pasta twarogowo – drobiowa 40g (7) ogórek zielony 30 g rzodkiewka 50g
II Śniadanie	Serek homogenizowany 1 szt. (7)	Serek homogenizowany 1 szt. (7)	Serek homogenizowany 1 szt. (7)	Serek homogenizowany 1 szt. (7)
Obiad	Rosół z makaronem (1,3 7,9) 350ml Kotlet schabowy 100g (1,3,7) ziemniak 200g kapust kiszona smażona 100g kompot 200 ml	Rosół z makaronem (1,3 7,9) 350ml schab gotowany 100g ziemniak 200g sos biały lekki 80 ml (7) bukiet warzyw na parze 100g kompot 200 ml	Jarzynowa (7,9) 350ml Filet z kurczaka w sosie szpinakowym 150g (1 ,7) ziemniaki 200g bukiet warzyw na parze 100g kompot 200 ml	Rosół z makaronem (1,3 7,9) 350ml Kotlet schabowy 100g (1,3,7) ziemniak 200g kapust kiszona smażona 100g kompot 200 ml
Podwieczorek	Herbatniki (1,3)	Herbatniki (1,3)	Herbatniki (1,3)	Herbatniki (1,3)
Kolacja	chleb 200g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleniną 40g salceson 30g ogórek kiszony 20g pomidor 60g	chleb 200g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleniną 40g ryba po grecku 50g ogórek kiszony 20g pomidor 60g	chleb 200g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleniną 40g ryba po grecku 50g ogórek kiszony 20g pomidor 60g	chleb 200g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleniną 40g salceson 30g ogórek kiszony 20g pomidor 60g
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło (7) 10g, szynka drobiowa 25g

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Biłek



Zestawienie składników odżywczych DIETA PODSTAWOWA

Składniki	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7
Energia (kcal)	2850.46	2528.7	2845.12	2607.99	2743.14	2881.4	2700.97
Białko (g)	120.46	108.12	133.2	104.92	116.8	111.88	123.13
Błonnik pokarmowy (g)	28.84	32.43	38.77	29.01	28.85	33.62	30.99
Sól (g)	6.25	5.7	6.83	5.45	5.91	5.54	4.99
Tłuszcze (g)	74.95	63.25	86.95	85.94	72.55	88.3	78.37
Węglowodany (g)	437.88	395.89	404.14	368.75	421.18	428.86	395.59
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34.43	28.69	33.98	40.52	33.91	35.72	30.33
Cukier (g)	54.16	65.67	57.76	24.26	71.61	62.91	41.16

Zestawienie składników odżywczych DIETA LEKKOSTRAWNA

Składniki	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7
Energia (kcal)	2443.94	2667.47	2619.78	2759.82	2743.14	2484.55	2446.51
Białko (g)	87.54	114.74	115.75	119.57	116.8	101.62	124.72
Błonnik pokarmowy (g)	27.26	33.46	33.85	36.83	28.85	31.32	30.99
Sól (g)	4.87	4.75	5.64	4.35	4.91	4.7	4.35
Tłuszcze (g)	71.78	67.47	77.76	82.93	72.55	65.82	53.69
Węglowodany (g)	376.59	414.53	383.69	402.81	421.18	384.13	382.97
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33.35	32.68	32.26	36.99	33.91	28.34	25.24
Cukier (g)	49.87	52.96	42.33	32.7	41.61	44.25	45.07

Zestawienie składników odżywczych DIETA BIEGUNKOWA

Składniki	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7
Energia (kcal)	2443.94	2667.47	2598.38	2759.82	2743.14	2526.25	2519.09
Białko (g)	87.54	114.74	109.01	119.57	116.8	102.82	139.42
Błonnik pokarmowy (g)	27.26	33.46	33.45	36.83	28.85	31.08	33.65
Sól (g)	4.87	4.75	4.98	4.35	4.91	4.48	4.23
Tłuszcze (g)	71.78	67.47	78.24	82.93	72.55	69.46	53.19
Węglowodany (g)	376.59	414.53	383.77	402.81	421.18	385	386.14
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33.35	32.68	33.07	36.99	33.91	29.51	24.01
Cukier (g)	49.87	52.96	53	32.7	51.61	54.93	48.19

Zestawienie składników odżywczych DIETA CUKRZYCOWA

Składniki	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7
Energia (kcal)	2946.36	2642.07	3071.03	2863.19	2960.44	3065.36	2926.52
Białko (g)	112.6	93.85	141.22	111.09	123.02	120.86	131.15
Błonnik pokarmowy (g)	34.12	36.98	43.32	33.56	33.4	38.17	35.54
Sól (g)	4.42	4.29	4.91	4.45	4.67	4.56	5.07
Tłuszcze (g)	78.7	71.01	97.54	100.49	82.7	93.82	88.92
Węglowodany (g)	464.21	423.46	431.11	395.96	448.75	455.78	422.56
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	38.21	34.16	40	49.37	40.23	38.6	36.35
Cukier (g)	55	47.71	49.42	26.12	53.65	54.53	42.82

Sporządziła: mgr inż. Joanna Ludwiszewska
Dietetyk