

ŚNIADANIE II ŚNIADANIE	OBIAD PODWIECZOREK	KOLACJA	KOLACJA NOCNA	WARTOŚĆ ODŻYWCZA
<b>DIETA PODSTAWOWA</b>				
180 g <b>Kasza manna na mleku (gluten, laktoza)</b> 110 g <b>Chleb mieszany słonecznikowy (gluten, słonecznik)</b> 10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b> 80 g <b>Pasta ze szprotek (laktoza, ryby)</b> 100g Ogórek kwaszony 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 10 g Cukier	450g Kapuśniak z ziemniakami 150g Udko z kurczaka pieczone 170 g <b>Ziemniaki z masłem (laktoza)</b> 150 g Surówka z czerwonej kapusty 250g Kompot wieloowocowy	110g <b>Chleb żytni razowy (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra(laktoza)</b> 80 g Wędlina z piersi kurczaka 70 g Pomidor 30 g Sałata 250 g Herbata 10g Cukier	150 g Jabłko	Energia: 2285 kcal Białko: 15,62 % Tłuszcz: 29,42 % Kwasy tł. nasycone: 25,38 g Węglowodany: 54,96 % w tym cukry: 9,29 % Błonnik: 32,43 g Sód: 1994 mg
<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>				
180 g <b>Kasza manna na mleku (gluten, laktoza)</b> 110 g <b>Chleb mieszany słonecznikowy (gluten, słonecznik)</b> 10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b> 80 g <b>Pasta ze szprotek (laktoza, ryby)</b> 100g Ogórek kwaszony 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> II ŚNIADANIE 30 g Wafel ryżowy 20 g <b>Ser topiony (laktoza)</b>	450g Kapuśniak z ziemniakami 150g Udko z kurczaka pieczone 170 g <b>Ziemniaki z masłem (laktoza)</b> 150 g Surówka z czerwonej kapusty 250g Kompot wieloowocowy  PODWIECZOREK 150 g Jabłko	110g <b>Chleb żytni razowy (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra(laktoza)</b> 80 g Wędlina z piersi kurczaka 70 g Pomidor 30 g Sałata 250 g Herbata	150 g <b>Jogurt naturalny (laktoza)</b>	Energia: 2293 kcal Białko: 15,99 % Tłuszcz: 29,21 % Kwasy tł. nasycone: 25,47 g Węglowodany: 54,8 % w tym cukry: 8,42 % Błonnik: 32,07 g Sód: 1983 mg
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>				
180 g <b>Kasza manna na mleku (gluten, laktoza)</b> 110 g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miiks (laktoza)</b> 70 g <b>Pasta ze szprotek (laktoza, ryby)</b> 100g Pomidor 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 10 g Cukier	450g <b>Zupa koperkowa z ryżem (gluten, laktoza)</b> 150g Udko z kurczaka gotowane 170 g Ziemniaki 150 g <b>Surówka z selera (seler)</b> 250g Kompot wieloowocowy	90g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miiks (laktoza)</b> 70 g Wędlina z piersi kurczaka 70 g Pomidor 30 g Sałata 250 g Herbata 10g Cukier	150 g Jabłko	Energia: 2251 kcal Białko: 16,14 % Tłuszcz: 25,02 % Kwasy tł. nasycone: 21,11 g Węglowodany: 58,84 % w tym cukry: 9,15 % Błonnik: 32,02 g Sód: 1987 mg
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>				
180 g <b>Kasza manna na mleku (gluten, laktoza)</b> 110 g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miiks (laktoza)</b> 70 g <b>Pasta ze szprotek (laktoza, ryby)</b> 100g Pomidor 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 10 g Cukier	450g <b>Zupa koperkowa z ryżem (gluten, laktoza)</b> 150g Udko z kurczaka gotowane 170 g Ziemniaki 150 g <b>Surówka z selera (seler)</b> 250g Kompot wieloowocowy	90g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miiks (laktoza)</b> 70 g Wędlina z piersi kurczaka 70 g Pomidor 30 g Sałata 250 g Herbata 10g Cukier	150 g Jabłko	Energia: 2251 kcal Białko: 16,14 % Tłuszcz: 25,02 % Kwasy tł. nasycone: 21,11 g Węglowodany: 58,84 % w tym cukry: 9,15 % Błonnik: 32,02 g Sód: 1987 mg
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO</b>				

120 g Kasza manna na mleku (gluten, laktoza)	450g Zupa koperkowa z ryżem (gluten, laktoza)	70g Chleb pszenny (gluten)	150 g Jabłko pieczone	Energia: 2191 kcal
70 g Chleb pszenny (gluten)	150g Udko z kurczaka gotowane	10g Miks (laktoza)		Białko: 16,52 %
10g Miks (laktoza)	170 g Ziemniaki	70 g Wędlina z piersi kurczaka		Tłuszcz: 25,34 %
70 g Pasta ze szprotek (laktoza, ryby)	150 g Surówka z selera (seler)	70 g Pomidor		Kwasy tł. nasycone: 21,10 g
100g Pomidor	250g Kompot wieloowocowy	30 g Sałata		Węglowodany: 58,14 %
250g Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)		250 g Herbata		w tym cukry: 9,12 %
10 g Cukier		10g Cukier		Błonnik: 14,91 g
				Sód: 1980 mg
<b>DIETA PAKOWATA</b>				
120 g Kasza manna na mleku (gluten, laktoza)	450g Zupa koperkowa z ryżem (gluten, laktoza)	70g Chleb pszenny (gluten)	150 g Jabłko pieczone	Energia: 2191 kcal
70 g Chleb pszenny (gluten)	150g Udko z kurczaka gotowane	10g Miks (laktoza)		Białko: 16,52 %
10g Miks (laktoza)	170 g Ziemniaki	70 g Wędlina z piersi kurczaka		Tłuszcz: 25,34 %
70 g Pasta ze szprotek (laktoza, ryby)	150 g Surówka z selera (seler)	70 g Pomidor		Kwasy tł. nasycone: 21,10 g
100g Pomidor	250g Kompot wieloowocowy	30 g Sałata		Węglowodany: 58,14 %
250g Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)		250 g Herbata		w tym cukry: 9,12 %
10 g Cukier		10g Cukier		Błonnik: 14,91 g
				Sód: 1980 mg
<b>DIETA UBOGOENERGETYCZNA</b>				
150 g Kasza manna na mleku (gluten, laktoza)	350g Kapuśniak z ziemniakami	70g Chleb żytni razowy (gluten)	150 g Jabłko	Energia: 1765 kcal
70 g Chleb mieszany słonecznikowy (gluten, słonecznik)	120g Udko z kurczaka gotowane	10g Masło ekstra(laktoza)		Białko: 15,82 %
10g Masło ekstra (laktoza)	120 g Ziemniaki	60 g Wędlina z piersi kurczaka		Tłuszcz: 28,37 %
60 g Pasta ze szprotek (laktoza, ryby)	150 g Surówka z czerwonej kapusty	70 g Pomidor		Kwasy tł. nasycone: 20,07 g
100g Ogórek kwaszony	250g Kompot wieloowocowy	30 g Sałata		Węglowodany: 55,81 %
250g Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)		250 g Herbata		w tym cukry: 8,34 %
				Błonnik: 28,43 g
				Sód: 1891 mg
<b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA</b>				
200 g Kasza manna na mleku (gluten, laktoza)	450g Kapuśniak z ziemniakami	90g Chleb żytni razowy (gluten)	150 g Jabłko	Energia: 2376 kcal
90 g Chleb mieszany słonecznikowy (gluten, słonecznik)	170g Udko z kurczaka gotowane	10g Masło ekstra(laktoza)	150 g Serek wiejski (laktoza)	Białko: 18,84 %
10g Masło ekstra (laktoza)	170 g Ziemniaki z masłem (laktoza)	80 g Wędlina z piersi kurczaka		Tłuszcz: 29,06 %
100 g Pasta ze szprotek (laktoza, ryby)	150 g Surówka z czerwonej kapusty	70 g Pomidor		Kwasy tł. nasycone: 25,15 g
100g Ogórek kwaszony	250g Kompot wieloowocowy	30 g Sałata		Węglowodany: 52,1 %
250g Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)		250 g Herbata		w tym cukry: 9,08 %
10 g Cukier		10g Cukier		Błonnik: 32,13 g
				Sód: 1990 mg
<b>DIETA ELIMINACYJNA (BEZ GLUTENU)</b>				
110 g Chleb bezglutenowy	450g Kapuśniak z ziemniakami	110g Chleb bezglutenowy	150 g Jabłko	Energia: 2132 kcal
10g Masło ekstra (laktoza)	150g Udko z kurczaka pieczone	10g Masło ekstra(laktoza)		Białko: 15,03 %
80 g Pasta ze szprotek (laktoza, ryby)	170 g Ziemniaki z masłem (laktoza)	80 g Wędlina z piersi kurczaka		Tłuszcz: 29,81 %
100g Ogórek kwaszony	150 g Surówka z czerwonej kapusty	70 g Pomidor		Kwasy tł. nasycone: 24,31 g
250g Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)	250g Kompot wieloowocowy	30 g Sałata		Węglowodany: 55,16 %
10 g Cukier		250 g Herbata		w tym cukry: 9,01 %
		10g Cukier		Błonnik: 32,43 g

				Sód: 1983 mg
<b>DIETA ELIMINACYJNA (BEZ PRODUKTÓW MLECZNYCH)</b>				
180 g <b>Kasza manna na mleku roślinnym (gluten)</b>	450g Kapuśniak z ziemniakami	110g <b>Chleb żytni razowy (gluten)</b>	150 g Jabłko	Energia: 2261 kcal
110 g <b>Chleb mieszany słonecznikowy (gluten, słonecznik)</b>	150g Udko z kurczaka pieczone	10g Margaryna roślinna		Białko: 15,42 %
10g Margaryna roślinna	170 g Ziemniaki	80 g Wędlina z piersi kurczaka		Tłuszcz: 29,17 %
80 g <b>Pasta ze szprotek (ryby)</b>	150 g Surówka z czerwonej kapusty	70 g Pomidor		Kwasy tł. nasycone: 23,84 g
100g Ogórek kwaszony	250g Kompot wieloowocowy	30 g Sałata		Węglowodany: 55,41 %
250g Kawa zbożowa z mlekiem roślinnym		250 g Herbata		w tym cukry: 9,07 %
10 g Cukier		10g Cukier		Błonnik: 32,21 g
				Sód: 1991 mg
<b>DIETA ELIMINACYJNA (BEZ PRODUKTÓW MIĘSNYCH)</b>				
180 g <b>Kasza manna na mleku (gluten, laktoza)</b>	450g Kapuśniak z ziemniakami	110g <b>Chleb żytni razowy (gluten)</b>	150 g Jabłko	Energia: 2345 kcal
110 g <b>Chleb mieszany słonecznikowy (gluten, słonecznik)</b>	120g <b>Potrąwka z ciecierzycy (gluten, laktoza)</b>	10g <b>Masło ekstra(laktoza)</b>		Białko: 16,11 %
10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b>	170 g <b>Ziemniaki z masłem (laktoza)</b>	80 g Ser żółty		Tłuszcz: 29,81 %
80 g <b>Pasta ze szprotek (laktoza, ryby)</b>	150 g Surówka z czerwonej kapusty	70 g Pomidor		Kwasy tł. nasycone: 26,92 g
100g Ogórek kwaszony	250g Kompot wieloowocowy	30 g Sałata		Węglowodany: 54,08 %
250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b>		250 g Herbata		w tym cukry: 9,11 %
10 g Cukier		10g Cukier		Błonnik: 32,61 g
				Sód: 1987 mg
* <b>Czcionką wytłuszczoną zostały zaznaczone alergeny</b>				

Wtorek 21.05.2024

ŚNIADANIE II ŚNIADANIE	OBIAD PODWIECZOREK	KOLACJA	KOLACJA NOCNA	WARTOŚĆ ODŻYWCZA
<b>DIETA PODSTAWOWA</b>				
200 g <b>Płatki owsiane na mleku (laktoza, gluten)</b> 110 g <b>Chleb żytni razowy (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b> 80 g Parówki 90g Pomidor 10g Roszponka 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 5 g Cukier	450g <b>Zupa jarzynowa z ziemniakami (gluten, laktoza, seler)</b> 150g <b>Sztuka mięsa w sosie (laktoza, gluten)</b> 180 g <b>Kasza jęczmienna (gluten)</b> 150 g Surówka z kapusty białej 250g Kompot z jabłek	90g <b>Chleb słonecznikowy (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra(laktoza)</b> 30g Szynka wieprzowa 40 g Salceson drobiowy 70 g Papryka 30 g Sałata 250 g Herbata 10g Cukier	35 g <b>Chleb graham (gluten)</b> 20 g <b>Ser topiony (laktoza)</b> 10 g Rzodkiewka	Energia: 2314 kcal Białko: 15,8 % Tłuszcz: 29,15 % Kwasy tł. nasycone: 24,65 g Węglowodany: 55,05 % w tym cukry: 9,23 % Błonnik: 33,15 g Sód: 1876 mg
<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>				
200 g <b>Płatki owsiane na mleku (laktoza, gluten)</b> 110 g <b>Chleb żytni razowy (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b> 80 g Parówki 90g Pomidor 10g Roszponka 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> II ŚNIADANIE 120 g Pomarańcza	450g <b>Zupa jarzynowa z ziemniakami (gluten, laktoza, seler)</b> 150g <b>Sztuka mięsa w sosie (laktoza, gluten)</b> 180 g <b>Kasza jęczmienna (gluten)</b> 150 g Surówka z kapusty białej 250g Kompot z jabłek PODWIECZOREK 200 g <b>Kefir (laktoza)</b>	90g <b>Chleb słonecznikowy (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra(laktoza)</b> 30g Szynka wieprzowa 40 g Salceson drobiowy 70 g Papryka 30 g Sałata 250 g Herbata	35 g <b>Chleb graham (gluten)</b> 20 g <b>Ser topiony (laktoza)</b> 10 g Rzodkiewka	Energia: 2381 kcal Białko: 16,1 % Tłuszcz: 29,07 % Kwasy tł. nasycone: 24,89 g Węglowodany: 54,83 % w tym cukry: 8,92 % Błonnik: 33,27 g Sód: 1879 mg
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>				
200 g <b>Płatki owsiane na mleku (laktoza, gluten)</b> 110 g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 80 g Parówki 90g Pomidor 10g Roszponka 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 5 g Cukier	450g <b>Zupa jarzynowa z ziemniakami (gluten, laktoza, seler)</b> 150g <b>Sztuka mięsa w sosie (laktoza, gluten)</b> 180 g <b>Kasza jęczmienna (gluten)</b> 150 g <b>Surówka wiosenna z jogurtem (laktoza)</b> 250g Kompot z jabłek	90g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miks (laktoza)</b> 30g Szynka wieprzowa 40 g Salceson drobiowy 100 g Warzywa gotowane 250 g Herbata 10g Cukier	35 g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 20 g <b>Serek śmietankowy (laktoza)</b>	Energia: 2301 kcal Białko: 16,4 % Tłuszcz: 24,17 % Kwasy tł. nasycone: 20,93 g Węglowodany: 59,43 % w tym cukry: 9,20 % Błonnik: 33,04 g Sód: 1878 mg
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>				
200 g <b>Płatki owsiane na mleku (laktoza, gluten)</b> 110 g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miks (laktoza)</b> 80 g Parówki 90g Pomidor 10g Roszponka 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 5 g Cukier	450g <b>Zupa jarzynowa z ziemniakami (gluten, laktoza, seler)</b> 150g <b>Sztuka mięsa w sosie (laktoza, gluten)</b> 180 g <b>Kasza jęczmienna (gluten)</b> 150 g <b>Surówka wiosenna z jogurtem (laktoza)</b> 250g Kompot z jabłek	90g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miks (laktoza)</b> 30g Szynka wieprzowa 40 g Salceson drobiowy 100 g Warzywa gotowane 250 g Herbata 10g Cukier	35 g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 20 g <b>Ser śmietankowy (laktoza)</b>	Energia: 2301 kcal Białko: 16,4 % Tłuszcz: 24,17 % Kwasy tł. nasycone: 20,93 g Węglowodany: 59,43 % w tym cukry: 9,20 % Błonnik: 33,04 g Sód: 1878 mg
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO</b>				
120 g <b>Kasza manna na mleku</b>	450g <b>Zupa jarzynowa z ziemniakami (gluten,</b>	70g <b>Chleb pszenny (gluten)</b>	<b>150 g Jogurt naturalny</b>	Energia: 2214 kcal

70 g <b>(laktoza, gluten)</b> <b>Chleb pszenny (gluten)</b>	150g <b>laktoza, seler)</b> <b>Sztuka mięsa w sosie (laktoza, gluten)</b>	10g <b>Miks (laktoza)</b>	<b>(laktoza)</b>	Białko: 16,61 % Tłuszcz: 24,03 % Kwasy tł. nasycone: 20,54 g Węglowodany: 59,36 % w tym cukry: 9,32 % Błonnik: 15,04 g Sód: 1872 mg
10g <b>Miks (laktoza)</b>	120 g <b>Sztuka mięsa w sosie (laktoza, gluten)</b>	30 g Szyunka wieprzowa		
80 g Parówki	150 g <b>Surówka wiosenna z jogurtem (laktoza)</b>	40 g Salceson drobiowy		
90g Pomidor	250g <b>Kompot z jabłek</b>	100 g Warzywa gotowane		
10g Roszponka		250 g Herbata		
250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b>		10g Cukier		
5 g Cukier				
<b>DIETA PAPOWATA</b>				
120 g <b>Kasza manna na mleku (laktoza, gluten)</b>	450g <b>Zupa jarzynowa z ziemniakami (gluten, laktoza, seler)</b>	70g <b>Chleb pszenny (gluten)</b>	<b>150 g Jogurt naturalny (laktoza)</b>	Energia: 2214 kcal Białko: 16,61 % Tłuszcz: 24,03 % Kwasy tł. nasycone: 20,54 g Węglowodany: 59,36 % w tym cukry: 9,32 % Błonnik: 15,04 g Sód: 1872 mg
70 g <b>Chleb pszenny (gluten)</b>	150g <b>Sztuka mięsa w sosie (laktoza, gluten)</b>	10g <b>Miks (laktoza)</b>		
10g <b>Miks (laktoza)</b>	120 g <b>Ziemniaki</b>	30 g Szyunka wieprzowa		
80 g Parówki	150 g <b>Surówka wiosenna z jogurtem (laktoza)</b>	40 g Salceson drobiowy		
90g Pomidor	250g <b>Kompot z jabłek</b>	100 g Warzywa gotowane		
10g Roszponka		250 g Herbata		
250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b>		10g Cukier		
5 g Cukier				
<b>DIETA UBOGOENERGETYCZNA</b>				
70 g <b>Chleb żytni razowy (gluten)</b>	300g <b>Zupa jarzynowa z ziemniakami (gluten, laktoza, seler)</b>	70g <b>Chleb słonecznikowy (gluten)</b>	<b>35 g Chleb graham (gluten)</b>	Energia: 1756 kcal Białko: 15,9 % Tłuszcz: 28,73 % Kwasy tł. nasycone: 19.61 g Węglowodany: 55,37 % w tym cukry: 8,95 % Błonnik: 28,18 g Sód: 1775 mg
10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b>	120g <b>Sztuka mięsa w sosie (laktoza, gluten)</b>	10g <b>Masło ekstra(laktoza)</b>	<b>20 g Ser topiony (laktoza)</b>	
80 g Parówki	150 g <b>Kasza jęczmienna (gluten)</b>	30 g Szyunka wieprzowa	<b>10 g Rzodkiewka</b>	
90g Pomidor	150 g <b>Surówka z kapusty białej</b>	30 g Salceson drobiowy		
10g Roszponka	250g <b>Kompot z jabłek</b>	70 g Papryka		
250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b>		30 g Sałata		
		250 g Herbata		
<b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA</b>				
240 g <b>Płatki owsiane na mleku (laktoza, gluten)</b>	450g <b>Zupa jarzynowa z ziemniakami (gluten, laktoza, seler)</b>	90g <b>Chleb słonecznikowy (gluten)</b>	<b>35 g Chleb graham (gluten)</b>	Energia: 2336 kcal Białko: 18,6 % Tłuszcz: 28,05 % Kwasy tł. nasycone: 23,60 g Węglowodany: 53,35 % w tym cukry: 9,01 % Błonnik: 32,12 g Sód: 1880 mg
90 g <b>Chleb żytni razowy (gluten)</b>	170g <b>Sztuka mięsa w sosie (laktoza, gluten)</b>	10g <b>Masło ekstra(laktoza)</b>	<b>20 g Ser topiony (laktoza)</b>	
10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b>	160 g <b>Kasza jęczmienna (gluten)</b>	40 g Szyunka wieprzowa	<b>10 g Rzodkiewka</b>	
100 g Parówki	150 g <b>Surówka z kapusty białej</b>	40 g Salceson drobiowy		
90g Pomidor	250g <b>Kompot z jabłek</b>	70 g Papryka		
10g Roszponka	200g <b>Kefir (laktoza)</b>	30 g Sałata		
250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b>		250 g Herbata		
5 g Cukier		10g Cukier		
<b>DIETA ELIMINACYJNA (BEZ GLUTENU)</b>				
200 g <b>Płatki gryczane na mleku (laktoza)</b>	450g <b>Zupa jarzynowa z ziemniakami (laktoza, seler)</b>	90g <b>Chleb słonecznikowy (gluten)</b>	<b>35 g Chleb bezglutenowy</b>	Energia: 2328 kcal Białko: 15,83 % Tłuszcz: 29,13 % Kwasy tł. nasycone: 24,61 g Węglowodany: 55,04 % w tym cukry: 9,21 % Błonnik: 33,10 g Sód: 1877 mg
110 g <b>Chleb bezglutenowy</b>	150g <b>Sztuka mięsa w sosie (laktoza)</b>	10g <b>Masło ekstra(laktoza)</b>	<b>20 g Ser topiony (laktoza)</b>	
10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b>	180 g <b>Kasza gryczana</b>	30 g Szyunka wieprzowa	<b>10 g Rzodkiewka</b>	
80 g Parówki	150 g <b>Surówka z kapusty białej</b>	40 g Salceson drobiowy		
90g Pomidor	250g <b>Kompot z jabłek</b>	70 g Papryka		
10g Roszponka		30 g Sałata		
250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b>		250 g Herbata		
5 g Cukier		10g Cukier		

DIETA ELIMINACYJNA (BEZ PRODUKTÓW MLECZNYCH)				
200 g Płatki owsiane na mleku roślinnym (gluten)	450g Zupa jarzynowa z ziemniakami nie zabilana (gluten, laktoza, seler)	90g Chleb słonecznikowy (gluten)	35 g Chleb graham (gluten)	Energia: 2303 kcal Białko: 15,54 % Tłuszcz: 28,73 % Kwasy tł. nasycone: 24,04 g Węglowodany: 55,73 % w tym cukry: 9,18 % Błonnik: 32,56 g Sód: 1870 mg
110 g Chleb żytni razowy (gluten)	150g Sztuka mięsa w sosie (gluten)	10g Margaryna roślinna	20 g Wędlina drobiowa	
10g Margaryna roślinna	180 g Kasza jęczmienna (gluten)	30 g Szyńka wieprzowa	10 g Rzodkiewka	
80 g Parówki	150 g Surówka z kapusty białej	40 g Salceson drobiowy		
90g Pomidor	250g Kompot z jabłek	70 g Papryka		
10g Roszponka		30 g Sałata		
250g Kawa zbożowa z mlekiem roślinnym		250 g Herbata		
5 g Cukier		10g Cukier		
DIETA ELIMINACYJNA (BEZ PRODUKTÓW MIĘSNYCH)				
200 g Płatki owsiane na mleku (laktoza, gluten)	450g Zupa jarzynowa z ziemniakami (gluten, laktoza, seler)	90g Chleb słonecznikowy (gluten)	35 g Chleb graham (gluten)	Energia: 2331 kcal Białko: 14,93 % Tłuszcz: 28,37 % Kwasy tł. nasycone: 20,15 g Węglowodany: 56,7 % w tym cukry: 9,09 % Błonnik: 31,19 g Sód: 1873 mg
110 g Chleb żytni razowy (gluten)	120g Ser tofu grillowany (soja)	10g Masło ekstra(laktoza)	20 g Ser topiony (laktoza)	
10g Masło ekstra (laktoza)	180 g Kasza jęczmienna (gluten)	80 g Twarożek ze szczypiorkiem (laktoza)	10 g Rzodkiewka	
80 g Parówki sojowe (soja)	150 g Surówka z kapusty białej	70 g Papryka		
90g Pomidor	250g Kompot z jabłek	30 g Sałata		
10g Roszponka		250 g Herbata		
250g Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)		10g Cukier		
5 g Cukier				
* Czcionką wytłuszczoną zostały zaznaczone alergeny				

Środa 22.05.2024