

ŚNIADANIE II ŚNIADANIE	OBIAD PODWIECZOREK	KOLACJA	KOLACJA NOCNA	WARTOŚĆ ODŻYWCZA
<b>DIETA PODSTAWOWA</b>				
150 g <b>Platki owsiane na mleku (laktoza, gluten)</b> 110g <b>Chleb żytni razowy (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b> 40 g Wędlina wieprzowa 30 g <b>Ser żółty (laktoza)</b> 70g Papryka 30 g Sałata, oliwa 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 5 g Cukier	450g <b>Zupa fasolowa (gluten, laktoza)</b> 120g <b>Kotlet schabowy (gluten, laktoza, jaja)</b> 180 g Ziemniaki 150 g <b>Kapusta zasmażana (gluten)</b> 250g Kompot wieloowocowy	70 g <b>Chleb graham (gluten)</b> 10 g <b>Masło ekstra(laktoza)</b> 80 g Szynka drobiowa 100 g Pomidor, rzodkiewka 250 g Herbata 5 g Cukier	150 g <b>Kefir (laktoza)</b>	Energia: 2368 kcal Białko: 16,95 % Tłuszcz: 30,02 % Kwasy tł. nasycone: 25,64 g Węglowodany: 53,03 % w tym cukry: 9,89 % Błonnik: 33,12 g Sód: 1997 mg
<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>				
150 g <b>Platki owsiane na mleku (laktoza, gluten)</b> 110 g <b>Chleb żytni razowy (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b> 40 g Wędlina wieprzowa 30 g <b>Ser żółty (laktoza)</b> 70g Papryka 30 g Sałata, oliwa 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b>  II ŚNIADANIE 30 g <b>Chleb graham (gluten)</b> 20 g Wędlina drobiowa	450g <b>Zupa fasolowa (gluten, laktoza)</b> 120g Schab pieczony 180 g Ziemniaki 150 g Surówka wiosenna z oliwą 250g Kompot wieloowocowy  PODWIECZOREK 200 g <b>Kefir (laktoza)</b>	70 g <b>Chleb graham (gluten)</b> 5 g <b>Masło ekstra(laktoza)</b> 80 g Szynka drobiowa 100 g Pomidor, rzodkiewka 250 g Herbata	150 g <b>Kefir (laktoza)</b>	Energia: 2397 kcal Białko: 16,65 % Tłuszcz: 29,52 % Kwasy tł. nasycone: 25,34 g Węglowodany: 53,83 % w tym cukry: 9,59 % Błonnik: 33,02 g Sód: 1987 mg
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>				
150 g <b>Platki owsiane na mleku (laktoza, gluten)</b> 110 g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miks (laktoza)</b> 30 g Wędlina wieprzowa 40 g Wędlina drobiowa 70g Pomidor 30 g Sałata, oliwa 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 5 g Cukier	450g <b>Zupa ziemniaczana (gluten, laktoza)</b> 100g Schab pieczony 180 g Ziemniaki 150 g Surówka wiosenna z oliwą 250g Kompot wieloowocowy	80 g <b>Bulka pszenna (gluten)</b> 10 g <b>Miks(laktoza)</b> 80 g Szynka drobiowa 100 g Pomidor 250 g Herbata 5 g Cukier	150 g <b>Kefir (laktoza)</b>	Energia: 2336 kcal Białko: 16,85 % Tłuszcz: 24,52 % Kwasy tł. nasycone: 20,14 g Węglowodany: 53,83 % w tym cukry: 9,89 % Błonnik: 32,09 g Sód: 2001 mg
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>				
150 g <b>Platki owsiane na mleku (laktoza, gluten)</b> 110 g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miks (laktoza)</b> 30 g Wędlina wieprzowa 40 g Wędlina drobiowa	450g <b>Zupa ziemniaczana (gluten, laktoza)</b> 100g Schab pieczony 180 g Ziemniaki 150 g Surówka wiosenna 250g Kompot wieloowocowy	80 g <b>Bulka pszenna (gluten)</b> 10 g <b>Miks(laktoza)</b> 80 g Szynka drobiowa 100 g Pomidor 250 g Herbata 5 g Cukier	150 g <b>Kefir (laktoza)</b>	Energia: 2336 kcal Białko: 16,85 % Tłuszcz: 24,52 % Kwasy tł. nasycone: 20,14 g Węglowodany: 53,83 % w tym cukry: 9,89 %

70g Pomidor 30g Sałata, oliwa 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 5g Cukier					Błonnik: 32,09 g Sód: 2001 mg
<b>DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO</b>					
70g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miśk (laktoza)</b> 30g Wędlina wieprzowa 40g Wędlina drobiowa 70g Pomidor 30g Sałata, oliwa 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 5g Cukier	450g <b>Zupa ziemniaczana (gluten, laktoza)</b> 100g Schab pieczony 180g Ziemniaki 150g Surówka wiosenna 250g Kompot wieloowocowy	80g <b>Bulka pszenna (gluten)</b> 10g <b>Miśk(laktoza)</b> 80g Szynka drobiowa 100g Pomidor 250g Herbata 5g Cukier	150g <b>Kefir (laktoza)</b>		Energia: 2216 kcal Białko: 17,15 % Tłuszcz: 24,52 % Kwasy tł. nasycone: 20,14 g Węglowodany: 54,13 % w tym cukry: 9,59 % Błonnik: 15,09 g Sód: 1988 mg
<b>DIETA PĄPKOWATA</b>					
70g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miśk (laktoza)</b> 30g Wędlina wieprzowa 40g Wędlina drobiowa 70g Pomidor 30g Sałata, oliwa 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 5g Cukier	450g <b>Zupa ziemniaczana (gluten, laktoza)</b> 100g Schab pieczony 180g Ziemniaki 150g Surówka wiosenna 250g Kompot wieloowocowy	80g <b>Bulka pszenna (gluten)</b> 10g <b>Miśk(laktoza)</b> 80g Szynka drobiowa 100g Pomidor 250g Herbata 5g Cukier	150g <b>Kefir (laktoza)</b>		Energia: 2216 kcal Białko: 17,15 % Tłuszcz: 24,52 % Kwasy tł. nasycone: 20,14 g Węglowodany: 54,13 % w tym cukry: 9,59 % Błonnik: 15,09 g Sód: 1988 mg
<b>DIETA UBOGOENERGETYCZNA</b>					
150g <b>Platki owsiane na mleku (laktoza, gluten)</b> 60g <b>Chleb żytni razowy (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b> 30g Wędlina wieprzowa 20g <b>Ser żółty (laktoza)</b> 70g Papryka 30g Sałata, oliwa 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b>	350g <b>Zupa fasolowa (gluten, laktoza)</b> 100g Schab pieczony 120g Ziemniaki 150g Surówka wiosenna z oliwą 250g Kompot wieloowocowy	50g <b>Chleb graham (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra(laktoza)</b> 60g Szynka drobiowa 100g Pomidor, rzodkiewka 250g Herbata	150g <b>Kefir (laktoza)</b>		Energia: 1768 kcal Białko: 17,25 % Tłuszcz: 28,72 % Kwasy tł. nasycone: 20,34 g Węglowodany: 54,03 % w tym cukry: 8,84 % Błonnik: 28,16 g Sód: 1972 mg
<b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA</b>					
200g <b>Platki owsiane na mleku (laktoza, gluten)</b> 70g <b>Chleb żytni razowy (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b> 40g Wędlina wieprzowa 40g <b>Ser żółty (laktoza)</b> 70g Papryka 30g Sałata, oliwa	450g <b>Zupa fasolowa (gluten, laktoza)</b> 150g <b>Kotlet schabowy (gluten, laktoza, jaja)</b> 180g Ziemniaki 150g <b>Kapusta zasmażana (gluten)</b> 250g Kompot wieloowocowy	70g <b>Chleb graham (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra(laktoza)</b> 80g Szynka drobiowa 100g Pomidor, rzodkiewka 250g Herbata 5g Cukier	250g <b>Kefir (laktoza)</b>		Energia: 2331 kcal Białko: 18,47 % Tłuszcz: 28,92 % Kwasy tł. nasycone: 23,61 g Węglowodany: 52,61 % w tym cukry: 9,48 % Błonnik: 32,16 g Sód: 1983 mg

250g	<b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b>							
5 g	Cukier							
<b>DIETA ELIMINACYJNA (BEZ GLUTENU)</b>								
150 g	<b>Płatki gryczane na mleku (laktoza)</b>	450g	<b>Zupa fasolowa (laktoza)</b>	70 g	Chleb bezglutenowy	150 g	<b>Kefir (laktoza)</b>	Energia: 2325 kcal
110g	Chleb bezglutenowy	120g	Schab pieczony	10 g	<b>Masło ekstra(laktoza)</b>			Białko: 16,98 %
10g	<b>Masło ekstra (laktoza)</b>	180 g	Ziemniaki	80 g	Szynka drobiowa			Tłuszcz: 29,99 %
40 g	Wędlina wieprzowa	150 g	Surówka wiosenna z oliwą	100 g	Pomidor, rzodkiewka			Kwasy tł. nasycone: 25,43 g
30 g	<b>Ser żółty (laktoza)</b>	250g	Kompot wieloowocowy	250 g	Herbata			Węglowodany: 53,03 %
70g	Papryka			5 g	Cukier			w tym cukry: 9,89 %
30 g	Salata, oliwa							Błonnik: 33,10 g
250g	<b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b>							Sód: 1992 mg
5 g	Cukier							
<b>DIETA ELIMINACYJNA (BEZ PRODUKTÓW MLECZNYCH)</b>								
150 g	<b>Płatki owsiane na mleku roślinnym (gluten)</b>	450g	Zupa fasolowa niezabielana ( <b>gluten</b> )	70 g	<b>Chleb graham (gluten)</b>	120 g	Banan	Energia: 2368 kcal
110g	<b>Chleb żytni razowy (gluten)</b>	120g	Schab pieczony	10 g	Margaryna roślinna			Białko: 16,95 %
10g	Margaryna roślinna	180 g	Ziemniaki	80 g	Szynka drobiowa			Tłuszcz: 30,02 %
70 g	Wędlina wieprzowa	150 g	<b>Kapusta zasmażana (gluten)</b>	100 g	Pomidor , rzodkiewka			Kwasy tł. nasycone: 25,64 g
70g	Papryka	250g	Kompot wieloowocowy	250 g	Herbata			Węglowodany: 53,03 %
30 g	Salata, oliwa			5 g	Cukier			w tym cukry: 9,89 %
250g	Kawa zbożowa z mlekiem roślinnym							Błonnik: 33,12 g
5 g	Cukier							Sód: 1997 mg
<b>DIETA ELIMINACYJNA (BEZ PRODUKTÓW MIĘSNYCH)</b>								
150 g	<b>Płatki owsiane na mleku (laktoza, gluten)</b>	450g	Zupa fasolowa ( <b>gluten, laktoza</b> )	70 g	<b>Chleb graham (gluten)</b>	150 g	<b>Kefir (laktoza)</b>	Energia: 2354 kcal
110g	<b>Chleb żytni razowy (gluten)</b>	120g	<b>Kotlet z pieczarek (gluten, laktoza, jaja)</b>	10 g	<b>Masło ekstra (laktoza)</b>			Białko: 16,91 %
10g	<b>Masło ekstra (laktoza)</b>	180 g	Ziemniaki	80 g	<b>Mozarella (laktoza)</b>			Tłuszcz: 29,56 %
60 g	<b>Ser żółty (laktoza)</b>	150 g	<b>Kapusta zasmażana (gluten)</b>	100 g	Pomidor, rzodkiewka			Kwasy tł. nasycone: 25,02 g
70g	Papryka	250g	Kompot wieloowocowy	250 g	Herbata			Węglowodany: 53,53 %
30 g	Salata, oliwa			5 g	Cukier			w tym cukry: 9,65 %
250g	<b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b>							Błonnik: 33,03 g
5 g	Cukier							Sód: 1994 mg
<b>* Czcionką wytłuszczoną zostały zaznaczone alergeny</b>								

Poniedziałek 05.08.2024

ŚNIADANIE II ŚNIADANIE	OBIAD PODWIECZOREK	KOLACJA	KOLACJA NOCNA	WARTOŚĆ ODŻYWCZA
<b>DIETA PODSTAWOWA</b>				
150 g Ryż na mleku (laktoza) 110 g Chleb żytni razowy (gluten) 10g Masło ekstra (laktoza) 70 g Ser żółty ( laktoza) 90g Pomidor 10g Sałata 250g Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza) 5 g Cukier	450g Barszcz czerwony zabieleny (gluten, laktoza) 320g Kurczak po królewsku (gluten, laktoza) 180 g Ryż 250g Kompot wieloowocowy	110g Chleb graham (gluten) 10g Masło ekstra(laktoza) 40 g Szynka wieprzowa 30 g Szynka drobiowa 100 g Pomidor, rzodkiewka, sałata, oliwa 250 g Herbata 10g Cukier	150 g Serek wiejski (laktoza) 20 g Rzodkiewka	Energia: 2343 kcal Białko: 16,2 % Tłuszcz: 29,12 % Kwasy tł. nasycone: 25,62 g Węglowodany: 54,68 % w tym cukry: 9,27 % Błonnik: 31,71 g Sód: 1875 mg
<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>				
150 g Ryż na mleku (laktoza) 110 g Chleb żytni razowy (gluten) 10g Masło ekstra (laktoza) 70 g Ser żółty (laktoza) 90g Pomidor 10g Sałata 250g Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)  II ŚNIADANIE 35 g Chleb graham (gluten) 20 g Serek topiony (laktoza)	450g Barszcz czerwony zabieleny (gluten, laktoza) 320g Kurczak po królewsku (gluten, laktoza) 180 g Ryż 250g Kompot wieloowocowy PODWIECZOREK 150 g Jabłko	110g Chleb graham (gluten) 10g Masło ekstra(laktoza) 40 g Szynka wieprzowa 30 g Szynka drobiowa 100 g Pomidor, rzodkiewka, sałata, oliwa 250 g Herbata	150 g Serek wiejski (laktoza) 20 g Rzodkiewka	Energia: 2367 kcal Białko: 16,4 % Tłuszcz: 29,10 % Kwasy tł. nasycone: 25,52 g Węglowodany: 54,50 % w tym cukry: 8,21 % Błonnik: 31,71 g Sód: 1879 mg
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>				
150 g Ryż na mleku (laktoza) 110 g Chleb pszenny (gluten) 10g Mięso (laktoza) 70 g Ser biały (laktoza) 100g Pomidor 250g Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza) 5 g Cukier	450g Barszcz czerwony zabieleny (gluten, laktoza) 320g Kurczak po królewsku (gluten, laktoza) 180 g Ryż 250g Kompot wieloowocowy	110g Chleb pszenny (gluten) 10g Mięso(laktoza) 40 g Szynka wieprzowa 30 g Szynka drobiowa 100 g Szpinak duszony 250 g Herbata 10g Cukier	150 g Serek wiejski (laktoza) 20 g Pomidor	Energia: 2323 kcal Białko: 16,7 % Tłuszcz: 25,12 % Kwasy tł. nasycone: 20,32 g Węglowodany: 58,18 % w tym cukry: 9,25 % Błonnik: 29,78 g Sód: 1875 mg
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>				
150 g Ryż na mleku (laktoza) 110 g Chleb pszenny (gluten) 10g Mięso (laktoza) 70 g Ser biały (laktoza) 100g Pomidor 250g Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza) 5 g Cukier	450g Barszcz czerwony zabieleny (gluten, laktoza) 320g Kurczak po królewsku (gluten, laktoza) 180 g Ryż 250g Kompot wieloowocowy	110g Chleb pszenny (gluten) 10g Mięso (laktoza) 40 g Szynka wieprzowa 30 g Szynka drobiowa 100 g Szpinak duszony 250 g Herbata 10g Cukier	150 g Serek wiejski (laktoza) 20 g Pomidor	Energia: 2323 kcal Białko: 16,7 % Tłuszcz: 25,12 % Kwasy tł. nasycone: 20,32 g Węglowodany: 58,18 % w tym cukry: 9,25 % Błonnik: 29,78 g Sód: 1875 mg
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO</b>				
100 g Ryż na mleku (laktoza) 90 g Chleb pszenny (gluten) 10g Mięso (laktoza) 70 g Ser biały (laktoza)	450g Barszcz czerwony zabieleny (gluten, laktoza) 320g Kurczak po królewsku (gluten, laktoza)	70g Chleb pszenny (gluten) 10g Mięso (laktoza) 40 g Szynka wieprzowa 30 g Szynka drobiowa	150 g Serek wiejski (laktoza) 20 g Pomidor	Energia: 2323 kcal Białko: 16,7 % Tłuszcz: 25,12 % Kwasy tł. nasycone: 20,32 g

100g Pomidor 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 5 g Cukier	180 g Ryż 250g Kompot wieloowocowy	100 g Szpinak duszony 250 g Herbata 10g Cukier		Węglowodany: 58,18 % w tym cukry: 9,25 % Błonnik: 14,71 g Sód: 1875 mg
<b>DIETA PAPKOWATA</b>				
100 g <b>Ryż na mleku (laktoza)</b> 90 g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miks (laktoza)</b> 70 g Ser biały (laktoza) 100g Pomidor 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 5 g Cukier	450g <b>Barszcz czerwony zabieleny (gluten, laktoza)</b> 320g <b>Kurczak po królewsku (gluten, laktoza)</b> 180 g Ryż 250g Kompot wieloowocowy	70g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miks (laktoza)</b> 40 g Szynka wieprzowa 30 g Szynka drobiowa 100 g Szpinak duszony 250 g Herbata 10g Cukier	150 g <b>Serek wiejski (laktoza)</b> 20 g Pomidor	Energia: 2323 kcal Białko: 16,7 % Tłuszcz: 25,12 % Kwasy tł. nasycone: 20,32 g Węglowodany: 58,18 % w tym cukry: 9,25 % Błonnik: 14,71 g Sód: 1875 mg
<b>DIETA UBOGOENERGETYCZNA</b>				
100 g <b>Ryż na mleku (laktoza)</b> 70 g <b>Chleb żytni razowy (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b> 50 g Ser biały (laktoza) 90g Pomidor 10g Sałata 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b>	300g <b>Barszcz czerwony zabieleny (gluten, laktoza)</b> 220g <b>Kurczak po królewsku (gluten, laktoza)</b> 120 g Ryż 250g Kompot wieloowocowy	70g <b>Chleb graham (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra(laktoza)</b> 30 g Szynka wieprzowa 20 g Szynka drobiowa 100 g Pomidor, rzodkiewka, sałata, oliwa 250 g Herbata	100 g <b>Serek wiejski (laktoza)</b> 20 g Pomidor	Energia: 1764 kcal Białko: 16,72 % Tłuszcz: 29,28 % Kwasy tł. nasycone: 18,65 g Węglowodany: 54,00 % w tym cukry: 9,27 % Błonnik: 29,31 g Sód: 1832 mg
<b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA</b>				
200 g <b>Ryż na mleku (laktoza)</b> 90 g <b>Chleb żytni razowy (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b> 90 g Ser żółty (laktoza) 90g Pomidor 10g Sałata 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 5 g Cukier	450g <b>Barszcz czerwony zabieleny (gluten, laktoza)</b> 360g <b>Kurczak po królewsku (gluten, laktoza)</b> 160 g Ryż 250g Kompot wieloowocowy	70g <b>Chleb graham (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra(laktoza)</b> 40 g Szynka wieprzowa 40 g Szynka drobiowa 100 g Pomidor, rzodkiewka, sałata, oliwa 250 g Herbata 10g Cukier	250 g <b>Serek wiejski (laktoza)</b> 20 g Rzodkiewka	Energia: 2287 kcal Białko: 18,92 % Tłuszcz: 29,01 % Kwasy tł. nasycone: 26,12 g Węglowodany: 52,07 % w tym cukry: 9,19 % Błonnik: 30,43 g Sód: 1870 mg
<b>DIETA ELIMINACYJNA (BEZ GLUTENU)</b>				
150 g <b>Ryż na mleku (laktoza)</b> 110 g Chleb bezglutenowy 10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b> 70 g <b>Ser żółty (laktoza)</b> 90g Pomidor 10g Sałata 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 5 g Cukier	450g <b>Barszcz czerwony zabieleny (laktoza)</b> 320g <b>Kurczak po królewsku (laktoza)</b> 180 g Ryż 250g Kompot wieloowocowy	110g Chleb bezglutenowy 10g <b>Masło ekstra(laktoza)</b> 40 g Szynka wieprzowa 30 g Szynka drobiowa 100 g Pomidor, rzodkiewka, sałata, oliwa 250 g Herbata 10g Cukier	150 g <b>Serek wiejski (laktoza)</b> 20 g Rzodkiewka	Energia: 2338 kcal Białko: 16,3 % Tłuszcz: 29,02 % Kwasy tł. nasycone: 25,42 g Węglowodany: 54,68 % w tym cukry: 9,21 % Błonnik: 31,11 g Sód: 1872 mg
<b>DIETA ELIMINACYJNA (BEZ PRODUKTÓW MLECZNYCH)</b>				
150 g Ryż na mleku roślinnym 110 g <b>Chleb żytni razowy (gluten)</b> 10g Margaryna roślinna 70 g Wędlina wieprzowa 90g Pomidor 10g Sałata 250g Kawa zbożowa z mlekiem roślinnym	450g <b>Barszcz czerwony nie zabieleny (gluten)</b> 320g <b>Kurczak po królewsku (gluten)</b> 180 g Ryż 250g Kompot wieloowocowy	110g <b>Chleb graham (gluten)</b> 10g Margaryna roślinna 40 g Szynka wieprzowa 30 g Szynka drobiowa 100 g Pomidor, rzodkiewka, sałata, oliwa 250 g Herbata 10g Cukier	150 g Jabłko	Energia: 2258 kcal Białko: 15,48 % Tłuszcz: 29,00 % Kwasy tł. nasycone: 25,01 g Węglowodany: 55,52 % w tym cukry: 9,03 % Błonnik: 28,21 g

5 g Cukier				Sód: 1831 mg
<b>DIETA ELIMINACYJNA (BEZ PRODUKTÓW MIĘSNYCH)</b>				
150 g Ryż na mleku (laktoza)	450g Barszcz czerwony zabieleny (gluten, laktoza)	110g Chleb graham (gluten)	150 g Serek wiejski (laktoza)	Energia: 2312 kcal
110 g Chleb żytni razowy (gluten)		10g Masło ekstra(laktoza)	20 g Rzodkiewka	Białko: 16,02 %
10g Masło ekstra (laktoza)	180 g Ryż	80 g Twarożek ze szczypiorkiem (laktoza)		Tłuszcz: 27,92 %
70 g Ser żółty (laktoza)	150g Gulasz z fasoli czerwonej i marchewki	100 g Pomidor, rzodkiewka, sałata, oliwa		Kwasy tł. nasycone: 21,60 g
90g Pomidor	250g Kompot wieloowocowy	250 g Herbata		Węglowodany: 56,06 %
10g Sałata		10g Cukier		w tym cukry: 9,18 %
250g Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)				Błonnik: 31,01 g
5 g Cukier				Sód: 1879 mg
* Czcionką wytłuszczoną zostały zaznaczone alergeny				

Wtorek 06.08.2024

ŚNIADANIE II ŚNIADANIE	OBIAD PODWIECZOREK	KOLACJA	KOLACJA NOCNA	WARTOŚĆ ODŻYWCZA
<b>DIETA PODSTAWOWA</b>				
200 g <b>Platki 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 10g Ketchup 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 5 g Cukier	450g <b>Zupa koperkowa (gluten, laktoza)</b> 150g <b>Sztuka mięsa w sosie (laktoza, gluten)</b> 180 g <b>Kasza jęczmienna (gluten)</b> 150 g Buraczki 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 Ogórek zielony	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>Platki 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 10g Ketchup 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> II ŚNIADANIE 120 g Nektarynka	450g <b>Zupa koperkowa (gluten, laktoza)</b> 150g <b>Sztuka mięsa w sosie (laktoza, gluten)</b> 180 g <b>Kasza jęczmienna (gluten)</b> 150 g Buraczki 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 Ogórek zielony	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>Platki owsiane na mleku (laktoza, gluten)</b> 110 g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 80 g Parówki 90g Pomidor 10g Roszponka 10g Ketchup 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 5 g Cukier	450g <b>Zupa koperkowa (gluten, laktoza)</b> 150g <b>Sztuka mięsa w sosie (laktoza, gluten)</b> 180 g <b>Kasza jęczmienna (gluten)</b> 150 g Buraczki 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>Platki 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 10g Ketchup 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 5 g Cukier	450g <b>Zupa koperkowa (gluten, laktoza)</b> 150g <b>Sztuka mięsa w sosie (laktoza, gluten)</b> 180 g <b>Kasza jęczmienna (gluten)</b> 150 g Buraczki 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 (laktoza, gluten)</b> 70 g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miks (laktoza)</b> 80 g Parówki 90g Pomidor 10g Roszponka 10g Ketchup 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 5 g Cukier	450g <b>Zupa koperkowa (gluten, laktoza)</b> 150g <b>Sztuka mięsa w sosie (laktoza, gluten)</b> 120 g Ziemiaki 150 g Buraczki 250g Kompot z jabłek	70g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miks (laktoza)</b> 30 g Szynka wieprzowa 40 g Salceson drobiowy 100 g Warzywa gotowane 250 g Herbata 10g Cukier	<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
<b>DIETA PAPOWATA</b>				
120 g <b>Kasza manna na mleku (laktoza, gluten)</b> 70 g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miks (laktoza)</b> 80 g Parówki 90g Pomidor 10g Roszponka 10g Ketchup 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 5 g Cukier	450g <b>Zupa koperkowa (gluten, laktoza)</b> 150g <b>Sztuka mięsa w sosie (laktoza, gluten)</b> 120 g Ziemiaki 150 g Buraczki 250g Kompot z jabłek	70g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miks (laktoza)</b> 30 g Szynka wieprzowa 40 g Salceson drobiowy 100 g Warzywa gotowane 250 g Herbata 10g Cukier	<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
<b>DIETA UBOGOENERGETYCZNA</b>				
70 g <b>Chleb żytni razowy (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b> 80 g Parówki 90g Pomidor 10g Roszponka 10g Ketchup 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b>	300g <b>Zupa koperkowa (gluten, laktoza)</b> 120g <b>Sztuka mięsa w sosie (laktoza, gluten)</b> 150 g <b>Kasza jęczmienna (gluten)</b> 150 g Buraczki 250g Kompot z jabłek	70g <b>Chleb słonecznikowy (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra(laktoza)</b> 30 g Szynka wieprzowa 30 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 Ogórek zielony	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
<b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA</b>				
240 g <b>Płatki owsiane na mleku (laktoza, gluten)</b> 90 g <b>Chleb żytni razowy (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b> 100 g Parówki 90g Pomidor 10g Roszponka 10g Ketchup 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 5 g Cukier	450g <b>Zupa koperkowa (gluten, laktoza)</b> 170g <b>Sztuka mięsa w sosie (laktoza, gluten)</b> 160 g <b>Kasza jęczmienna (gluten)</b> 150 g Buraczki 250g Kompot z jabłek 200g <b>Kefir (laktoza)</b>	90g <b>Chleb słonecznikowy (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra(laktoza)</b> 40 g 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 Ogórek zielony	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
<b>DIETA ELIMINACYJNA (BEZ GLUTENU)</b>				
200 g <b>Płatki gryczane na mleku (laktoza)</b> 110 g Chleb bezglutenowy 10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b> 80 g Parówki 90g Pomidor	450g <b>Zupa koperkowa (laktoza)</b> 150g <b>Sztuka mięsa w sosie (laktoza)</b> 180 g Ziemiaki 150 g Buraczki 250g Kompot z jabłek	90g <b>Chleb słonecznikowy (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra(laktoza)</b> 30 g Szynka wieprzowa 40 g Salceson drobiowy 70 g Papryka 30 g Sałata	35 g Chleb bezglutenowy 20 g <b>Ser topiony (laktoza)</b> 10 g Ogórek zielony	Energia: 2328 kcal Białko: 15,83 % Tłuszcz: 29,13 % Kwasy tł. nasycone: 24,61 g Węglowodany: 55,04 % w tym cukry: 9,21 %



10g Roszponka 10g Ketchup 250g Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza) 5g Cukier		250g Herbata 10g Cukier		Błonnik: 33,10 g Sód: 1877 mg
<b>DIETA ELIMINACYJNA (BEZ PRODUKTÓW MLECZNYCH)</b>				
200g Płatki owsiane na mleku roślinnym (gluten) 110g Chleb żytni razowy (gluten) 10g Margaryna roślinna 80g Parówki 90g Pomidor 10g Roszponka 10g Ketchup 250g Kawa zbożowa z mlekiem roślinnym 5g Cukier	450g Zupa koperkowa niezabielana (gluten) 150g Sztuka mięsa w sosie (gluten) 180g Kasza jęczmienna (gluten) 150g Buraczki 250g Kompot z jabłek	90g Chleb słonecznikowy (gluten) 10g Margaryna roślinna 30g Szynka wieprzowa 40g Salceson drobiowy 70g Papryka 30g Sałata 250g Herbata 10g Cukier	35g Chleb graham (gluten) 20g Wędlina drobiowa 10g Ogórek zielony	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
<b>DIETA ELIMINACYJNA (BEZ PRODUKTÓW MIĘSNYCH)</b>				
200g Płatki owsiane na mleku (laktoza, gluten) 110g Chleb żytni razowy (gluten) 10g Masło ekstra (laktoza) 80g Parówki sojowe (soja) 90g Pomidor 10g Roszponka 10g Ketchup 250g Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza) 5g Cukier	450g Zupa koperkowa (gluten, laktoza) 120g Ser tofu grillowany (soja) 180g Kasza jęczmienna (gluten) 150g Buraczki 250g Kompot z jabłek	90g Chleb słonecznikowy (gluten) 10g Masło ekstra (laktoza) 80g Twarożek ze szczypiorkiem (laktoza) 70g Papryka 30g Sałata 250g Herbata 10g Cukier	35g Chleb graham (gluten) 20g Ser topiony (laktoza) 10g Ogórek zielony	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
* Czcionką wytłuszczoną zostały zaznaczone alergeny				

Środa 07.08.2024

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 Pasztet pieczony 100g Ogórek kwaszony 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 10 g Cukier	450g <b>Zupa jarzynowa (laktoza)</b> 150g Udko z kurczaka pieczone 170 g <b>Ziemniaki z masłem (laktoza)</b> 150 g <b>Surówka z selera z jogurtem i rodzynkami (laktoza, seler)</b> 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 <b>Jogurt naturalny (laktoza)</b> 30 g <b>Herbatniki (gluten, laktoza, jaja)</b>	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 Pasztet pieczony 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 <b>Zupa jarzynowa (laktoza)</b> 150g Udko z kurczaka pieczone 170 g <b>Ziemniaki z masłem (laktoza)</b> 150 g <b>Surówka z selera z jogurtem (laktoza, seler)</b> 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>Miks (laktoza)</b> 70 g Pasztet pieczony 100g Pomidor 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 10 g Cukier	450g <b>Zupa jarzynowa (laktoza)</b> 150g Udko z kurczaka pieczone 170 g <b>Ziemniaki z masłem (laktoza)</b> 150 g <b>Surówka z selera z jogurtem i rodzynkami (laktoza, seler)</b> 250g Kompot wieloowocowy	90g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miks (laktoza)</b> 70 g Wędlina z piersi kurczaka 70 g Pomidor 30 g Sałata 250 g Herbata 10g Cukier	150 g <b>Jogurt naturalny (laktoza)</b> 30 g <b>Herbatniki (gluten, laktoza, jaja)</b>	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>Miks (laktoza)</b> 70 g Pasztet pieczony 100g Pomidor 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 10 g Cukier	450g <b>Zupa jarzynowa (laktoza)</b> 150g Udko z kurczaka pieczone 170 g <b>Ziemniaki z masłem (laktoza)</b> 150 g <b>Surówka z selera z jogurtem i rodzynkami (laktoza, seler)</b> 250g Kompot wieloowocowy	90g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miks (laktoza)</b> 70 g Wędlina z piersi kurczaka 70 g Pomidor 30 g Sałata 250 g Herbata 10g Cukier	150 g <b>Jogurt naturalny (laktoza)</b> 30 g <b>Herbatniki (gluten, laktoza, jaja)</b>	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 <b>Kasza manna na mleku</b>	450g <b>Zupa jarzynowa (laktoza)</b>	70g <b>Chleb pszenny (gluten)</b>	150 g Jabłko pieczone	Energia: 2191 kcal

70 g <b>(gluten, laktoza)</b> 70 g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miks (laktoza)</b> 70 g Pasztet pieczony 100g Pomidor 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 10 g Cukier	150g Udko z kurczaka pieczone 170 g <b>Ziemniaki z masłem (laktoza)</b> 150 g <b>Surówka z selera z jogurtem i rodzynkami (laktoza, seler)</b> 250g Kompot wieloowocowy	10g <b>Miks (laktoza)</b> 70 g Wędlina z piersi kurczaka 70 g Pomidor 30 g Sałata 250 g Herbata 10g Cukier	30 g <b>Herbatniki (gluten, laktoza, jaja)</b>	Białko: 16,52 % Tłuszcz: 25,34 % Kwasy tł. nasycone: 21,10 g Węglowodany: 58,14 % w tym cukry: 9,12 % Błonnik: 14,91 g Sód: 1980 mg
<b>DIETA PAPKOWATA</b>				
120 g <b>Kasza manna na mleku (gluten, laktoza)</b> 70 g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miks (laktoza)</b> 70 g Pasztet pieczony 100g Pomidor 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 10 g Cukier	450g <b>Zupa jarzynowa (laktoza)</b> 150g Udko z kurczaka pieczone 170 g <b>Ziemniaki z masłem (laktoza)</b> 150 g <b>Surówka z selera z jogurtem i rodzynkami (laktoza, seler)</b> 250g Kompot wieloowocowy	70g <b>Chleb pszenny (gluten)</b> 10g <b>Miks (laktoza)</b> 70 g Wędlina z piersi kurczaka 70 g Pomidor 30 g Sałata 250 g Herbata 10g Cukier	150 g Jabłko pieczone 30 g <b>Herbatniki (gluten, laktoza, jaja)</b>	Energia: 2191 kcal Białko: 16,52 % Tłuszcz: 25,34 % Kwasy tł. nasycone: 21,10 g Węglowodany: 58,14 % w tym cukry: 9,12 % Błonnik: 14,91 g Sód: 1980 mg
<b>DIETA UBOGOENERGETYCZNA</b>				
150 g <b>Kasza manna na mleku (gluten, laktoza)</b> 70 g <b>Chleb mieszany słonecznikowy (gluten, słonecznik)</b> 10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b> 60 g Pasztet pieczony 100g Ogórek kwaszony 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b>	350g <b>Zupa jarzynowa (laktoza)</b> 100g Udko z kurczaka pieczone 120 g <b>Ziemniaki z masłem (laktoza)</b> 120 g <b>Surówka z selera z jogurtem i rodzynkami (laktoza, seler)</b> 250g Kompot wieloowocowy	70g <b>Chleb żytni razowy (gluten)</b> 10g <b>Masło ekstra(laktoza)</b> 60 g Wędlina z piersi kurczaka 70 g Pomidor 30 g Sałata 250 g Herbata	150 g <b>Jogurt naturalny (laktoza)</b> 30 g <b>Herbatniki (gluten, laktoza, jaja)</b>	Energia: 1765 kcal Białko: 15,82 % Tłuszcz: 28,37 % Kwasy tł. nasycone: 20,07 g Węglowodany: 55,81 % w tym cukry: 8,34 % Błonnik: 28,43 g Sód: 1891 mg
<b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA</b>				
200 g <b>Kasza manna na mleku (gluten, laktoza)</b> 90 g <b>Chleb mieszany słonecznikowy (gluten, słonecznik)</b> 10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b> 100 g Pasztet pieczony 100g Ogórek kwaszony 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 10 g Cukier	450g <b>Zupa jarzynowa (laktoza)</b> 180g Udko z kurczaka pieczone 150 g <b>Ziemniaki z masłem (laktoza)</b> 150 g <b>Surówka z selera z jogurtem i rodzynkami (laktoza, seler)</b> 150g <b>Jogurt naturalny (laktoza)</b> 250g Kompot wieloowocowy	90g <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	250 g Serek wiejski <b>(laktoza)</b>	Energia: 2376 kcal Białko: 18,84 % Tłuszcz: 29,06 % Kwasy tł. nasycone: 25,15 g Węglowodany: 52,1 % w tym cukry: 9,08 % Błonnik: 32,13 g Sód: 1990 mg
<b>DIETA ELIMINACYJNA (BEZ GLUTENU)</b>				
110 g Chleb bezglutenowy 10g <b>Masło ekstra (laktoza)</b> 80 g Pasztet pieczony 100g Ogórek kwaszony 250g <b>Kawa zbożowa z mlekiem (laktoza)</b> 10 g Cukier	450g <b>Zupa jarzynowa (laktoza)</b> 150g Udko z kurczaka pieczone 170 g <b>Ziemniaki z masłem (laktoza)</b> 150 g <b>Surówka z selera z jogurtem i rodzynkami (laktoza, seler)</b> 250g Kompot wieloowocowy	110g Chleb bezglutenowy 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 <b>Jogurt naturalny (laktoza)</b>	Energia: 2132 kcal Białko: 15,03 % Tłuszcz: 29,81 % Kwasy tł. nasycone: 24,31 g Węglowodany: 55,16 % w tym cukry: 9,01 % Błonnik: 32,43 g

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

Czwartek 08.08.2024