

08 kwietnia 2024, poniedziałek
Lesko

Dieta Podstawowa (1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko), szynka 40g, ogórek świeży 50g, roszponka 10g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), pomarańcza 130g, herbata 250 ml.	Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350 ml, (zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), makaron 200g, (zboża zawierające gluten, jaja, soja), łośpatka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata zielona z dodatkiem siemienia lnianego i oleju roślinnego 80g, kompot 250 ml (seler), kompot 250ml (seler).	Kiełbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)

Dieta Łatwo strawna(2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko), szynka 40g, roszponka 10g, masło 10g (mleko), chleb	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron 200g, (zboża zawierające gluten,	Kiełbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża

<p>pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), pomarańcza 130g, herbata 250 ml.</p>	<p>jaja, soja), łopatką wieprzową mieloną, duszoną, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata zielona z dodatkiem siemienia lnianego i oleju roślinnego 80g, kompot 250 ml (seler), kompot 250ml (seler).</p>	<p>zawierające gluten), herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)</p>
--	--	--

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
<p>Szynka 60g, ser gouda 10g (mleko), ogórek świeży 50g, roszponka 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250 ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron pełnoziarnisty 200g, (zboża zawierające gluten, jaja, soja), łopatką wieprzową mieloną, duszoną, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata zielona z dodatkiem siemienia lnianego i oleju</p>	<p>Kiełbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, jogurt naturalny 100g (mleko)</p>

	roślinnego 80g, herbata 250ml	
--	----------------------------------	--

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 4 posilkowa

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
(Szynka 60g, ser gouda 10g (mleko), ogórek świeży 50g, roszponka 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 10g, chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250 ml)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron pełnoziarnisty 200g, (zboża zawierające gluten, jaja, soja), łopatka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata zielona z dodatkiem siemienia lnianego i oleju roślinnego 80g, herbata 250ml, kanapka z pastą z twarogu i szynką mozaikową, pomidorem i margaryną 150g (zboża zawierające gluten, mleko)	Kiełbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, jogurt naturalny 100g (mleko)

68/Dieta bogatobiałkowa(9)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
-------------------------------	---------------------------	------------------------------

<p>Zupa mleczna 250ml (zboża zawierająca gluten, mleko), szynka 60g, ser gouda 10g (mleko), roszponka 10g, masło 10g (mleko), bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), jabłko 100g, herbata 250ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron 200g, (zboża zawierające gluten, jaja, soja), łopatką wieprzową mieloną, duszoną, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata zielona z dodatkiem siemienia lnianego i oleju roślinnego 80g, kompot 250ml (seler)</p>	<p>Kiełbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g (mleko), bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)</p>
--	--	--

Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu(3)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
<p>Zupa mleczna 250ml (zboża zawierająca gluten, mleko), Szynka 40g, roszponka 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), pomarańcza 130g, herbata 250 ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron 200g, (zboża zawierające gluten, jaja, soja), filet z kurczaka mielony, duszony w sosie warzywno - pomidorowym 150g (90g/60g) (zboża zawierające gluten), sałata zielona z dodatkiem siemienia lnianego i oleju</p>	<p>Kiełbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, jogurt naturalny 100g (mleko)</p>

	roślinnego 80g, kompot 250 ml (seler), kompot 250ml (seler)	
--	---	--

Dieta bezmleczna(11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa z kaszą manną 350 ml (zboża zawierające gluten,), szynka 40g, ogórek świeży 30g, roszponka 10g, Margaryna Rama 15g , chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250 ml.	Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350 ml, (zboża zawierające gluten, , soja, seler), makaron 200g, (zboża zawierające gluten, jaja, soja), łopatką wieprzową mieloną, duszoną, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata zielona z dodatkiem siemienia lnianego i oleju roślinnego 80g, kompot 250 ml (seler), kompot 250ml (seler).	Kiełbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, Margaryna Rama 15g , chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, Jabłko 100g

Dieta papkowata(12)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa z kaszą manną 350 ml (zboża zawierające gluten, Filet drobiowy gotowany 70g masło 10 bułka pszenna 80g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, (zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), makaron 200g, (zboża zawierające gluten, jaja, soja),	Zupa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), schab gotowany 50g, masło 10g , Bułka pszenna (zboża

(zboża zawierające gluten),	łopatka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), , kompot 250 ml (seler), kompot 250ml (seler).	zawierające gluten, mleko, soja, seler)80g, mus owocowy 100g
-----------------------------	--	--

Dieta o zmienionej konsystencji –płynna wzmocniona (14)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa z kaszą manną 350 ml (zboża zawierające gluten, Filet drobiowy gotowany 100g masło 10 bułka pszenna 80g (zboża zawierające gluten)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, (zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), makaron 200g, (zboża zawierające gluten, jaja, soja), łopatka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), , kompot 250 ml (seler), kompot 250ml (seler).	Zupa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), schab gotowany 100g, masło 10g , Bułka pszenna (zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler)80g, mus owocowy 100g

Dieta bezglutenowa (11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml (bezglutenowa), szynka 40g, ogórek	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, makaron 200g, (bezglutenowy, jaja,	Kiełbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g (mleko),

<p>świeży 50g, roszponka 10g, masło 10g (mleko), chleb pszenno żytni bezglutenowy 100g (bezglutenowy), pomarańcza 130g, herbata 250 ml.</p>	<p>soja), łopatka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (bez glutenu), sałata zielona z dodatkiem oleju roślinnego 80g, kompot 250 ml (seler), kompot 250ml (seler).</p>	<p>chleb pszenno - żytni 100g (bez glutenu), herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)</p>
---	--	---

Dieta Podstawowa dzieci (P1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
<p>Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko), szynka 40g, ogórek świeży 50g, roszponka 10g, masło 10g (mleko), bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), pomarańcza 130g, herbata 250 m</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350 ml, (zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), makaron 200g, (zboża zawierające gluten, jaja, soja), łopatka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata zielona z dodatkiem siemienia lnianego i oleju roślinnego 80g, kompot 250 ml (seler), kompot 250ml (seler).</p>	<p>Kiełbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g (mleko), bułka pszenna) 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)</p>

Dieta Łatwo strawna dzieci (P2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
<p>Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko), szynka 40g, roszponka 10g, masło 10g (mleko), bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), pomarańcza 130g, herbata 250 ml.</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron 200g, (zboża zawierające gluten, jaja, soja), łopatka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzynno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata zielona z dodatkiem siemienia lnianego i oleju roślinnego 80g, kompot 250 ml (seler), kompot 250ml (seler).</p>	<p>Kiełbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g (mleko), bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)</p>

Dieta Bezmleczna Dzieci (P15)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
<p>Zupa z kaszą manną 350 ml (zboża zawierające gluten,), szynka 40g, ogórek świeży 30g, roszponka 10g, Margaryna Rama 15g , chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250 ml.</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350 ml, (zboża zawierające gluten, , soja, seler), makaron 200g, (zboża zawierające gluten, jaja, soja), łopatka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzynno -</p>	<p>Kiełbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, Margaryna Rama 15g , chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, Jabłko 100g</p>

	<p>pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata zielona z dodatkiem siemienia lnianego i oleju roślinnego 80g, kompot 250 ml (seler), kompot 250ml (seler).</p>	
--	--	--

Dieta Bezglutenowa Dzieci (P11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
<p>Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml (bezglutenowa), szynka 40g, ogórek świeży 50g, roszponka 10g, masło 10g (mleko), chleb pszenno żytni bezglutenowy 100g (bezglutenowy), pomarańcza 130g, herbata 250 ml.</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, makaron 200g (bezglutenowy, jaja, soja), łopatka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (bez glutenu), sałata zielona z dodatkiem oleju roślinnego 80g, kompot 250 ml (seler), kompot 250ml (seler).</p>	<p>Kiełbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (bez glutenu), herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)</p>

Dieta podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji(C1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
<p>Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko), szynka 40g, ogórek świeży 50g,</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350 ml, (zboża zawierające gluten, mleko, soja,</p>	<p>Kiełbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni</p>

roszponka 10g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), pomarańcza 130g, herbata 250 ml.	seler), makaron 200g, (zboża zawierające gluten, jaja, soja), łopatka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata zielona z dodatkiem siemienia lnianego i oleju roślinnego 80g, kompot 250 ml (seler), kompot 250ml (seler). Kanapka z wędliną drobiową pomidorem i margaryną 110g(zboża zawierające gluten , mleko)	100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)
--	---	---

Dieta Łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji(C2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko), szynka 40g, roszponka 10g, masło 10g (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), pomarańcza 130g, herbata 250 ml.	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron 200g, (zboża zawierające gluten, jaja, soja), łopatka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża	Kiełbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)

	<p>zawierające gluten), sałata zielona z dodatkiem siemienia lnianego i oleju roślinnego 80g, kompot 250 ml (seler), kompot 250ml (seler). Kanapka z wędliną drobiową pomidorem i margaryną 110g(zboża zawierające gluten , mleko)</p>	
--	---	--

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji(C3)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
<p>Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko) Szyńka 60g, ser gouda 10g (mleko), ogórek świeży 50g, roszponka 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250 ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron pełnoziarnisty 200g, (zboża zawierające gluten, jaja, soja), łopatka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata zielona z dodatkiem siemienia lnianego i oleju</p>	<p>Kiełbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, jogurt naturalny 100g (mleko</p>

	roślinnego 80g, herbata 250ml	

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i kwasów tłuszczowych

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Szynka 60g, ogórek świeży 50g, roszponka 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 10g, chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron pełnoziarnisty 200g, (zboża zawierające gluten, jaja, soja), łopatką wieprzową mieloną, duszoną, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata zielona z dodatkiem siemienia lnianego i oleju roślinnego 80g, herbata 250ml, kanapka z pastą z twarogu i szynką mozaikową, pomidorem i margaryną 150g (zboża zawierające gluten, mleko	Kiełbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, jogurt naturalny 100g (mleko

Wartości odżywcze:

Dieta Podstawowa (1)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2078.14	85.81	59.55	20,17	304.49	208.03	60,38	31,07	1869	4,51

Dieta Łatwo strawna(2)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1991.60	85,81	59,55	19,95	296,19	214,48	64,72	24,30	2070	7,35

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa(6)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1897.15	90.74	68.47	20.92	227.55	199.34	23.15	28.21	2450.9	5.03

Dieta łatwo strawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 4 posiłkowa

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1929.40	95.93	70.70	21.32	236.96	209.50	24.99	29.71	2901.70	6.17

Dieta ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów oraz nasyconych kwasów tłuszczowych(7)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1983.20	79.94	60.44	11.11	271.45	183.01	37.14	31.04	2641.51	5.18

Dieta bogatobiałkowa(9)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2230.55	106.56	72.72	24.30	299.88	267.71	49.60	32.17	2835.20	7.06

Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu(3)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1925.20	79.94	63.44	12.01	271.47	183.03	37.16	24.61	2647.51	5.20

Dieta bezmleczna(11)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1944.80	73.90	65.54	12.45	269.03	241.79	40.64	27.23	2431.38	6.11

Dieta papkowata(12)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1937.70	78.45	66.96	19.65	258.59	205.67	46.25	20.10	1025.28	2.58

Dieta o zmienionej konsystencji – płynna wzmocniona (14)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2031.60	96.35	69.45	20.59	258.59	205.67	46.25	20.10	1071.28	2.69

Dieta bezglutenowa (11)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2161.60	86.90	77.65	23.68	278.21	249.38	63.10	28.83	2170.10	5.38

Dieta Podstawowa Dzieci(P1)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
--	----------------	------------	--------------	-------------------------------	------------------------	------------------------------	-----------	-----------------------	----------	---------

Suma	2001.45	82.54	63.83	22.93	276.73	216.61	52.04	20.29	1924.86	4.81
-------------	---------	-------	-------	-------	--------	--------	-------	-------	---------	------

Dieta Podstawowa dzieci 70% (P1)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1364.76	61.20	41.75	15.85	187.66	145.97	34.50	13.81	1441.87	3.60

Dieta Podstawowa dzieci 50% (P1)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	980.55	43.89	29.85	11.33	135.39	105.31	25.58	10.16	1030.98	2.58

Dieta Łatwo strawna dzieci (P2)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2056.85	82.51	78.89	24.61	255.08	209.20	46.51	19.44	2010.41	5.04

Dieta Łatwo strawna dzieci 70%(P2)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1516.30	67.07	56.97	17.78	184.51	152.15	32.95	13.85	1675.46	4.19

Dieta Bezmleczna Dzieci (P15)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1990.00	76.37	70.76	12.71	272.66	249.87	40.96	22.79	2019.93	5.08

Dieta Bezmleczna Dzieci 70%(P15)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1394.68	53.07	49.50	8.90	191.50	176.02	28.23	15.48	1423.85	3.58

Dieta Bezmleczna Dzieci 50%(P15)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1003.75	39.16	35.67	6.44	136.77	125.56	21.11	11.22	1015.39	2.56

Dieta Bezglutenowa Dzieci (P11)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2122.40	78.30	77.13	23.56	278.21	249.38	63.10	28.83	2148.10	5.33

Dieta Bezglutenowa Dzieci 70% (P11)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1519.12	60.88	54.40	16.58	196.20	175.78	45.33	20.42	1519.31	3.77

Dieta Bezglutenowa Dzieci 50% (P11)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1062.80	42.40	38.07	11.27	137.49	123.08	29.94	14.42	1073.80	2.66

Dieta podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji(C1)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2196.35	103.52	70.39	23.84	299.94	267.77	49.66	32.17	2671.50	6.65

Dieta Łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji(C2)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2236.20	106.17	70.96	2809.90	306.28	7.01	53.87	33.07	2809.90	6.65

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji(C3)

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2131.10	109.71	73.43	22.00	259.27	227.73	23.17	31.55	3274.10	7.10


DIETETYK KLINICZNY
mgr Paulina Szymus