

**17 maj 2024,
Lesko**

Dieta Podstawowa (1)

Sniadanie/II Sniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, mleko), dżem 50g, ogórek zielony 50g, mix sałat 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa fasolowa z warzywami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Filet z miruny smażony 100g(zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, sałata zielona 10g, Kompot 250ml(seler)	Pasta jajeczna 80g(jaja, mleko), pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g (mleko)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Sniadanie/II Sniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
twaróg w plastrach 60g, ogórek świeży 50g, mix sałat 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa fasolowa z warzywami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), pulpet z ryby gotowany 100g (zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, sałata zielona 10g, Herbata 250ml	pasta z jajeczna 80g (mleko, jaja), pomidor 50g, masło 10g(mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, jogurt naturalny 100g (mleko)

Dieta Podstawowa (1)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
2009,4	75,72	31,13	1565,6	3,78	67,9	272,41	9,57	21,38	48,43	240,88

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1687,01	73,92	31	1168,6	2,79	61,36	205,31	2,45	18,57	20,34	173,92

DIETETYK KLINICZNY
mgr  mus

