

20 maj 2024,
Lesko

Dieta Podstawowa (1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml(zboża zawierające gluten, orzechy, orzeszki ziemne, soja, sezam, seler, mleko), szynka 60g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g (mleko), chleb razowy 110g (zboże zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa z ryżowa bez zabielenia(seler) 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko, jaja), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g (110g/40g) (zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g, rukola 10g, Kompot 250ml(seler)	Szynka 60g, Papryka 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), Mandarynka 70g

Dieta Łatwo strawna(2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), szynka 60g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa z ryżowa bez zabielenia 350ml (seler), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g(110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g(mleko), rukola 10g, kompot 250ml(seler)	Szynka 60g, pomidor 50g, masło 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), Mandarynka 70g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
szynka 60g, pomidor 50g, sałata lodowa 10g, masło 10g(mleko), chleb razowy 100g(zboże zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa z ryżowa bez zabielenia 350ml(, seler), pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g(110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g(mleko), rukola 50g, Herbata 250ml	Szynka 60g, Papryka 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 70g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 4 posiłkowa węglowodanów (6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
szynka 60g, pomidor 50g, sałata lodowa 10g, masło 10g(mleko), chleb razowy 100g(zboże zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa z ryżowa bez zabielenia 350ml (seler), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g(110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g(mleko), rukola 10g, Herbata 250ml, Kanapka z jajkiem, pomidorem i margaryną 110g (zboża zawierające gluten, jaja)	Szynka 60g, Papryka 50g, Masło 10g(mleko), chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 70g

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

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

Szynka 60g, pomidor 50g, sałata lodowa 10g, margaryna Rama 100% 15g, chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa z ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko, jaja), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g(110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 140g(mleko), rukola 10g, Kompot 250ml(seler)	Szynka 60g, papryka 50g, Margaryna Rama 100% 10g, Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 70g
--	--	--

Dieta bogatobiałkowa(9)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml(zboża zawierające gluten, orzechy, orzeszki ziemne, soja, sezam, seler, mleko), szynka 60g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g(mleko), bułka grahamka 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko, jaja), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g(110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g(mleko), rukola 10g, Kompot 250ml(seler) Kanapka z jajkiem, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, jaja, mleko)	Szynka 60g, pomidor 50g, Masło 10g (mleko), bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabielenia 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 70g

Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu(3)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml(zboża zawierające gluten, orzechy, orzeszki ziemne, soja, sezam, seler, mleko), szynka 60g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa z ryżowa bez zabielenia 350ml(seler , , Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g(110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g(mleko), rukola 10g, Kompot 250ml(seler)	Szynka 60g, pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 120g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 70g

Dieta bezmleczna(11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z kaszą kukurydzianą 350ml (seler), szynka 60g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 20g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml (seler), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g(110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki z olejem roślinnym bez zabielenia 110g, rukola 10g, Kompot 250ml(seler)	Szynka 60g, pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 20 g, chleb pszenno żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, mandarynka 70g

Dieta papkowata(12)

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

Zupa z kaszą kukurydzianą 350ml(zboża zawierające gluten, orzechy, orzeszki ziemne, soja, sezam, seler), filet drobiowy gotowany 70g, masło 10g(mleko), bułka pszenna 80g(zboże zawierające gluten), koktajl z pomidorów 200ml, Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko, jaja), Pieczeń rzymska 100g(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Kompot 250ml(seler)	Zupa z ziemniakami 350ml(seler), schab gotowany 50g, Masło 10g(mleko), bułka pszenna 80g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), mus owocowy 100g
--	---	--

Dieta o zmienionej konsystencji –płynna wzmocniona (14)

Sniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z kaszą kukurydzianą 350ml(zboża zawierające gluten, orzechy, orzeszki ziemne, soja, sezam, seler), filet drobiowy gotowany 70g, masło 10g(mleko), bułka pszenna 80g(zboże zawierające gluten), koktajl z pomidorów 200ml, Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko, jaja), Pieczeń rzymska 100g(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Kompot 250ml(seler)	Zupa z ziemniakami 350ml(seler), schab gotowany 50g, Masło 10g(mleko), bułka pszenna 80g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), mus owocowy 100g

Dieta bezglutenowa (11)

Sniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą bez glutenową 350ml(orzechy, orzeszki ziemne, soja, sezam, seler, mleko), Szynka 60g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g(mleko), Chleb bezglutenowy 120g, Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia bezglutenowa 350ml (seler), Filet z piersi z kurczaka 120g, Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 250g, buraczki 120g(mleko), rukola 10g, Kompot 250ml(seler)	Szynka 60g, papryka 50g, Masło 10g(mleko), Chleb bezglutenowy 120g), Herbata 250ml, mandarynka 70g

Dieta ubogo energetyczna 1200 kcal (12)

Sniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
szynka 60g, pomidor 30g, sałata lodowa 10g, masło 10g(mleko), chleb razowy 80g(zboże zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa z ryżowa bez zabielenia 350ml(, seler), pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g(110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, buraczki 100g(mleko), rukola 50g, Herbata 250ml	Szynka 60g, Papryka 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 80g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml(zboża zawierające gluten, mleko),

Dieta Podstawowa dzieci (P1)

Sniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml(mleko), szynka 60g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 15g(mleko), bułka pszenna 100g(zboże zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(seler), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g (110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g(mleko), rukola 10g, Kompot 250ml (seler)	Szynka 60g, Papryka 50g, Masło 15g(mleko), Bułka pszenna 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), Mandarynka 70g

Dieta Podstawowa dzieci 70% (P1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 245ml(mleko), szynka 42g, pomidor 35g, sałata zielona 7g, masło 10,5g(mleko), bułka pszenna 70g(zboże zawierające gluten), Herbata 175ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 245ml(seler), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 105g (77g/28g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, buraczki 84g(mleko), rukola 7g, Kompot 175ml (seler)	Szynka 42g, Papryka 35g, Masło 10,5g(mleko), Bułka pszenna 70g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 175ml(zboża zawierające gluten, mleko), Mandarynka 49g

Dieta Podstawowa dzieci 50% (P1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Szynka 30g, pomidor 25g, Masło 5g (mleko), bułka grahamka 50g (zboża zawierające gluten), kawa zabielenia 125ml (zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 35g	Zupa ryżowa bez zabielenia 175ml(seler), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 75g (55g/20g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, buraczki 60g(mleko), rukola 5g, Kompot 125ml (seler)	Szynka 30g, Papryka 25g, Masło 10,5g(mleko), Bułka pszenna 50g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 125ml(zboża zawierające gluten, mleko), Mandarynka 35g

Dieta Łatwo strawna dzieci (P2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml(zboża zawierające gluten, orzechy, orzeszki ziemne, soja, sezam, seler, mleko), szynka 60g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g(mleko), Bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko, jaja), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g(120g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g(mleko), rukola 10g, kompot 250ml(seler)	Szynka 60g, pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Bułka pszenna 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 70g

Dieta Łatwo strawna dzieci 70% (P2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 245ml(zboża zawierające gluten, orzechy, orzeszki ziemne, soja, sezam, seler, mleko), szynka 42g, pomidor 35g, sałata zielona 7g, masło 7g(mleko), Bułka pszenna 70 g (zboża zawierające gluten), Herbata 175ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 245ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko, jaja), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 105g(84g/28g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, buraczki 84g(mleko), rukola 7g, kompot 175ml(seler)	Szynka 42g, pomidor 35g, Masło 7g(mleko), Bułka pszenna 70g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 175ml(zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 49g

Dieta Łatwo strawna dzieci 50% (P2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 175ml(zboża zawierające gluten, orzechy, orzeszki ziemne, soja, sezam, seler, mleko), szynka 30g, pomidor 25g, sałata zielona 5g, masło 5g(mleko), Bułka pszenna 50g (zboża zawierające gluten),	Zupa ryżowa bez zabielenia 175ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko, jaja), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 75g(60g/20g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, buraczki 60g(mleko), rukola 5g,	Szynka 30g, pomidor 25g, Masło 5g(mleko), Bułka pszenna 50g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 125ml(zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 35g

Herbata 125ml	kompot 125ml(seler)	
Dieta Bezmleczna Dzieci (P15)		
Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa z kaszą kukurydzianą 350ml (seler), szynka 60g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 20g, bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml (seler), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g(110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki z olejem roślinnym bez zabielenia 110g, rukola 10g, Kompot 250ml(seler)	Szynka 60g, pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 20 g, bułka pszenna 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, mandarynka 70g
Dieta Bezmleczna Dzieci 70%(P15)		
Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa z kaszą kukurydzianą 245ml (seler), szynka 42g, pomidor 35g, sałata zielona 7g, margaryna RAMA 100% roślinna 14g, bułka pszenna 70g (zboża zawierające gluten), Herbata 175ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 245ml (seler), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 105g(77g/28g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, buraczki z olejem roślinnym bez zabielenia 77g, rukola 7g, Kompot 175ml(seler)	Szynka 42g, pomidor 35g, margaryna RAMA 100% roślinna 14 g, bułka pszenna 70g(zboża zawierające gluten), Herbata 175ml, mandarynka 49g
Dieta Bezmleczna Dzieci 50%(P15)		
Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa z kaszą kukurydzianą 175ml (seler), szynka 30g, pomidor 25g, sałata zielona 5g, margaryna RAMA 100% roślinna 10g, bułka pszenna 50 g (zboża zawierające gluten), Herbata 125ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 175ml (seler), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 75g(55g/20g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, buraczki z olejem roślinnym bez zabielenia 55g, rukola 5g, Kompot 125ml(seler)	Szynka 30g, pomidor 25g, margaryna RAMA 100% roślinna 10 g, bułka pszenna 50g(zboża zawierające gluten), Herbata 125ml, mandarynka 35g
Dieta Bezglutenowa Dzieci (P11)		
Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą bez glutenową 350ml(orzechy, orzeszki ziemne, soja, sezam, seler, mleko), Szynka 60g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g(mleko), Chleb bezglutenowy 120g , Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia bezglutenowa 350ml (seler), Filet z piersi z kurczaka 120g, Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 250g, buraczki 120g(mleko), rukola 10g, Kompot 250ml(seler)	Szynka 60g, papryka 50g, Masło 10g(mleko), Chleb bezglutenowy 120g), Herbata 250ml, mandarynka 70g
Dieta Bezglutenowa Dzieci 70% (P11)		
Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą bez glutenową 245ml(orzechy, orzeszki ziemne, soja, sezam, seler, mleko), Szynka 42 g, pomidor	Zupa ryżowa bez zabielenia bezglutenowa 245ml (seler), Filet z piersi z kurczaka 84g, Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 175g, buraczki 84g(mleko),	Szynka 42g, papryka 35g, Masło 7g(mleko), Chleb bezglutenowy 84g), Herbata 175ml, mandarynka 49g

35g, sałata zielona 7g, masło 7g(mleko), Chleb bezglutenowy 84g, Herbata 175ml	rukola 7g, Kompot 175ml(seler)	
---	---	--

Dieta Bezglutenowa Dzieci 50% (P11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą bez glutenową 175ml(orzechy, orzeszki ziemne, soja, sezam, seler, mleko), Szynka 30g, pomidor 25g, sałata zielona 5g, masło 5g(mleko), Chleb bezglutenowy 60g, Herbata 125ml	Zupa ryżowa bez zabielenia bezglutenowa 175ml (seler), Filet z piersi z kurczaka 60g, Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 125g, buraczki 60g(mleko), rukola 5g, Kompot 125ml(seler)	Szynka 30g, papryka 25g, Masło 5g(mleko), Chleb bezglutenowy 60g), Herbata 125ml, mandarynka 35g

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

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml(zboża zawierające gluten, orzechy, orzeszki ziemne, soja, sezam, seler, mleko), szynka 60g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g(mleko), bułka grahamka 100g(zboże zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko, jaja), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g(110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g(mleko), rukola 10g, Kompot 250ml(seler) Kanapka z jajkiem, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, jaja, mleko)	Szynka 60g, pomidor 50g, Masło 10g (mleko), bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabielenia 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 70g

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

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml(zboża zawierające gluten, orzechy, orzeszki ziemne, soja, sezam, seler, mleko), szynka 60g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 15g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko, jaja), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g(110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 100g(mleko), rukola 10g, kompot 250ml(seler), Kanapka z jajkiem, pomidorem, i margaryną (zboża zawierające gluten, mleko)	Szynka 60g, pomidor 50g, Masło 15g(mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 70g

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

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
szynka 60g, pomidor 50g, sałata lodowa 10g, masło 10g(mleko), chleb razowy 100g(zboże zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa z ryżowa bez zabielenia 350ml (seler), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g(110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g(mleko), rukola 10g,	Szynka 60g, Papryka 50g, Masło 10g(mleko), chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 70g

	Herbata 250ml, Kanapka z jajkiem, pomidorem i margaryną 110g (zboża zawierające gluten, jaja)	
--	---	--

Dieta Uboropurynowa

Sniadanie/II Sniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), szynka 60g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabelania 350ml (seler), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g(110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g(mleko), rukola 10g, kompot 250ml(seler)	Szynka 60g, pomidor 50g, masło 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabeliana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), Mandarynka 70g

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]
2025,75	85,74	28,95	1411,21	5,89	64,34	276,06	6,57	22,76	49,67	204,07

Dieta Łatwo strawna(2)

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]
1956,55	82,15	23,52	2071,26	5,76	66,53	258,99	5,34	24,35	41,99	209,52

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]
1713,4	68,08	27,42	1062,3	4,94	62,59	217,51	3,14	18,51	22,85	186,89

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 4 posiłkowa węglowodanów (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]
2028	86,34	33,38	1400,4	5,23	73,15	256,56	3,65	24,43	25,77	221,22

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

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]
1854,7	75,2	29,08	1168,46	4,63	56,55	258,83	4,01	15,21	26,47	170,43

Dieta bogatobiałkowa(9)

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]
2190,05	92,41	32,5	1563,55	6,43	75,21	299,76	5,08	24,78	42,7	263,78

Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu(3)

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]
1955,95	87,59	26,53	1831,5	6,38	38,6	318,22	5,22	14,24	39,99	289,72

Dieta bezmleczna(11)

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]
1949,35	74,67	25,56	1642,73	6,5	70,25	264,91	5,37	14,5	29,97	236,13

Dieta papkowata(12)

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]
1937,7	78,46	20,11	1025,28	2,55	66,99	258,6	6,71	19,66	46,26	205,69

Dieta o zmienionej konsystencji –płynna wzmocniona (14)

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]
1937,7	78,46	20,11	1025,28	2,55	66,99	258,6	6,71	19,66	46,26	205,69

Dieta bezglutenowa (11)

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]
2044	79,89	29,48	1256,6	4,92	77,46	258,35	5,39	24,09	41,06	226,87

Dieta ubogo energetyczna 1200 kcal (12)

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]
1713,4	68,08	27,42	1062,3	4,94	62,59	217,51	3,14	18,51	22,85	186,89

Dieta Podstawowa dzieci (P1)

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]
1953	79,13	18,87	1162,11	5,23	71,34	256,74	5,79	26,14	41,78	205,66

Dieta Łatwo strawna dzieci (P2)

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]
1998,35	80,04	18,44	1150,51	5,25	77,37	251,35	5,34	23,6	42,03	203,25

Dieta Bezmleczna Dzieci (P15)

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]
1949,35	74,67	25,56	1642,73	6,5	70,25	264,91	5,37	14,5	29,97	236,13

Dieta Bezglutenowa Dzieci (P11)

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]
2044	79,89	29,48	1256,6	4,92	77,46	258,35	5,39	24,09	41,06	226,87

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

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]
2190,05	92,41	32,5	1563,55	6,43	75,21	299,76	5,08	24,78	42,7	263,78

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

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]
2148,1	94,3	32,45	2038,8	6,27	73,09	294,9	5,54	27,4	45,41	260,86

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

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]
2028	86,34	33,38	1400,4	5,23	73,15	256,56	3,65	24,43	25,77	221,22

Dieta Ubogopurynowa

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]
1956,55	82,15	23,52	2071,26	5,76	66,53	258,99	5,34	24,35	41,99	209,52

DIETETYK KLINICZNY
mgr  mus