

**22 maj 2024,
Lesko**

Dieta Podstawowa (1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), szynka 60g, ogórek świeży 50g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa pieczarkowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bitka ze schabu gotowana w sosie własnym 140g (90g/50g) (zboża zawierające gluten, mleko), kasza jęczmienna z olejem 200g (zboża zawierające gluten), surówka z czerwonej kapusty 120g, mix sałat 10g, kompot 250ml (seler)	Ser żółty 50g (mleko), pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), kakao 250ml (mleko), kiwi 70g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Szynka 60g, ogórek świeży 50g, sałata lodowa 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa pieczarkowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bitka ze schabu gotowana w sosie własnym 140g (90g/50g) (zboża zawierające gluten, mleko), kasza jęczmienna z olejem 200g (zboża zawierające gluten), surówka z czerwonej kapusty 120g, mix sałat 10g, herbata 250ml	ser żółty 50g (mleko), pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml,

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]
1970,7	86,25	27,88	2057,34	5,13	69,24	253,01	8,04	28,34	38,82	225,16

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]
1782,25	86,24	27,03	1389,43	4,14	73,35	193,1	3,85	24,19	13,55	165,71

DIETETYK KLINICZNY
mgr  mus

