

24 czerwca 2024, Lesko

Dieta Podstawowa (1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko), udziec z indyka w galarecie 50g, ogórek świeży 50g, rukola 10g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250 ml.	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), mix sałat z dodatkiem oleju roślinnego 100g, kompot 250 ml (seler), kompot 250ml (seler).	Kiełbasa szynkowa 50g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
udziec z indyka w galarecie 80g, ogórek świeży 50g, rukola 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, 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), mix sałat z warzywami i dodatkiem oleju roślinnego 80g, herbata 250ml,	Kiełbasa szynkowa 80g, pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, 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]
2090	87,51	28,49	1328,03	4,29	59,4	270,18	4,73	20,81	34,19	239,9

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]
1978,11	84,04	32,88	1095,85	4,31	61,19	219,52	3,2	14,74	22,13	183,28

DIETETYK KLINICZNY
mgr  mus

