

**09 Lipca 2024,
Lesko**

Dieta Podstawowa (1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka wędzarska z kija 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml,	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet wieprzowy gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja), surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko) , kawa zabieleniana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), arbuz 100g, galaretka drobiowa 150g (seler), cytryna 10g.

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka wędzarska z kija 80g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet wieprzowy gotowany 150g (90g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja), surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko) , arbuz 50g, galaretka drobiowa 150g (seler), cytryna 10g, 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]
1852,6 2	85,33	26,01	1697,8 4	5	63,58	236,65	7,28	22,87	45,2 8	209,94

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]
1725,7 7	86,17	27,34	1422,1 3	5,26	61,99	203,13	6,14	21,9	34,7 6	174,42

DIETETYK KLINICZNY
mgr *[podpis]* *[podpis]* mus

