

11 Lipca 2024,
Lesko

Dieta Podstawowa (1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 50g (jaja), sos chrzanowy 100g (zboża zawierające gluten, mleko), papryka 50g, sałata 10g herbata 250ml	Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym gotowany 150g(zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego, surówka z kapusty kiszzonej 100g, burak w plasterkach 50g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), polędwica premium 50g (zboża zawierające gluten, gorczyca, seler, jaja, mleko), rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 70g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 50g (jaja), sos chrzanowy 100g (zboża zawierające gluten, mleko), papryka 50g, sałata 10g herbata 250ml	Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego, surówka z kapusty kiszzonej 100g, burak w plasterkach 30g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), polędwica premium 80g (zboża zawierające gluten, gorczyca, seler, jaja, mleko), rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 30g

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]
1928,67	81,1	29,92	1393,64	4,51	68,06	252,59	5,17	21,38	44,64	221,77

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]
1755,52	79,86	29,33	1105,29	4,42	64,25	215,32	3,11	18,79	28,36	184,57

DIETETYK KLINICZNY
mgr *[signature]* mus

