

Poniedziałek
22 Lipca 2024
Lesko

Dieta Podstawowa(1)

Sniadanie/II Sniadanie	Obiad/Podwieczerek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), pomidor 50g, mix sałat 10g, masło 10g (mleko), polędwica Ani 50g (zboża zawierające gluten, jaja mleko, orzeszki ziemne, seler, gorczyca, sezam) 50g, chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy gotowany 150g (zboża zawierające gluten), kaszajączienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, jaja), surówka z czerwonej kapusty 120g, roszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	pasta z tuńczyka i twarogu i koperku 70g (ryba, soja, mleko), masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), ogórek świeży 50g, mus owocowo - warzywny 100g, kakao 250ml (zboża zawierające gluten, soja, mleko)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa(6)

Sniadanie/II Sniadanie	Obiad/Podwieczerek	Kolacja/Posilek nocny
pomidor 50g, mix sałat 10g, masło 10g (mleko), polędwica Ani 80g (zboża zawierające gluten, jaja mleko, orzeszki ziemne, seler, gorczyca, sezam), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy gotowany 150g (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, jaja), surówka z czerwonej kapusty 120g, roszponka 10g, herbata 250ml	Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 70g (ryba, soja, mleko), masło 10g (mleko), ogórek świeży 50g, chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, mus owocowo - warzywny 100g

Dieta Podstawowa(1)

Energia [kcal]	Białko [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone (SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1936,17	81,71	30,38	1878,49	5,75	59,03	271,4	7,02	31,32	51,47	238,3

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa(6)

Energia [kcal]	Białko [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone (SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1625,4	69,65	29,96	1096,38	4,44	53,57	214,1	5,79	17,83	28,09	179,74

DIETETYK KLINICZNY
mgr *[Signature]* mus

