

Czwartek
05 Września 2024,
Lesko

Dieta Podstawowa (1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, sałata lodowa 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko,jaja, seler), zrazik mielony wieprzowy pieczony 90g (zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, soja, seler, jaja, mleko)	chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten),połędwica Ani 50g (zboża zawierające gluten, jaja, mleko, orzeszki ziemnie, seler, gorczyca, sezam),pomidor 50g masło 10g (mleko), kawa zbożowa 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 70g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 15g (mleko), szynka z kija 80g, sałata lodowa 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko,jaja, seler), zrazik mielony wieprzowy pieczony 100g (zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, herbata250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten),połędwica Ani 80g (zboża zawierające gluten, jaja, mleko, orzeszki ziemnie, seler, gorczyca, sezam), pomidor 50g masło 15g (mleko), kawa zbożowa 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 70g

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]
1827,3	71,52	26,84	1431	6,2	57,72	256,92	4,66	20,23	46,88	226,52

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]
1676,93	74,96	25,54	1095,78	6,96	60,71	205,13	3,42	25,13	36,02	173,89

DIETETYK KLINICZNY
mgr  mus

