

Środa
25 września 2024,
Lesko

Dieta Podstawowa (1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z białej kapusty z marchewką 125g (mleko, jaja), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, soja, seler, jaja, mleko)	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek świeży 50g, kawa zabiellana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 80g

Dieta Łatwo strawna(2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z marchewki z jabłkiem 120g (mleko), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, soja, seler, jaja, mleko)	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 20g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), mix sałat 10g, kawa zabiellana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 80g

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), schab z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (90g/50g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z białej kapusty z marchewką 125g (mleko,jaja), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 90g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek świeży 10g, kawa zabiellana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko),

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 4 posiłkowa węglowodanów (6)

Sniadanie/II Sniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), schab z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (90g/60g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z białej kapusty z marchewką 125g (mleko,jaja), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml kanapka z pomidorem i wędliną (zboża zawierające gluten)	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 20g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 90g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek świeży 10g, kawa zabieleniana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 80g

Dieta ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów oraz nasyconych kwasów tłuszczowych(7)

Sniadanie/II Sniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, schab z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (90g/50g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z białej kapusty z marchewką 125g (mleko, jaja), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml kanapka pomidorem i wędliną(zboża zawierające gluten)	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek świeży 50g, kawa zabieleniana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 80g

Dieta bogatobiałkowa(9)

Sniadanie/II Sniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), schab z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml Jogurt naturalny 100 g(mleko)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (90g/50g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z marchewki z jabłkiem 120g (mleko), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kanapka z szynką i pomidorem (zboża zawierające gluten) kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, soja, seler, jaja, mleko)	bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 90g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), mix sałat 10g kawa zabieleniana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 80g

Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu(3)

Sniadanie/II Sniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
------------------------	--------------------	-----------------------

Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA 100% roślinna 15g, schab z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy gotowany 140g (90g/50g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z marchewki z jabłkiem 120g (mleko), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, soja, seler, jaja, mleko)	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA 100% roślinna 10g, pasta z sera i makreli w pomidorach 50g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), mix sałat 10g, kawa zabieleniana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 80g
---	--	---

Dieta bezmleczna(11)

Sniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Grycikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA 100% roślinna 15g, schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler), gulasz wieprzowy duszony 140g (90g/60g)(zboża zawierające gluten, seler), surówka z marchewki z jabłkiem z olejem roślinnym 120g, sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA 100% roślinna 15g, polędwica z pasieki 50g, mix sałat 10g, herbata 250ml, pomarańcza 80g

Dieta papkowata(12)

Sniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa bez zabieleniania z kaszą jaglaną 350ml (zboża zawierające gluten), bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka wieprzowa gotowana 50g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja), łopatką wieprzową gotowaną 50g, Masło 10g(mleko), bułka pszenna 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabieleniana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko)

Dieta o zmienionej konsystencji –płynna wzmocniona (14)

Sniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa bez zabieleniania z kaszą jaglaną 350ml (zboża zawierające gluten), bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka wieprzowa gotowana 100g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (90g/60g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża	Zupa z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja), łopatką wieprzową gotowaną 100g, masło 10g(mleko), bułka pszenna 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabieleniana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko)

	zawierające gluten, gorczyca,soja, soja, seler, jaja, mleko)	
--	---	--

Dieta bezglutenowa (11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), chleb bezglutenowy 100g, masło 20g (mleko), schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g)(seler, mleko), surówka z białej kapusty z marchewką 125g (mleko,jaja), sałata lodowa 10g, kasza jaglana z dodatkiem oleju roślinnego 200g , herbata 250ml	Chleb bezglutenowy 100g, masło 20g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek świeży 50g, kakao 250ml (mleko), pomarańcza 80g

Dieta ubogo energetyczna 1200 kcal (12)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
chleb razowy 80g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 100% 10g, schab z kija 60g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z białej kapusty z marchewką 120g (mleko,jaja), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Chleb razowy 80g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 100% 10g, pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek świeży 50g, kawa zabielenia 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 80g

Dieta Podstawowa dzieci (P1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), masło 20g (mleko), schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z marchewki z jabłkiem 120g (mleko), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, soja, seler, jaja, mleko)	bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), masło 20g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), mix sałat 10g, kawa zabielenia 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 80g

Dieta Podstawowa dzieci 70% (P1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 245ml (zboża zawierające gluten, mleko), bułka pszenna 70g (zboża zawierające gluten), masło 14g (mleko), schab z kija 35g, sałata masłowa 7g, pomidor	Zupa koperkowa z ziemniakami 245ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 98g (56g/42g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z marchewki z	bułka pszenna 70g (zboża zawierające gluten), masło 14g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 42g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek

35g, herbata 175ml	jabłkiem 84g (mleko), sałata lodowa 7g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 140g (zboża zawierające gluten), kompot 175ml (zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, soja, seler, jaja, mleko)	siarki), mix sałat 7g, kawa zabelana 175ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 56g
--------------------	---	---

Dieta Podstawowa dzieci 50% (P1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 175ml (zboża zawierające gluten, mleko), bułka pszenna 50g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), schab z kija 25g, sałata masłowa 5g, pomidor 25g, herbata 125ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 175ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 70g (40g/30g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z marchewki z jabłkiem 60g (mleko), sałata lodowa 5g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 100g (zboża zawierające gluten), kompot 125ml (zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, soja, seler, jaja, mleko)	bułka pszenna 50g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 30g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), mix sałat 5g, kawa zabelana 125ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 40g

Dieta Łatwo strawna dzieci (P2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), masło 20g (mleko), schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z marchewki z jabłkiem 120g (mleko), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, soja, seler, jaja, mleko)	bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), masło 20g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), mix sałat 10g, kawa zabelana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 80g

Dieta Łatwo strawna dzieci 70% (P2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 245ml (zboża zawierające gluten, mleko), bułka pszenna 70g (zboża zawierające gluten), masło 14g (mleko), schab z kija 35g, sałata masłowa 7g, pomidor 35g, herbata 175ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 245 ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 98g (56g/42g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z marchewki z jabłkiem 84g (mleko), sałata lodowa 7g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 140g (zboża	bułka pszenna 70g (zboża zawierające gluten), masło 14g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 42g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), mix sałat 7g, kawa zabelana 175ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 56g

	zawierające gluten), kompot 175ml (zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, soja, seler, jaja, mleko)	
--	--	--

Dieta Łatwo strawna dzieci 50% (P2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczerek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 175ml (zboża zawierające gluten, mleko), bułka pszenna 50g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), schab z kija 25g, sałata masłowa 5g, pomidor 25g, herbata 125ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 175ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 70g (40g/30g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z marchewki z jabłkiem 60g (mleko), sałata lodowa 5g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 100g (zboża zawierające gluten), kompot 125ml (zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, soja, seler, jaja, mleko)	bułka pszenna 50g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 30g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), mix sałat 5g, kawa zabelana 125ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 40g

Dieta Bezmleczna Dzieci (P15)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczerek	Kolacja/Posilek nocny
Grycikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler), bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA 100% roślinna 15g, schab z kija 60g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler), gulasz wieprzowy duszony 140g (90g/60g)(zboża zawierające gluten, seler), surówka z marchewki z jabłkiem z olejem roślinnym 120g, sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Chleb pszenna 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA 100% roślinna 15g, szynka 60g ,mix sałat 10g, herbata 250ml, pomarańcza 80g

Dieta Bezmleczna Dzieci 70%(P15)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczerek	Kolacja/Posilek nocny
Grycikowa 245ml (zboża zawierające gluten, seler), bułka pszenna 70g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA 100% roślinna 10,5g, schab z kija 42g, sałata masłowa 7g, pomidor 35g, herbata 175ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 245ml (zboża zawierające gluten, seler), gulasz wieprzowy duszony 98g (63g/42g)(zboża zawierające gluten, seler), surówka z marchewki z jabłkiem z olejem roślinnym 84g, sałata lodowa 7g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 140g (zboża zawierające gluten), herbata 175ml	Chleb pszenna 70g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA 100% roślinna 10,5g, szynka 42g ,mix sałat 7g, herbata 175ml, pomarańcza 56g

Dieta Bezmleczna Dzieci 50%(P15)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczerek	Kolacja/Posilek nocny
Grycikowa 175ml (zboża zawierające gluten, seler), bułka pszenna 50g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA 100%	Zupa koperkowa z ziemniakami 175ml (zboża zawierające gluten, seler), gulasz wieprzowy duszony 70g (45g/30g)(zboża zawierające	Chleb pszenna 50g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA 100% roślinna 7,5g, szynka 30g ,mix sałat 5g,

roślinna 7,5g, schab z kija 30g, sałata masłowa 5g, pomidor 25g, herbata 125ml	gluten, seler), surówka z marchewki z jabłkiem z olejem roślinnym 60g, sałata lodowa 5g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 100g (zboża zawierające gluten), herbata 125ml	herbata 125ml, pomarańcza 40g
--	---	-------------------------------

Dieta Bezglutenowa Dzieci (P11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), chleb bezglutenowy 100g, masło 20g (mleko), schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g)(seler, mleko), surówka z białej kapusty z marchewką 125g (mleko, jaja), sałata lodowa 10g, kasza jaglana z dodatkiem oleju roślinnego 200g, herbata 250ml	Chleb bezglutenowy 100g, masło 20g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek świeży 50g, kakao 250ml (mleko), pomarańcza 80g

Dieta Bezglutenowa Dzieci 70% (P11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z ryżem 245ml (mleko), chleb bezglutenowy 70g, masło 14g (mleko), schab z kija 35g, sałata masłowa 7g, pomidor 35g, herbata 175ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 245 ml (seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 98g (56g/42g)(seler, mleko), surówka z białej kapusty z marchewką 87,5g (mleko, jaja), sałata lodowa 7g, kasza jaglana z dodatkiem oleju roślinnego 140g, herbata 175ml	Chleb bezglutenowy 70g, masło 14g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 42g (ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek świeży 35g, kakao 175 ml (mleko), pomarańcza 56g

Dieta Bezglutenowa Dzieci 50% (P11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z ryżem 175ml (mleko), chleb bezglutenowy 50g, masło 10g (mleko), schab z kija 25g, sałata masłowa 5g, pomidor 25g, herbata 125ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 175ml (seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 70g (40g/30g)(seler, mleko), surówka z białej kapusty z marchewką 62,5g (mleko, jaja), sałata lodowa 5g, kasza jaglana z dodatkiem oleju roślinnego 100g, herbata 125ml	Chleb bezglutenowy 50g, masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 30g (ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek świeży 25g, kakao 125ml (mleko), pomarańcza 40g

Dieta podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji(C1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą maną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z białej kapusty z marchewką 125g (mleko, jaja), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża	bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek świeży 50g, kawa zabieleniana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 80g

	<p>zawierające gluten), kanapka z szynką i pomidorem (zboża zawierające gluten) kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, soja, seler, jaja, mleko)</p>	
--	---	--

Dieta Łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji(C2)

Sniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
<p>Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z marchewki z jabłkiem 120g (mleko), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kanapka z szynką i pomidorem (zboża zawierające gluten) kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, soja, seler, jaja, mleko)</p>	<p>bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki),mix sałat 10g kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 80g</p>

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji(C3)

Sniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
<p>chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 20g (mleko), schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z białej kapusty z marchewką 125g (mleko,jaja), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml kanapka z pomidorem i wędliną (zboża zawierające gluten)</p>	<p>Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 20g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek świeży 50g, kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 80g</p>

Dieta Uboropurynowa

Sniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
<p>Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 20g (mleko), schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g)(zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z marchewki z jabłkiem 120g (mleko), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z</p>	<p>Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 20g (mleko), pasta z sera 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki), mix sałat 10g, kawa zabielana 250ml (zboża</p>

	dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, soja, seler, jaja, mleko)	zawierające gluten, mleko), pomarańcza 80g
--	--	--

Dieta Wegetariańska

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczerek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twaróg w plastrach 50g (mleko), sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wielowarzywny140g (zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z marchewki z jabłkiem 120g (zboża zawierające gluten, mleko), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (seler)	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, mleko, jaja, gorczyca, dwutlenek siarki) , mix sałat 10g, kawa zabieleniana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 80 g

Dieta Podstawowa (1)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcz e [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1891,58	78,8	27,98	1454,2	5	66,63	256,61	6,87	24,98	45,42	220,71

Dieta Łatwo strawna(2)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcz e [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1912,6	75,44	24,72	1682,02	5,55	70,5	263,51	5,6	34,07	44,85	231,52

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcz e [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1653,1	78,06	27,52	1182,29	5,15	66,04	204,74	3,7	24,35	27,22	168,99

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 4 posiłkowa węglowodanów (6)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcz e [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1972,88	89,89	32,03	1678,3	6,39	83,03	236,88	5,87	36,28	35,61	196,63

Dieta ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów oraz nasyconych kwasów tłuszczowych(7)

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]
1985,94	93,39	34,78	1904,87	7	73,86	259,53	5,92	20,36	36,83	216,53

Dieta bogatobiałkowa(9)

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]
2113,99	103,92	35,17	2781,46	9,17	69,64	305,13	5,89	28,85	54,47	261,76

Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu(3)

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]
1852,1	87,21	28,5	1691,67	6,44	41,55	313,48	6,51	13,55	57,76	277,41

Dieta bezmleczna(11)

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]
1864,75	71,78	27,99	1528,47	6,25	62,81	274,95	5,78	12,29	36,29	239,7

Dieta papkowata(12)

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]
1997,4	74,51	17,96	1882,96	3,43	73,77	262,75	2,63	26,87	38,35	237,36

Dieta o zmienionej konsystencji –płynna wzmocniona (14)

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]
2077,4	84,81	1796	1413,46	3,5	78,07	262,75	2,63	28,54	38,35	237,36

Dieta bezglutenowa (11)

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]
1864,75	71,81	26,49	1378,96	4,8	85,01	211,91	5,71	37,19	48,02	184,31

Dieta ubogo energetyczna 1200 kcal (12)

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]
1119,34	61,06	21,88	996,17	3,82	36,15	152,6	3,58	10,98	24,79	126,84

Dieta Podstawowa dzieci (P1)

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]
1873,69	76,59	20,33	1248	4,47	71,17	257,73	6,27	34,32	46,13	230,13

Dieta Łatwo strawna dzieci (P2)

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]
2007,59	72,56	19,57	1236,2	4,06	79,08	256,21	5,65	35,34	44,59	227,89

Dieta Bezmleczna Dzieci (P15)

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]
1864,75	71,78	27,99	1528,47	6,25	62,81	274,95	5,78	12,29	36,29	239,7

Dieta Bezglutenowa Dzieci (P11)

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]
1804,68	71,81	26,49	1378,96	4,8	85,01	211,91	5,71	37,19	48,02	184,31

Dieta podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji(C1)

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]
2047,18	90,62	32,3	1841,96	5,96	74,49	280,19	7,11	28,06	52,98	239,97

Dieta Łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji(C2)

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]
1956,49	87,14	32,29	1847,11	6	68,44	274,77	5,89	26,13	48,95	234,58

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji(C3)

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]
1972,88	89,89	32,03	1678,3	6,39	83,03	236,88	5,87	36,28	35,61	196,63

Dieta Ubogopurynowa

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]
1959,09	65,82	25,53	1577,85	3,9	72,61	264,92	6,27	32,11	45,41	232,62

Dieta Wegetariańska

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]
2015,99	69,22	33,59	1482,58	3,7	63,72	291	8,37	28,76	56,33	256,82

DIETETYK KLINICZNY
mgr  mus

