

Czwartek
14 Listopada 2024
Lesko

Dieta Podstawowa(1)

Sniadanie/II Sniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), pomidor 50g, mix sałat 10g, masło 10g (mleko), szynka z pasieki 50g, chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy gotowany 150g (zboża zawierające gluten), kaszajęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, jaja), surówka z czerwonej kapusty 120g, roszonek 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	pastę z tuńczyka i twarogu 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/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Pomidor 50g, mix sałat 10g, masło 10g (mleko), szynka z pasieki 80g, 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, roszonek 10g, herbata 250ml	Pasta z tuńczyka, twarogu 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]	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]
1948,67	86,21	30,38	1878,49	5,75	59,63	268,6	7,02	21,52	51,17	238,3

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 Przewidywalne [g]
1645,4	76,85	29,96	1096,38	4,44	54,53	209,62	5,79	18,15	27,61	179,74

DIETETYK KLINICZNY
mgr  mus