

Czwartek
28 Listopada 2024,
Lesko

Dieta Podstawowa (1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 15g (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, Sałata lodowa z pomidorem i jogurtem 100g, (mleko) burak50g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z pasieki 50g, rukola 10g, kawa zabielenana 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 10g (mleko), jajko gotowane 60g (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, Sałata lodowa z pomidorem i jogurtem 100g, (mleko)100g, burak 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z pasieki 80g rukola 10g, kawa zabielenana 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]
1911,17	81,44	28,12	1387,22	4,48	66,97	247,61	5,78	26,57	44,16	219,49

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]
1700,98	80,91	27,39	1104,94	4,42	58,83	210,04	3,58	21,11	28,07	182,66

DIETETYK KLINICZNY
mgr  mus