

Piątek
06 Grudnia 2024,
Lesko

Dieta Podstawowa (1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, mleko), dżem 50g, ogórek konserwowy 50g, mix sałat 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa fasolowa z warzywami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), ryba pieczona 100g (zboża zawierające gluten, ryba),sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, sałata zielona 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Pasta jajeczna 70g(jaja, mleko), pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g (mleko)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
twaróg w plastrach 80g, ogórek konserwowy 50g, mix sałat 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa fasolowa z warzywami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko),ryba pieczona 100g (zboża zawierające gluten, ryba),sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, sałata zielona 10g, Herbata 250ml	pasta z jajeczna 70g (mleko, jaja), pomidor 50g, masło 10g(mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, jogurt naturalny 100g (mleko)

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]
1965	73,3	30,37	1690,2	4,09	66,74	265,94	9,22	21,04	49,86	235,17

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]
1705	80,35	31,14	1362,2	3,23	63,4	202,32	1,93	18,45	22,22	171,23

DIETETYK KLINICZNY
mgr  mus