

**Poniedziałek
30 Grudnia 2024,
Lesko**

Dieta Podstawowa (1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml(mleko), szynka z kija 50g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler), pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboże zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa z ryżowa bez zabielenia(seler) 350ml, Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g (110g/40g) (zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g, rukola 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Schab z kija 50g, Papryka konserwowa 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
szynka z kija 80g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler), pomidor 50g, sałata lodowa 10g, masło 10g(mleko), chleb razowy 100g(zboże zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa z ryżowa bez zabielenia 350ml(seler), pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g(110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g(mleko), rukola 10 g, Herbata 250ml	Schab z kija 80g, Papryka konserwowa 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g

Dieta Podstawowa (1)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcz e [g]	Węglowodan y [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]
1954,05	85,85	30,02	1589,36	6,89	64,78	274,12	6,45	21,02	46,1	216,98

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcz e [g]	Węglowodan y [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]
1685,75	91,08	26,66	1224,65	7,74	64,77	206,28	2,39	20,37	21,97	177,63

DIETETYK KLINICZNY
mgr  mus