

Piątek
14 Luty 2025 r.
Lesko

Dieta Podstawowa (1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta jajeczna 70g (jaja, mleko,gorczyca), roszponka 10g, papryka konserwowa (gorczyca) 50g, herbata 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten seler,gorczyca,soja,mleko,jaja, łubin), makaron z serem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (250g/100g) (zboża zawierające gluten, mleko, soja, gorczyca, łubin), surówka z marchewki 120g kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko),	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pomidor 50g, sałatka jarzynowa 100g (mleko, jaja, seler,gorczyca), kawa zabielenana 250ml (mleko, zboża zawierające gluten), Kiwi 80 g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta jajeczna 90g (jaja, mleko, gorczyca), roszponka 10g, papryka konserwowa(gorczyca) 50g, herbata 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten seler,gorczyca,soja,mleko,jaja, łubin),makaron pełnoziarnisty z serem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (150g/100g) (zboża zawierające gluten, mleko, soja, gorczyca, łubin), surówka z marchewki 120g, herbata 250 ml,	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pomidor 50g, sałatka jarzynowa 100g (mleko, jaja, seler,gorczyca), kawa zabielenana 250ml (mleko, zboża zawierające gluten) Kiwi 80 g

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]
1997,21	75,19	29,57	1723,72	4,38	72,19	264,68	8,55	29,18	48,5	234,93

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]
1817,2	71,46	37,85	1353,3	3,41	60,57	247,03	6,89	17,89	28,08	208,97

DIETETYK KLINICZNY
mgr  mus