

Środa
15 Kwietnia 2026 r.
Lesko

Dieta Podstawowa (1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami i ciecierzycą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca soja, lubin, seler, jaja, orzechy), wieprzowina duszona w sosie własnym z warzywami 180g (80g/100g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca), ogórek konserwowy (gorczyca) 50g, masło 10g (mleko), Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 100g

Dieta Łatwo strawna(2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), schab z kija 50g, pomidor 50g, sałata masłowa 10g, masło 10g (mleko) chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca soja, lubin, seler, jaja, orzechy), wieprzowina duszona w sosie własnym z warzywami 180g (80g/100g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, gorczyca, mleko), pomidor 50g, masło 10g (mleko) Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 100g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Schab z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g masło 10g (mleko) chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami i ciecierzycą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca soja, lubin, seler, jaja, orzechy) wieprzowina duszona w sosie własnym z warzywami 180g (80g/100g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Pasta z sera i makreli w pomidorach 80g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca), ogórek konserwowy (gorczyca) 50g, masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 100g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 4 posiłkowa węglowodanów (6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Schab z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami i ciecierzycą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca soja, lubin, seler, jaja, orzechy), wieprzowina duszona w sosie własnym z warzywami 180g (80g/100g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml kanapka z pomidorem wędliną i margaryną (zboża zawierające gluten, mleko)	Pasta z sera i makreli w pomidorach 80g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca), ogórek konserwowy (gorczyca) 50g, masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 100g

Dieta ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów oraz nasyconych kwasów tłuszczowych(7)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Schab z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g margaryna mis kromeczki 15g, chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami i ciecierzycą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca soja, lubin, seler, jaja, orzechy), wieprzowina duszona w sosie własnym z warzywami 180g (80g/100g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml kanapka pomidorem wędliną i margaryną (zboża zawierające gluten, mleko)	Pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca), ogórek konserwowy (gorczyca) 50g, masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 100g

Dieta bogatobiałkowa(9)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko) schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml Jogurt naturalny 100 g(mleko)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy), wieprzowina duszona w sosie własnym z warzywami 180g (80g/100g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kanapka z szynką i pomidorem (zboża zawierające gluten) kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Pasta z sera i makreli w pomidorach 80g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca), pomidor 50g, masło 10g (mleko), bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 100g

MARIOLA BOBROWA
DIETETYK

	kanapka pomidorem wędliną i margaryną (zboża zawierające gluten, mleko)	
Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu(3)		
Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), schab z kija 50g., sałata masłowa 10g, pomidor 50g margaryna mis kromeczeki 15g., chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca soja, lubin, seler, jaja, orzechy) wiązowina duszona w sosie własnym z warzywami 180g (80g/100g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Pasta z sera i makreli w pomidorach 70 g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler mleko, gorczyca), pomidor 50 g, margaryna mis kromeczeki 15g, Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 100g
Dieta bezmleczna(11)		
Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Grycikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler), schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, , margaryna mis kromeczeki 15g ,chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca soja, lubin, seler, jaja, orzechy), wiązowina duszona w sosie własnym z warzywami 180g (80g/100g) (zboża zawierające gluten, seler), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające egluten), herbata 250ml	Półdewica z pasieki 50g ,pomidor 50 g margaryna mis kromeczeki 15g , Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, Jabłko 100g
Dieta papkowata(12)		
Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa bez zabielenia z kaszą jaglaną 350ml (zboża zawierające gluten), szynka wieprzowa gotowana 50g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca soja, lubin, seler, jaja, orzechy) wiązowina duszona w sosie własnym z warzywami 180g (80g/100g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Zupa z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, jaja), łyżeczka wiązowina gotowana 50g, Masło 10g(mleko), bułka pszenna 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko)
Dieta o zmiennej konsystencji –płynna wzmocniona (14)		
Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa bez zabielenia z kaszą jaglaną 350ml (zboża zawierające gluten), szynka wieprzowa gotowana 100g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca soja, lubin, seler, jaja, orzechy), wiązowina duszona w sosie własnym z warzywami 180g (80g/100g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Zupa z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, jaja), łyżeczka wiązowina gotowana 100g, masło 10g (mleko), bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko)
Dieta bezglutenowa (11)		
Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g masło 10g (mleko), chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (seler, mleko), wiązowina duszona w sosie własnym z warzywami 180g (80g/100g) (seler, mleko), sałata lodowa 10g, kasza jagłana z dodatkiem oleju roślinnego 200g , herbata 250ml	Półdewica z pasieki 50g, ogórek konserwowy (gorczyca) 50g, masło 10g (mleko), Chleb bezglutenowy 100g, kakao 250ml (mleko), Jabłko 100g
Dieta ubogo energetyczna 1200 kcal (12)		
Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Schab z kija 50g, , sałata masłowa 10g, pomidor 50g margaryna Miss kromeczeki 15g chleb razowy 80g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca soja, lubin, seler, jaja, orzechy), wiązowina duszona w sosie własnym z warzywami 180g (80g/100g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler mleko, gorczyca), pomidor 50g ,margaryna Miss kromeczeki 15g, chleb razowy 80g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g
Dieta Podstawowa dzieci (P1)		
Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), schab z kija 50g, , sałata masłowa 10g, pomidor 50g masło 10g (mleko) bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami i ciecierzycą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy), wiązowina duszona w sosie własnym z warzywami 180g (80g/100g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca), ogórek konserwowy (gorczyca) 50 g masło 10g (mleko), bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 100g
Dieta Podstawowa dzieci 70% (P1)		
Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 245ml (zboża zawierające gluten, mleko), schab z kija 35g, sałata masłowa 7g, pomidor 35g masło 7g (mleko) bułka pszenna 70g (zboża zawierające gluten), herbata 175ml	Zupa koperkowa z ziemniakami i ciecierzycą 245ml (zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), wiązowina duszona w sosie własnym z warzywami 126g (56g/70g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), sałata lodowa 7g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 140g	Pasta z sera i makreli w pomidorach 42g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca), ogórek konserwowy (gorczyca) 35 g masło 7g (mleko), bułka pszenna 70g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 175ml (zboża zawierające gluten)

	(zboża zawierającegluten), kompot 175ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	zawierające gluten, mleko), jabłko 70g
--	--	--

Dieta Podstawowa dzieci 50% (P1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 175ml (zboża zawierające gluten, mleko), schab z kija 25g, , sałata masłowa 5g, pomidor 25g masło 5g (mleko) bułka pszenna 50g (zboża zawierające gluten), , herbata 125ml	Zupa koperkowa z ziemniakami i ciecierzycą 175ml (zboża zawierające gluten, , mleko, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy), wieprzowina duszona w sosie własnym z warzywami 90g (40g/50g) (zboża zawierającegluten, seler, mleko), sałata lodowa 5g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 100g (zboża zawierającegluten), kompot 125ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Pasta z sera i makreli w pomidorach 30g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca), ogórek konserwowy (gorczyca) 25 g masło 5g (mleko), bułka pszenna 50g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 125ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 50g

Dieta Łatwo strawna dzieci (P2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), schab z kija 50g, , sałata masłowa 10g, pomidor 50g masło 10g (mleko), bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca,soja,lubin, seler, jaja, orzechy), wieprzowina duszona w sosie własnym z warzywami 180g (80g/100g) (zboża zawierającegluten, seler, mleko), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierającegluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca ,soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca), pomidor 50g, masło 10g (mleko), bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 100g

Dieta Łatwo strawna dzieci 70% (P2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 245ml (zboża zawierające gluten, mleko), schab z kija 35g, , sałata masłowa 7g, pomidor 35g, masło 7g (mleko) bułka pszenna 70g (zboża zawierające gluten), herbata 175ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 245 ml (zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy), wieprzowina duszona w sosie własnym z warzywami 126g (56g/70g) (zboża zawierającegluten, seler, mleko), sałata lodowa 7g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 140g (zboża zawierającegluten), kompot 175ml (zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Pasta z sera i makreli w pomidorach 42g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca), pomidor 35 g masło 7g (mleko), bułka pszenna 70g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 175ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 70g

Dieta Łatwo strawna dzieci 50% (P2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 175ml (zboża zawierające gluten, mleko), schab z kija 25g, , sałata masłowa 5g, pomidor 25g masło 5g (mleko) bułka pszenna 50g (zboża zawierające gluten), herbata 125ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 175ml (zboża zawierające gluten , mleko, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy) wieprzowina duszona w sosie własnym z warzywami 90g (40g/50g) (zboża zawierającegluten, seler, mleko), sałata lodowa 5g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 100g (zboża zawierającegluten), kompot 125ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Pasta z sera i makreli w pomidorach 30g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca), pomidor 25 g masło 5g (mleko), bułka pszenna 50g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 125ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 50g

Dieta Bezmleczna Dzieci (P15)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler), schab z kija 50g, , sałata masłowa 10g, pomidor 50g margaryna Miss kromeczki 15g bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten ,gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy), wieprzowina duszona w sosie własnym z warzywami 180g (80g/100g) (zboża zawierającegluten, seler), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierającegluten), herbata 250ml	Polędwica z pasieki 60g ,pomidor 50 g, margaryna Miss kromeczki 15g , Chleb pszenna 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, jabłko 100g

Dieta Bezmleczna Dzieci 70%(P15)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Grysikowa 245ml (zboża zawierające gluten, seler) schab z kija 35g, pomidor 35g ,sałata masłowa 7g, margaryna Miss kromeczki 10,5g, bułka pszenna 70g (zboża zawierające gluten), herbata 175ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 245ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy), wieprzowina duszona w sosie własnym z warzywami 126g (56g/70g) (zboża zawierającegluten, seler), sałata lodowa 7g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 140g (zboża zawierającegluten), herbata 175ml	Polędwica z pasieki 42g, pomidor 35 g, margaryna Miss kromeczki 10,5g , Chleb pszenna 70g (zboża zawierające gluten), herbata 175ml, jabłko 70g

Dieta Bezmleczna Dzieci 50%(P15)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Grysikowa 175ml (zboża zawierające gluten, seler), schab z kija 25g, pomidor 25g ,sałata masłowa 5g, margaryna Miss kromeczki 7,5g bułka pszenna 50g (zboża zawierające gluten), herbata 125ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 175ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy), wieprzowina duszona w sosie własnym z warzywami 90g (40g/50g) (zboża zawierającegluten, seler), sałata lodowa 5g , kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 100g (zbożazawierającegluten), herbata125ml	Polędwica z pasieki 30g ,pomidor 25 g, margaryna Miss kromeczki 7,5g, Chleb pszenna 50g (zboża zawierające gluten), herbata 125ml, Jabłko 50g

Dieta Bezglutenowa Dzieci (P11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), schab z kija 50g, pomidor 50g , sałata masłowa 10g,masło 10g (mleko), chleb bezglutenowy 100g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (mleko, seler) wieprzowina duszona w sosie własnym z warzywami 180g (80g/100g) (seler, mleko), sałata lodowa 10g, kasza jaglana z dodatkiem oleju	Polędwica z pasieki 50g ogórek konserwowy (gorczyca) 50g, masło 10g (mleko), chleb bezglutenowy 100g, kakao 250ml (mleko), jabłko 100g

2076,19	102,18	31,75	2693,61	8,94	68,92	297,16	4,15	28,4	50,34	257,21
---------	--------	-------	---------	------	-------	--------	------	------	-------	--------

Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu(3)

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]
1925,35	90,63	30,57	1670,42	6,23	42,56	328,32	6,44	13,72	61,97	283,36

Dieta bezmleczna(11)

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]
1864,75	71,78	27,99	1528,47	6,25	62,81	274,95	5,78	12,29	36,29	239,7

Dieta papkowata(12)

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]
1997,4	74,51	17,96	1882,96	3,43	73,77	262,75	2,63	26,87	38,35	237,36

Dieta o zmienionej konsystencji –płynna wzmocniona (14)

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]
2077,4	84,81	17,96	1413,46	3,5	78,07	262,75	2,63	28,54	38,35	237,36

Dieta bezglutenowa (11)

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]
1803,68	71,71	26,74	1777,96	4,79	85,11	211,67	5,62	37,21	47,81	183,82

Dieta ubogo energetyczna 1200 kcal (12)

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]
1117,35	66,05	21,63	1208,32	4,81	37,62	151,13	1,15	11,59	22,71	125,41

Dieta Podstawowa dzieci (P1)

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]
1927,89	80,59	28,91	1658,2	5,37	68,54	266,7	4,65	24,39	46,44	230,5

Dieta Łatwo strawna dzieci (P2)

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]
1962,9	80,35	24,88	1662,87	5,38	71,16	271	4,46	34,1	43,6	238,85

Dieta Bezmleczna Dzieci (P15)

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]
1864,75	71,78	27,99	1528,47	6,25	62,81	274,95	5,78	12,29	36,29	239,7

Dieta Bezglutenowa Dzieci (P11)

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]
1803,68	71,71	26,74	1777,96	4,79	85,11	211,67	5,62	37,21	47,81	183,82

Dieta Ubogopurynowa

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]
1962,9	80,35	24,88	1662,87	5,38	71,16	271	4,46	34,1	43,6	238,85

Dieta Wegetariańska

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]
2015,99	69,22	33,59	1482,58	3,7	63,72	291	8,37	28,76	56,33	256,82

DIETETYCZKA
DYPLOMOWANA
Joanna Mrozowicz
Joanna Mrozowicz

