

Dieta podstawowa - KOD 1

Śniadanie	chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,7/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; Zupa mleczna z budyniem /Alergeny: 7,1,9/; Pasta z jajka /Alergeny: 3,10,7/; ser plesniowy blue /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Ogórek zielony /Alergeny: 7/; Pomidorki koktajlowe /Alergeny: 1,3,6,9,10/
996 kcal	Tłuszcz 54,24 g, Węglowodany ogółem 94,66 g, Sód 801,14 mg, Błonnik pokarmowy 7,99 g, Białko ogółem 36,44 g, w tym cukry 21,08 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,98 g
Obiad	Zupa fasolowa /Alergeny: 7,9/; naleśniki z serem i frużeliną wiśniową /Alergeny: 1,7,3,6/; Kompot z rabarbaru /Alergeny: 7/; banan
1401 kcal	Tłuszcz 35,09 g, Węglowodany ogółem 219,48 g, Sód 557,12 mg, Błonnik pokarmowy 19,32 g, Białko ogółem 37,59 g, w tym cukry 44,53 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,44 g
Kolacja	Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; Galacik warzywny /Alergeny: 7,3/; ser koluś /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Pomidor /Alergeny: 7/
588 kcal	Błonnik pokarmowy 7,46 g, Tłuszcz 21,55 g, Węglowodany ogółem 73,89 g, Sód 488,94 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,36 g, Białko ogółem 26,67 g, w tym cukry 8,21 g
wieczorny posiłek	sok kubus /Alergeny: 1,3,6,9,10/
135 kcal	Białko ogółem 1,2 g, Tłuszcz 0,3 g, Węglowodany ogółem 29,7 g, Błonnik pokarmowy 3,3 g, w tym cukry 28,5 g

dieta lekkostrawna - KOD 2

Śniadanie	Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,7/; Zupa mleczna z budyniem /Alergeny: 7,1,9/; chleb pszenny /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; pasta z jajka /Alergeny: 3,7/; ser kanapkowy /Alergeny: 7/; Sałata /Alergeny: 7/; Herbata ; Pomidor /Alergeny: 7/; sok pomidorowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/
867 kcal	Tłuszcz 36,87 g, w tym cukry 21,96 g, Białko ogółem 36,56 g, Błonnik pokarmowy 6,95 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,97 g, Węglowodany ogółem 83,42 g, Sód 1027,27 mg
Obiad	zupa pomidorowa z lanym ciastem /Alergeny: 7,3,1/; Ziemniaki puree z chrzanem ; Ryba po grecku /Alergeny: 4,7/; fasolka szparagowa z wody ; Kompot z czarnej porzeczki ; jogurt pitny owocowy /Alergeny: 7/
723 kcal	Tłuszcz 12,81 g, Węglowodany ogółem 114,76 g, Sód 1447,28 mg, Błonnik pokarmowy 18,07 g, w tym cukry 31,09 g, Białko ogółem 39,18 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,86 g
Kolacja	chleb pszenny /Alergeny: 1/; Herbata ; masło extra /Alergeny: 7/; ser koluś /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Galacik warzywny /Alergeny: 7,3/; Sałata /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/
495 kcal	Tłuszcz 20,7 g, Węglowodany ogółem 49,89 g, Błonnik pokarmowy 2,59 g, Białko ogółem 29,34 g, w tym cukry 8,03 g, Sód 103,59 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,16 g
wieczorny posiłek	sok kubus /Alergeny: 1,3,6,9,10/
135 kcal	Białko ogółem 1,2 g, Tłuszcz 0,3 g, Węglowodany ogółem 29,7 g, Błonnik pokarmowy 3,3 g, w tym cukry 28,5 g

dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - KOD 6

Śniadanie	Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,7/; Zupa mleczna z budyniem /Alergeny: 7,1,9/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; pasta z jajka /Alergeny: 3,7/; ser kanapkowy /Alergeny: 7/; Sałata /Alergeny: 7/; Herbata bez cukru 250ml ; Pomidor /Alergeny: 7/
787 kcal	Tłuszcz 37,57 g, w tym cukry 14,73 g, Białko ogółem 32,24 g, Błonnik pokarmowy 6,7 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,79 g, Węglowodany ogółem 65,8 g, Sód 549,21 mg
Drugie śniadanie	sok pomidorowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/
73 kcal	Błonnik pokarmowy 3,99 g, Tłuszcz 0,73 g, Węglowodany ogółem 13,79 g, Sód 700,59 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,18 g
Obiad	zupa pomidorowa z lanym ciastem /Alergeny: 7,3,1/; Ziemniaki puree z chrzanem ; Ryba po grecku /Alergeny: 4,7/; fasolka szparagowa z wody ; Kompot z czerw. porzeczki bez cukru
514 kcal	Tłuszcz 8,06 g, Węglowodany ogółem 83,51 g, Sód 1299,77 mg, Błonnik pokarmowy 18,07 g, w tym cukry 5,09 g, Białko ogółem 29,18 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,01 g
Podwieczorek	jogurt pitny Dar Pure /Alergeny: 7/
150 kcal	Tłuszcz 5 g, Węglowodany ogółem 15,5 g, Sód 157,5 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 2,97 g, Białko ogółem 9 g, w tym cukry 20 g
Kolacja	Chleb razowy /Alergeny: 1/; Herbata bez cukru 250ml ; masło extra /Alergeny: 7/; ser koluś /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Galacik warzywny /Alergeny: 7,3/; Sałata /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/
488 kcal	Tłuszcz 22,13 g, Węglowodany ogółem 46,06 g, Sód 326,12 mg, Błonnik pokarmowy 6,33 g, Białko ogółem 25,02 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,16 g, w tym cukry 0,8 g

wieczorny posiłek

sok kubus /Alergeny: 1,3,6,9,10/

135 kcal

Białko ogółem 1,2 g, Tłuszcz 0,3 g, Węglowodany ogółem 29,7 g, Błonnik pokarmowy 3,3 g, w tym cukry 28,5 g