

Dieta podstawowa - KOD 1

Śniadanie	masło extra /Alergeny: 7/; Ser biały ze szczypiorkiem /Alergeny: 7/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; Herbata ; Ogórek zielony /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; Musztarda /Alergeny: 7/; Frankfurterki
770 kcal	Tłuszcz 47,25 g, Węglowodany ogółem 55,62 g, Sód 1030,76 mg, Białko ogółem 31,43 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,62 g, Błonnik pokarmowy 4,14 g, w tym cukry 20,17 g
Obiad	Zupa neapolitańska /Alergeny: 7,1,9/; ziemniaki gotowane ; Sałatka z fasolki /Alergeny: 7/; Jajko sadzone /Alergeny: 7,3/; Kompot z czarnej porzeczki ; Nekataryna ; serek homogenizowany
1049 kcal	Tłuszcz 51,03 g, Węglowodany ogółem 121,61 g, Sód 1101,06 mg, Błonnik pokarmowy 14,75 g, w tym cukry 9,44 g, Białko ogółem 43,98 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,3 g
Kolacja	chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Ogórek konserwowy /Alergeny: 7/; Herbata ; Pomidor /Alergeny: 7/; ser żółty salami /Alergeny: 7/; Sałatka makaronowa z ogórka zielonego /Alergeny: 1,3,10,7/
825 kcal	Tłuszcz 39,19 g, Węglowodany ogółem 93,85 g, Sód 1193,94 mg, Błonnik pokarmowy 9,13 g, Białko ogółem 20,8 g, w tym cukry 8,89 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
wieczorny posiłek	sok Vega /Alergeny: 1,3,6,9,10/
55 kcal	Tłuszcz 0,5 g, w tym cukry 9 g, Białko ogółem 1,75 g, Błonnik pokarmowy 3,75 g

dieta lekkostrawna - KOD 2

Śniadanie	Pomidor /Alergeny: 7/; chleb pszenny /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/; Herbata ; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; Mini omlet z pomidorem i szpinakiem /Alergeny: 3,1,6,9,10,7/; rukola ; banan
713 kcal	Tłuszcz 31,18 g, Węglowodany ogółem 80,29 g, Sód 725,75 mg, Błonnik pokarmowy 4,03 g, Białko ogółem 31,99 g, w tym cukry 36,09 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 13,92 g
Obiad	zupa pomidorowa z ryżem /Alergeny: 7,9/; ziemniaki gotowane ; fasolka szparagowa z wody ; Jajko sadzone z pieca /Alergeny: 7,3/; Kompot z czarnej porzeczki ; serek homogenizowany ; Nekataryna
798 kcal	Tłuszcz 28,9 g, Węglowodany ogółem 122,49 g, Sód 733,75 mg, Błonnik pokarmowy 14,73 g, w tym cukry 9,68 g, Białko ogółem 31,3 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,31 g
Kolacja	chleb pszenny /Alergeny: 1/; Pomidor /Alergeny: 7/; Herbata ; masło extra /Alergeny: 7/; sałatka makaronowa /Alergeny: 1,7/; ser puszysty /Alergeny: 7/; kisiel z jabłkiem
556 kcal	Tłuszcz 16,73 g, Węglowodany ogółem 83,01 g, Błonnik pokarmowy 4,43 g, Białko ogółem 16,53 g, w tym cukry 12,71 g, Sód 420,94 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
wieczorny posiłek	sok Vega /Alergeny: 1,3,6,9,10/
55 kcal	Tłuszcz 0,5 g, w tym cukry 9 g, Białko ogółem 1,75 g, Błonnik pokarmowy 3,75 g

dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - KOD 6

Śniadanie	Chleb razowy /Alergeny: 1/; Ser biały ze szczypiorkiem /Alergeny: 7/; Mini omlet z pomidorem i szpinakiem /Alergeny: 3,1,6,9,10,7/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; Pomidor /Alergeny: 7/; Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/; Ogórek zielony /Alergeny: 7/
620 kcal	Tłuszcz 32,16 g, Węglowodany ogółem 55,92 g, Sód 561,3 mg, Błonnik pokarmowy 5,81 g, Białko ogółem 27,64 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 13,92 g, w tym cukry 21,45 g
Drugie śniadanie	jogurt naturalny
14 kcal	Tłuszcz 0,68 g, Węglowodany ogółem 1,4 g, Sód 14,18 mg, Białko ogółem 0,81 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,45 g, w tym cukry 1,19 g
Obiad	zupa pomidorowa z ryżem /Alergeny: 7,9/; Jajko sadzone z pieca /Alergeny: 7,3/; Sałatka z fasolki /Alergeny: 7/; ziemniaki gotowane ; Kompot z czarnej porzeczki ; Nekataryna ; Owsianka z owocami /Alergeny: 1,7/
838 kcal	Tłuszcz 19,79 g, Węglowodany ogółem 139,78 g, Sód 755,65 mg, Błonnik pokarmowy 18,05 g, w tym cukry 25,68 g, Białko ogółem 31,62 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 5,69 g
Podwieczorek	mus owocowy
124 kcal	Tłuszcz 0,2 g, Węglowodany ogółem 28,7 g, Sód 38 mg, Błonnik pokarmowy 0,8 g, w tym cukry 10,8 g
Kolacja	Chleb razowy /Alergeny: 1/; Herbata ; ser puszysty /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; sałatka makaronowa /Alergeny: 1,7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Ogórek konserwowy /Alergeny: 7/
560 kcal	Tłuszcz 18,24 g, Węglowodany ogółem 81,29 g, Sód 777,81 mg, Błonnik pokarmowy 8,05 g, w tym cukry 7,48 g, Białko ogółem 12,21 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
wieczorny posiłek	sok Vega /Alergeny: 1,3,6,9,10/

