

Dieta podstawowa - KOD 1

Śniadanie	Chleb razowy /Alergeny: 1/; Ser biały ze szczyp., rzodkiewką i czarnuszką /Alergeny: 7/; Polędwica sopocka ; masło extra /Alergeny: 7/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; Pomidorki koktajlowe /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Kielki ; Sałata /Alergeny: 7/; Herbata ; Sok przecierowy /Alergeny: 7/
448 kcal	Tłuszcz 16,96 g, Węglowodany ogółem 58,61 g, Sód 494,67 mg, Błonnik pokarmowy 3,97 g, Białko ogółem 15,85 g, w tym cukry 24,01 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
Obiad	zupa jarzynowa /Alergeny: 7,9/; Naleśniki z kurczakiem i brokułem /Alergeny: 7,1,3/; Surówka z białej kapusty /Alergeny: 7/; Kompot z rabarbaru /Alergeny: 7/; Jogurt z Owsianką /Alergeny: 1,3,6,9,10/
1080 kcal	Tłuszcz 41,83 g, Węglowodany ogółem 136,89 g, Sód 694,7 mg, Błonnik pokarmowy 13,06 g, Białko ogółem 31,29 g, w tym cukry 32,25 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 4,49 g
Kolacja	Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; Leczo z cukini /Alergeny: 1,3,6,9,10,7/; ser puszysty /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/
460 kcal	Tłuszcz 19,42 g, Węglowodany ogółem 58,44 g, Sód 772,39 mg, Błonnik pokarmowy 9,35 g, Białko ogółem 7,28 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,75 g, w tym cukry 8,13 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	chleb pszenny /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Polędwica sopocka ; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; Sałata /Alergeny: 7/; Herbata ; Pomidorki koktajlowe /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Kielki ; Sok przecierowy /Alergeny: 7/
428 kcal	Tłuszcz 16,21 g, Węglowodany ogółem 52,3 g, Błonnik pokarmowy 1,76 g, Białko ogółem 18,55 g, w tym cukry 23,83 g, Sód 650,52 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
Obiad	zupa jarzynowa /Alergeny: 7,9/; Surówka marchewki z chrzanem /Alergeny: 7/; ziemniaki gotowane ; Pulpety z piersi kurczaka w sosie koperkowym /Alergeny: 3,1/; Kompot z rabarbaru /Alergeny: 7/; serek homogenizowany
636 kcal	Tłuszcz 21,54 g, Węglowodany ogółem 87,03 g, Sód 704,17 mg, Błonnik pokarmowy 13,25 g, Białko ogółem 40,6 g, w tym cukry 11,52 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,83 g
Kolacja	chleb pszenny /Alergeny: 1/; Pomidor /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; Leczo z cukini /Alergeny: 1,3,6,9,10,7/; ser puszysty /Alergeny: 7/
377 kcal	Tłuszcz 15,32 g, Węglowodany ogółem 46,25 g, Błonnik pokarmowy 3,19 g, Białko ogółem 11,6 g, w tym cukry 8,37 g, Sód 256,3 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,75 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	chleb razowy /Alergeny: 1/; Polędwica sopocka ; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; Kielki ; Sałata /Alergeny: 7/; Pomidorki koktajlowe /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Sok przecierowy /Alergeny: 7/
521 kcal	Tłuszcz 18,69 g, Węglowodany ogółem 70,07 g, Sód 984,42 mg, Błonnik pokarmowy 8,02 g, Białko ogółem 14,23 g, w tym cukry 23,59 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
Drugie śniadanie	grejfruty
32 kcal	Tłuszcz 0,16 g, Węglowodany ogółem 7,84 g, Sód 1,6 mg, Błonnik pokarmowy 1,52 g
Obiad	zupa jarzynowa /Alergeny: 7,9/; ziemniaki gotowane ; Surówka marchewki z chrzanem /Alergeny: 7/; Pulpety z piersi kurczaka w sosie koperkowym /Alergeny: 3,1/; Kompot z rabarbaru /Alergeny: 7/; baton crunchy owocowy /Alergeny: 1/
642 kcal	Tłuszcz 10,34 g, Węglowodany ogółem 108,63 g, Sód 640,67 mg, Błonnik pokarmowy 14,75 g, Białko ogółem 33,63 g, w tym cukry 25,92 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 4,07 g
Podwieczorek	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
Kolacja	chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; ser puszysty /Alergeny: 7/; Galacik warzywny /Alergeny: 7,3/; Pomidor /Alergeny: 7/; Herbata
480 kcal	Tłuszcz 20,71 g, Węglowodany ogółem 59,71 g, Sód 405,99 mg, Błonnik pokarmowy 8,81 g, Białko ogółem 11,49 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,64 g, w tym cukry 7,79 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