

Dieta podstawowa - KOD 1

Śniadanie	chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; pasta z sera żółtego i szczypiorku /Alergeny: 7,3,10/; filet z kurczaka gotowany ; Herbata ; Kakao /Alergeny: 7/; Sałata rzymska /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Pomidor /Alergeny: 7/; banan
801 kcal	Tłuszcz 31,95 g, Węglowodany ogółem 83,34 g, Sód 1039,04 mg, Błonnik pokarmowy 6,04 g, Białko ogółem 46,19 g, w tym cukry 35,81 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,62 g
Obiad	zupa kalafiorowa /Alergeny: 7/; Ryż z mięsem i warzywami /Alergeny: 7,1/; Surowka z włoskiej kapusty /Alergeny: 7/; Kompot wiśniowy ; jogurt pitny owocowy /Alergeny: 7/
741 kcal	Tłuszcz 11,01 g, Węglowodany ogółem 133,32 g, Sód 585,66 mg, Błonnik pokarmowy 11,58 g, Białko ogółem 25,07 g, w tym cukry 32,33 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 2,85 g
Kolacja	chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; sałatka gyros /Alergeny: 7,3,10,9/; ser żółty salami /Alergeny: 7/; papryka świeża /Alergeny: 7/; Herbata
640 kcal	Tłuszcz 36,85 g, Węglowodany ogółem 51,81 g, Sód 880,73 mg, Błonnik pokarmowy 7 g, Białko ogółem 25,24 g, w tym cukry 12,47 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
wieczorny posiłek	jabłko (1 sztuka)
60 kcal	Tłuszcz 0,48 g, Węglowodany ogółem 14,52 g, Sód 2,4 mg, Błonnik pokarmowy 2,4 g

dieta lekkostrawna - KOD 2

Śniadanie	filet z kurczaka gotowany ; Herbata ; Kakao /Alergeny: 7/; chleb pszenny /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata rzymska /Alergeny: 1,3,6,9,10/; sok kubus /Alergeny: 1,3,6,9,10/
640 kcal	Tłuszcz 20,69 g, Sód 218,33 mg, Białko ogółem 25,46 g, Węglowodany ogółem 84,4 g, w tym cukry 49,95 g, Błonnik pokarmowy 5,12 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,62 g
Obiad	zupa kalafiorowa /Alergeny: 7/; Ryż z mięsem i warzywami /Alergeny: 7,1/; fasolka szparagowa z wody ; surówka z selera z brzoskwinia /Alergeny: 7/; Kompot wiśniowy ; jogurt pitny owocowy /Alergeny: 7/; banan
874 kcal	Tłuszcz 10,73 g, Węglowodany ogółem 169,17 g, Sód 951,66 mg, Błonnik pokarmowy 18,41 g, Białko ogółem 26,69 g, w tym cukry 48,12 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 2,85 g
Kolacja	chleb pszenny /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Sałatka ryżowa z ananasem /Alergeny: 7/; polędwica Ani /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Herbata ; Pomidor /Alergeny: 7/
605 kcal	Tłuszcz 16,46 g, Węglowodany ogółem 85,33 g, Błonnik pokarmowy 3,24 g, Białko ogółem 30,55 g, w tym cukry 9,14 g, Sód 729,76 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
wieczorny posiłek	jabłko (1 sztuka)
60 kcal	Tłuszcz 0,48 g, Węglowodany ogółem 14,52 g, Sód 2,4 mg, Błonnik pokarmowy 2,4 g

dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - KOD 6

Śniadanie	chleb razowy /Alergeny: 1/; Sałata rzymska /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Kakao /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata bez cukru 250ml ; filet z kurczaka gotowany
570 kcal	Tłuszcz 22,87 g, Węglowodany ogółem 65,48 g, Sód 552,16 mg, Błonnik pokarmowy 8,08 g, Białko ogółem 19,94 g, w tym cukry 14,22 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,62 g
Drugie śniadanie	sok pomidorowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/
66 kcal	Błonnik pokarmowy 3,63 g, Tłuszcz 0,66 g, Węglowodany ogółem 12,54 g, Sód 636,9 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,17 g
Obiad	zupa kalafiorowa /Alergeny: 7/; Ryż z mięsem i warzywami /Alergeny: 7,1/; Surowka z włoskiej kapusty /Alergeny: 7/; kompot wiśniowy bez cukru ; jogurt pitny Dar Pure /Alergeny: 7/
666 kcal	Tłuszcz 11,26 g, Węglowodany ogółem 113,58 g, Sód 595,61 mg, Błonnik pokarmowy 11,58 g, Białko ogółem 24,07 g, w tym cukry 22,34 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 2,97 g
Podwieczorek	grejfruty
32 kcal	Tłuszcz 0,16 g, Węglowodany ogółem 7,84 g, Sód 1,6 mg, Błonnik pokarmowy 1,52 g
Kolacja	papryka świeża /Alergeny: 7/; polędwica Ani /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Herbata bez cukru 250ml ; masło extra /Alergeny: 7/; Sałatka ryżowa z ananasem /Alergeny: 7/; chleb razowy /Alergeny: 1/
674 kcal	Tłuszcz 19,03 g, Węglowodany ogółem 96,86 g, Sód 1062,09 mg, Błonnik pokarmowy 9,74 g, Białko ogółem 26,23 g, w tym cukry 1,91 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
wieczorny posiłek	jabłko (1 sztuka)

