

Dieta podstawowa - KOD 1

Śniadanie	Zupa mleczna Owsianka /Alergeny: 7,1/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; Kakao /Alergeny: 7/; Ser biały ze szczyp., rzodkiewką i czarnuszką /Alergeny: 7/; sałatka z makrelą /Alergeny: 4,7/; Pomidor /Alergeny: 7/; rukola ; Kiełki ; deser mleczny z ryżem i owocami /Alergeny: 1,3,6,9,10/
973 kcal	Tłuszcz 34,77 g, Węglowodany ogółem 131,97 g, Sód 900,06 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 16,82 g, Białko ogółem 31,13 g, w tym cukry 35,88 g, Błonnik pokarmowy 9,17 g
Obiad	Zupa neapolitańska /Alergeny: 7,1,9/; ziemniaki gotowane ; Kotlet mielony smażony /Alergeny: 3,7/; kalafior z bułką tartą /Alergeny: 7/; Kompot z czarnej porzeczki ; Pomarańcza /Alergeny: 7/
899 kcal	Tłuszcz 34,08 g, Węglowodany ogółem 105,65 g, Sód 1491,65 mg, Błonnik pokarmowy 16,53 g, w tym cukry 13,02 g, Białko ogółem 46,42 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,83 g
Kolacja	chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; Sałatka makaronowa z ogórka zielonego /Alergeny: 1,3,10,7/; ser żółty gouda /Alergeny: 7/; Sałata /Alergeny: 7/; awokado /Alergeny: 1,3,6,9,10/
819 kcal	Tłuszcz 38,42 g, Węglowodany ogółem 94,36 g, Sód 1227,82 mg, Błonnik pokarmowy 9,15 g, Białko ogółem 21,88 g, w tym cukry 8,89 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,85 g
wieczorny posiłek	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

dieta lekkostrawna - KOD 2

Śniadanie	chleb pszenny /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; pasta z tuńczyka i oliwek /Alergeny: 7/; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; rukola ; Kakao /Alergeny: 7/; Kiełki ; deser mleczny z ryżem i owocami /Alergeny: 1,3,6,9,10/
681 kcal	Tłuszcz 24,43 g, Węglowodany ogółem 86,46 g, Błonnik pokarmowy 2,33 g, Białko ogółem 29,58 g, w tym cukry 21,02 g, Sód 802,55 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 13,66 g
Obiad	Zupa ziemniaczana /Alergeny: 7,9/; Ryż gotowany /Alergeny: 7/; Pulpeciki w sosie jarzynowym /Alergeny: 7,1,3/; kalafior gotowany /Alergeny: 7/; Kompot z rabarbaru /Alergeny: 7/; jabłko pieczone
687 kcal	Tłuszcz 13,04 g, Węglowodany ogółem 117,19 g, Sód 597,7 mg, Błonnik pokarmowy 13,72 g, Białko ogółem 30,19 g, w tym cukry 7,74 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,83 g
Kolacja	chleb pszenny /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; sałatka makaronowa z ananasem /Alergeny: 7,3,1/; ser puszysty /Alergeny: 7/; Herbata ; Sałata /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/
546 kcal	Tłuszcz 18,57 g, Węglowodany ogółem 76,78 g, Błonnik pokarmowy 3,95 g, Białko ogółem 16,96 g, w tym cukry 9,3 g, Sód 1181,23 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,48 g
wieczorny posiłek	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

dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - KOD 6

Śniadanie	Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata bez cukru 250ml ; pasta z tuńczyka i oliwek /Alergeny: 7/; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; rukola ; Kakao /Alergeny: 7/; Kiełki ; Maślanka /Alergeny: 7/
548 kcal	Tłuszcz 22,36 g, Węglowodany ogółem 56,18 g, Sód 1064,08 mg, Błonnik pokarmowy 5,62 g, Białko ogółem 28,61 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,63 g, w tym cukry 23,19 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 ziemniaczana /Alergeny: 7,9/; ryż brązowy /Alergeny: 7/; Pulpeciki w sosie jarzynowym /Alergeny: 7,1,3/; kalafior gotowany /Alergeny: 7/; kompot z rabarbaru bez cukru /Alergeny: 7/; jabłko (1 sztuka)
637 kcal	Tłuszcz 13,77 g, Węglowodany ogółem 100,25 g, Sód 561 mg, Błonnik pokarmowy 17,66 g, Białko ogółem 29,79 g, w tym cukry 2,7 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,83 g
Podwieczorek	Owsianka z owocami /Alergeny: 1,7/
273 kcal	Błonnik pokarmowy 3,32 g, Tłuszcz 6,39 g, Węglowodany ogółem 42,69 g, Sód 92,4 mg, Białko ogółem 10,64 g, w tym cukry 16 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 2,38 g
Kolacja	Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; sałatka makaronowa z ananasem /Alergeny: 7,3,1/; ser puszysty /Alergeny: 7/; Herbata bez cukru 250ml ; Sałata /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/

539 kcal	Tłuszcz 20 g, Węglowodany ogółem 72,95 g, Sód 1403,76 mg, Błonnik pokarmowy 7,69 g, Białko ogółem 12,64 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,48 g, w tym cukry 2,07 g
wieczorny posiłek	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
dieta lekkostrawna z ogr. tłuszczu - KOD 7	
Śniadanie	chleb pszenny /Alergeny: 1/; Masło roślinne ; Herbata ; pasta z tuńczyka i oliwek /Alergeny: 7/; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; rukola ; Kakao /Alergeny: 7/; Kielki ; deser mleczny z ryżem i owocami /Alergeny: 1,3,6,9,10/
623 kcal	Tłuszcz 18,05 g, Węglowodany ogółem 86,38 g, Błonnik pokarmowy 2,33 g, Białko ogółem 29,47 g, w tym cukry 21,02 g, Sód 807,3 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 6,01 g
Obiad	Zupa ziemniaczana /Alergeny: 7,9/; Ryż gotowany /Alergeny: 7/; Pulpeciki w sosie jarzynowym /Alergeny: 7,1,3/; kalafior gotowany /Alergeny: 7/; Kompot z rabarbaru /Alergeny: 7/; jabłko pieczone
687 kcal	Tłuszcz 13,04 g, Węglowodany ogółem 117,19 g, Sód 597,7 mg, Błonnik pokarmowy 13,72 g, Białko ogółem 30,19 g, w tym cukry 7,74 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,83 g
Kolacja	chleb pszenny /Alergeny: 1/; Masło roślinne ; sałatka makaronowa z ananasem /Alergeny: 7,3,1/; ser puszysty /Alergeny: 7/; Herbata ; Sałata /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/
488 kcal	Tłuszcz 12,19 g, Węglowodany ogółem 76,7 g, Błonnik pokarmowy 3,95 g, Białko ogółem 16,85 g, w tym cukry 9,3 g, Sód 1185,98 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,83 g
wieczorny posiłek	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