

Dieta podstawowa - KOD 1

Śniadanie	Herbata ; Zupa mleczna Owsianka /Alergeny: 7,1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Pasztet wędzony ; ser camembert /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Pomidor /Alergeny: 7/; papryka świeża /Alergeny: 7/; Sałata rzymska /Alergeny: 1,3,6,9,10/; jogurt skyr naturalny /Alergeny: 1,3,6,9,10/
708 kcal	Sód 930,35 mg, Węglowodany ogółem 64,55 g, w tym cukry 26,56 g, Tłuszcz 33,88 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,56 g, Białko ogółem 37,83 g, Błonnik pokarmowy 4,88 g
Obiad	Zupa ogórkowa /Alergeny: 7,9/; ziemniaki gotowane ; Kotlet mielony smażony /Alergeny: 3,7/; kalafior z bułką tartą /Alergeny: 7/; Kompot z rabarbaru /Alergeny: 7/; banan
744 kcal	Tłuszcz 24,67 g, Węglowodany ogółem 102,26 g, Sód 1658,93 mg, Błonnik pokarmowy 13,51 g, w tym cukry 20,61 g, Białko ogółem 31,55 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,34 g
Kolacja	Herbata ; masło extra /Alergeny: 7/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; ser żółty edamski /Alergeny: 7/; Sałatka ryżowa z ananasem /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata /Alergeny: 7/
653 kcal	Sód 688,16 mg, Węglowodany ogółem 89,26 g, w tym cukry 9,12 g, Tłuszcz 24,85 g, Białko ogółem 20,1 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g, Błonnik pokarmowy 5,49 g
wieczorny posiłek	Brzoskwinia
65 kcal	Tłuszcz 0,26 g, Węglowodany ogółem 15,47 g, Sód 3,9 mg, Błonnik pokarmowy 2,47 g, w tym cukry 10,4 g

dieta lekkostrawna - KOD 2

Śniadanie	Herbata ; chleb pszenny /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Zupa mleczna Owsianka /Alergeny: 7,1/; ser puszysty /Alergeny: 7/; pierś gotowana z indyka Biała /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata rzymska /Alergeny: 1,3,6,9,10/; jogurt skyr naturalny /Alergeny: 1,3,6,9,10/
588 kcal	Sód 142,14 mg, Węglowodany ogółem 62,61 g, w tym cukry 26,38 g, Tłuszcz 20,45 g, Błonnik pokarmowy 2,07 g, Białko ogółem 33,64 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,7 g
Obiad	Zupa ziemniaczana /Alergeny: 7,9/; ziemniaki gotowane ; pulpet gotowany /Alergeny: 7,3/; sos koperkowy /Alergeny: 7,1/; Kompot z rabarbaru /Alergeny: 7/; kalafior gotowany /Alergeny: 7/; banan
809 kcal	Tłuszcz 20,14 g, Węglowodany ogółem 123,02 g, Sód 660,64 mg, Błonnik pokarmowy 14,99 g, Białko ogółem 38,28 g, w tym cukry 21,09 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,58 g
Kolacja	Herbata ; chleb pszenny /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Sałatka ryżowa z ananasem /Alergeny: 7/; ser kanapkowy /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata /Alergeny: 7/
581 kcal	Sód 211,16 mg, Węglowodany ogółem 84,17 g, w tym cukry 10,02 g, Tłuszcz 14,69 g, Błonnik pokarmowy 3,31 g, Białko ogółem 14,34 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
wieczorny posiłek	Brzoskwinia
65 kcal	Tłuszcz 0,26 g, Węglowodany ogółem 15,47 g, Sód 3,9 mg, Błonnik pokarmowy 2,47 g, w tym cukry 10,4 g

dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - KOD 6

Śniadanie	Herbata bez cukru 250ml ; Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Zupa mleczna Owsianka /Alergeny: 7,1/; pierś gotowana z indyka Biała /Alergeny: 1,3,6,9,10/; ser puszysty /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; papryka świeża /Alergeny: 7/; Sałata rzymska /Alergeny: 1,3,6,9,10/; jogurt skyr naturalny /Alergeny: 1,3,6,9,10/
591 kcal	Sód 365,57 mg, Tłuszcz 22,03 g, Węglowodany ogółem 60,76 g, Błonnik pokarmowy 6,41 g, Białko ogółem 29,32 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,7 g, w tym cukry 19,15 g
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 ziemniaczana /Alergeny: 7,9/; ziemniaki gotowane ; pulpet gotowany /Alergeny: 7,3/; sos koperkowy /Alergeny: 7,1/; kalafior gotowany /Alergeny: 7/; kompot z rabarbaru bez cukru /Alergeny: 7/; banan
789 kcal	Tłuszcz 20,14 g, Węglowodany ogółem 118,03 g, Sód 660,59 mg, Błonnik pokarmowy 14,99 g, Białko ogółem 38,28 g, w tym cukry 16,1 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,58 g
Podwieczorek	Maślanka /Alergeny: 7/
74 kcal	Tłuszcz 1 g, Węglowodany ogółem 9,4 g, Sód 120 mg, Białko ogółem 6,8 g, w tym cukry 9,4 g
Kolacja	Herbata bez cukru 250ml ; Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Sałatka ryżowa z ananasem /Alergeny: 7/; ser kanapkowy /Alergeny: 7/; Sałata /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/

574 kcal	Sód 433,69 mg, Tłuszcz 16,12 g, Węglowodany ogółem 80,34 g, Błonnik pokarmowy 7,05 g, Białko ogółem 10,02 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g, w tym cukry 2,79 g
wieczorny posiłek	Brzoskwinia
65 kcal	Tłuszcz 0,26 g, Węglowodany ogółem 15,47 g, Sód 3,9 mg, Błonnik pokarmowy 2,47 g, w tym cukry 10,4 g