

Dieta łatwostrawna

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	niedziela
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	śniadanie
<ul style="list-style-type: none"> - chleb pszenny - masło extra - twaróg - mix sałat - herbata czarna <p>A :1,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> - chleb pszenny - masło extra - jajecznica na wodzie - rukola - herbata czarna <p>A: 1,3,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> - chleb pszenny - masło extra - ryba pieczona po grecku z warzywami/wędlina - herbata czarna <p>A: 1,4,7,9</p>	<ul style="list-style-type: none"> - chleb pszenny - owsianka na mleku - masło extra - sałatka jarzynowa <p>A: 1,3,7,9</p>	<ul style="list-style-type: none"> - chleb pszenny - masło extra - twaróg w kawałku - mix sałat - herbata czarna <p>A: 1,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> - chleb pszenny - masło extra - wędlina - rukola - herbata czarna <p>A : 1,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> - owsianka na mleku - chałka z dżemem - herbata czarna <p>A : 1,3,7</p>
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	obiad
<ul style="list-style-type: none"> - zupa ziemniaczana - potrawka z ryżem, kurczakiem i warzywami - kompot <p>A: 1,7,9</p>	<ul style="list-style-type: none"> - zupa ogórkowa z ryżem - pałeczka z kurczaka - ziemniaki gotowane - brokuł gotowany - kompot <p>A : 7</p>	<ul style="list-style-type: none"> - zupa grysikowa - makaron z musem jabłkowym - kompot <p>A : 1,3,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> - zupa koperkowa - pulpet wieprzowy - kasza jęczmienna - buraczki tarte - kompot <p>A: 1</p>	<ul style="list-style-type: none"> - zupa brokułowa - ryba pieczona w panierce - ryż biały - marchew - kompot <p>A: 1,3,4,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> -zupa pomidorowa z makaronem - pierogi ruskie <p>A : 1,3,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> - rosół z makaronem - kluski śląskie - mięso pieczone wieprzowe w sosie - ogórek kiszony bez skórki - kompot <p>A: 1, 3, 7</p>
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	podwieczorek
<p>Ciastka owsiane</p> <p>A: 1,3,7</p>	<p>Ciastka maślane</p> <p>A : 1,3,7</p>	<p>Ciastka francuskie na słodko</p> <p>A : 1,3,7</p>	<p>Gofry z dżemem</p> <p>A : 1,3,7</p>	<p>jogurt</p> <p>A : 7</p>	<p>budyń</p> <p>A : 7</p>	<p>Galaretka na słodko</p> <p>A :</p>
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	kolacja
- Chleb pszenny	- chleb pszenny	- Chleb pszenny	-chleb pszenny	- Chleb pszenny	- Chleb pszenny	- Chleb pszenny

Dieta łatwostrawna

- masło extra - sałatka jarzynowa - herbata czarna A: 1,3,7,9	- masło extra - wędlina - rukola - herbata czarna A: 1,7	- masło extra - parówki drobiowe - pomidor bez skórki - herbata czarna A: 1,7	- masło extra - wędlina - pomidor bez skórki - rukola - herbata czarna A : 1,7	- masło extra - dżem - herbata czarna A: 1,7	- masło extra - parówki drobiowe - pomidor bez skórki - herbata czarna A: 1,7	- masło extra - paszтет z mięsa mieszanego z warzywami - herbata czarna A : 1,7,9
Kcal: 2090,4 B : 104 T : 54 WP : 287,1 NKT : 18,2 B : 20 S : 1832	Kcal : 2141,8 B : 111 T : 63 WP : 274,2 NKT : 19,0 B: 17 S : 1936	Kcal : 2240,4 B : 96 T : 72 WP : 293,1 NKT : 18,8 B: 18 S : 1964	Kcal : 2270,4 B : 114 T : 70 WP : 288,1 NKT : 17,3 B : 16 S : 1861	Kcal : 2103,8 B : 96 T : 61 WP : 282,2 NKT : 16,5 B : 21 S : 1910	Kcal : 2109,8 B : 93 T : 61 WP : 287,2 NKT : 16,0 B: 20 S : 1873	Kcal : 2231,8 B : 95 T : 71 WP : 292,2 NKT : 17,2 B : 22 S : 1845

Legenda :

B- białko (g)

T- tłuszcz ogółem (g)

WP – węglowodany przyswajalne (g)

NKT- nasycone kwasy tłuszczowe (g)

B – błonnik (g)

S – Sód (mg)