

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	<p>makaron na mleku 250ml (1P, 3, 7), skład: mleko 2%, makaron pszenny, sól wędlina drobiowa 50g, ser żółty 50g (7), mix maślany 11g (7), chleb pszenny 2 kromki (1P), chleb razowy 1 kromka (1Ż), herbata 250ml pomidor 70g sałata 12g</p>	<p>makaron na mleku 250ml (1P, 3, 7), skład: mleko 2%, makaron pszenny, sól wędlina drobiowa 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), kawiarka 4 kromki (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</p>	<p>makaron na mleku 250ml (1P, 3, 7), skład: mleko 2%, makaron pszenny, sól wędlina drobiowa 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), chleb razowy 3 kromki (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</p>
ŚNIADANIE II	pomarańcza 100g	pomarańcza 100g	pomarańcza 100g
OBIAD	<p>zupa pomidorowa z ryżem 350ml (7, 9) skład: bulion drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, koncentrat pomidorowy, mleko 2%, sól, pieprz, ryż, pomidory (40g warzyw) kotlety rybne 120g (1P, 3, 4), skład: filet z ryby, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziemniaki 200g surówka z kapusty kiszonej 100g herbata 250ml</p>	<p>zupa pomidorowa z ryżem 350ml (7, 9) skład: bulion drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, koncentrat pomidorowy, mleko 2%, sól, pieprz, ryż, pomidory (40g warzyw) kotlety rybne 120g (1P, 3, 4), skład: filet z ryby, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziemniaki 200g fasolka szparagowa 100g herbata 250ml</p>	<p>zupa pomidorowa z ryżem 350ml (7, 9) skład: bulion drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, koncentrat pomidorowy, mleko 2%, sól, pieprz, ryż, pomidory (40g warzyw) kotlety rybne 120g (1P, 3, 4), skład: filet z ryby, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziemniaki 200g surówka z kapusty kiszonej 100g herbata 250ml</p>
KOLACJA	<p>twarożek z rzodkiewką 100g (7), skład: twarożek, rzodkiewka, sól, pieprz (10g warzyw) wędlina wieprzowa 40g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny 2 kromki (1P), chleb razowy 1 kromka (1Ż), herbata 250ml ogórek 50g sałata 12g</p>	<p>twarożek z rzodkiewką 100g (7), skład: twarożek, rzodkiewka, sól, pieprz (10g warzyw) wędlina wieprzowa 40g, mix maślany 11g (7), kawiarka 4 kromki (1P), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g</p>	<p>twarożek z rzodkiewką 100g (7), skład: twarożek, rzodkiewka, sól, pieprz (10g warzyw) wędlina wieprzowa 40g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 3 kromki (1Ż), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g Dodatek cukrzycowy: jajko gotowane 1 szt. (3),</p>
KOLACJA II	Herbatniki 30g (1P, 7)	Herbatniki 30g (1P, 7)	Herbatniki 30g (1P, 7)

Dobowa wartość energetyczna i odżywcza	Wartość energetyczna: 2168,2	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna: 2032,8
	KCAL	2084.4 KCAL	KCAL
	Białko: 110.1G	Białko: 108.2G	Białko: 106,3 G
	Węglowodany: 294.4G	Węglowodany: 289.7G	Węglowodany: 261,8 G
	Tłuszcze: 60,8G w tym nasycone kwasy tłuszczowe 27,4G	Tłuszcze: 59.5 G w tym nasycone kwasy tłuszczowe 25.2 G	Tłuszcze: 55,3G w tym nasycone kwasy tłuszczowe 22,3 G
Błonnik pokarmowy: 29,2G	Błonnik pokarmowy: 27.5G	Błonnik pokarmowy: 25,4G	
Sól: 5,14G	Sól: 4.98G	Sól: 4,65 G	

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.