

	<b>DIETA PODSTAWOWA</b>	<b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>	<b>DIETA CUKRZYCOWA</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	<i>kasza manna na mleku 250ml (1,7), skład: mleko 2%, kasza manna, sól pasztet 50g, dżem 50g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny 2 kromki (1P), chleb razowy 1 kromka (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</i>	<i>kasza manna na mleku 250ml (1,7), skład: mleko 2%, kasza manna, sól pasztet 50g, dżem 50g, mix maślany 11g (7), kawiarka 4 kromki (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</i>	<i>kasza manna na mleku 250ml (1,7), skład: mleko 2%, kasza manna, sól pasztet 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), chleb razowy 3 kromki (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</i>
<b>ŚNIADANIE II</b>	<i>mandarynka 80g</i>	<i>mandarynka 80g</i>	<i>mandarynka 80g</i>
<b>OBIAD</b>	<i>zupa ogórkowa 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, ziemniaki, ogórki kiszane, mleko 2%, sól, pieprz (60g warzyw bez ziemniaków) sos Bolognese 150g, (1P,9) skład: mięso wieprzowe mielone, pomidory, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz, zioła makaron spaghetti 200g (1,3), herbata 250 ml</i>	<i>zupa ogórkowa 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, ziemniaki, ogórki kiszane, mleko 2%, sól, pieprz(60g warzyw bez ziemniaków) sos Bolognese 150g, (1P,9) skład: mięso wieprzowe mielone, pomidory, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz, zioła makaron spaghetti 200g (1,3), herbata 250 ml</i>	<i>zupa ogórkowa 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, ziemniaki, ogórki kiszane, mleko 2%, sól, pieprz (60g warzyw bez ziemniaków) sos Bolognese 150g, (1P,9) skład: mięso wieprzowe mielone, pomidory, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz, zioła makaron spaghetti 200g (1,3), herbata 250 ml</i>
<b>KOLACJA</b>	<i>twarożek z pietruszką 100g (7), skład: twarożek, pietruszka, sól, pieprz wędlina wieprzowa 40g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny 2 kromki (1P), chleb razowy 1 kromka (1Ż), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g</i>	<i>twarożek z pietruszką 100g (7), skład: twarożek, pietruszka, sól, pieprz wędlina wieprzowa 40g, mix maślany 11g (7), kawiarka 4 kromki (1P), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g</i>	<i>twarożek z pietruszką 100g (7), skład: twarożek, pietruszka, sól, pieprz wędlina wieprzowa 40g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 3 kromki (1P), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g  Dodatek cukrzycowy: jogurt naturalny 100ml (7)</i>
<b>KOLACJA II</b>	<i>babka piaskowa 50g (1P, 3, 7)</i>	<i>babka piaskowa 50g (1P, 3, 7)</i>	<i>babka piaskowa 50g (1P, 3, 7)</i>

Dobowa wartość energetyczna i odżywcza	Wartość energetyczna: 2359,3 KCAL Białko: 118,1 g Węglowodany: 322,4g Tłuszcze: 70,5g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 27,7 g Błonnik pokarmowy: 25,8g Sól: 4,91g	Wartość energetyczna: 2304,2 KCAL Białko: 114,4G Węglowodany: 297,7 G Tłuszcze: 67,6G w tym nasycone kwasy tłuszczowe 67,6G Błonnik pokarmowy: 23,1G Sól: 4,87G	Wartość energetyczna: 2210,8 KCAL Białko: 115,3G Węglowodany: 289,6G Tłuszcze: 65,2G w tym nasycone kwasy tłuszczowe 20,8G Błonnik pokarmowy: 24,9 G Sól: 4,69G
--	--	---	---

**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.

SPORZĄDZIŁ: dietetyk Paulina Kuwałek