

09.06 Ndz.		PODSTAWOWA	PODSTAWOWA DLA POŁOŻNICTWA I PEDIATRII	CUKRZYCOWA	ŁATWOSTRAWNA
	ŚNIADANIE	<p>Kakao (250ml)</p> <p>KANAPKI Z SZYNKĄ I SEREK WIEJSKI</p> <p>Składniki: Chleb pszenno-żytni (110g), ogórek świeży (80g), szynka wieprzowa gotowana (40g), serek wiejski (mleko)(50g), masło ekstra (mleko) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>	<p>Kakao (250ml)</p> <p>Składniki: Mleko krowie 2% (300ml), płatki ryżowe (45g)</p> <p>KANAPKI Z SZYNKĄ I SEREK WIEJSKI</p> <p>Składniki: Chleb pszenno-żytni (110g), ogórek świeży (80g), szynka wieprzowa gotowana (40g), serek wiejski (mleko)(50g), masło ekstra (mleko) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>	<p>PŁATKI RYŻOWE Z JOGURTEM NATURALNYM</p> <p>Składniki: Jogurt naturalny (mleko) (150g), płatki ryżowe (45g)</p> <p>KANAPKI Z SZYNKĄ I SEREK WIEJSKI</p> <p>Składniki: Chleb pełnoziarnisty (110g), ogórek świeży (80g), szynka wieprzowa gotowana (40g), serek wiejski (mleko)(50g), masło ekstra (mleko) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>	<p>Kakao (250ml)</p> <p>KANAPKI Z SZYNKĄ I SEREK WIEJSKI</p> <p>Składniki: Chleb pszenny (110g), ogórek świeży (80g), szynka wieprzowa gotowana (40g), serek wiejski (mleko)(50g), masło ekstra (mleko) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>
	II ŚNIADANIE		Chleb pełnoziarnisty (35g), ser żółty (mleko)(25g), ogórek świeży (30g), masło ekstra (mleko) (5g)	Chleb pełnoziarnisty (35g), ser żółty (mleko)(25g), ogórek świeży (30g), masło ekstra (mleko) (5g)	
	OBIAD	<p>BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI I JAJEM</p> <p>Składniki: Woda (200g), burak (80g), ziemniaki (50g), marchew (30g), jaja kurze (30g), żeberka wieprzowe (20g), pietruszka korzeń (10g), seler korzeniowy (10g), por (10g) jogurt naturalny (mleko)(5g), sól, pieprz, ziele angielskie</p> <p>KOTLET SCHABOWY Z PIECA</p> <p>Składniki: Ziemniaki (250g), Wieprzowina schab surowy bez kości (90g), bułka tarta (pszenica)(10g), olej rzepakowy (7g), jaja kurze (6g), sól, pieprz</p>	<p>BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI I JAJEM</p> <p>Składniki: Woda (200g), burak (80g), ziemniaki (50g), marchew (30g), jaja kurze (30g), żeberka wieprzowe (20g), pietruszka korzeń (10g), seler korzeniowy (10g), por (10g) jogurt naturalny (mleko)(5g), sól, pieprz, ziele angielskie</p> <p>KOTLET SCHABOWY Z PIECA</p> <p>Składniki: Ziemniaki (250g), Wieprzowina schab surowy bez kości (90g), bułka tarta (pszenica)(10g), olej rzepakowy (7g), jaja kurze (6g), sól, pieprz</p>	<p>BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI I JAJEM</p> <p>Składniki: Woda (200g), burak (80g), ziemniaki (50g), marchew (30g), jaja kurze (30g), żeberka wieprzowe (20g), pietruszka korzeń (10g), seler korzeniowy (10g), por (10g) jogurt naturalny (mleko)(5g), sól, pieprz, ziele angielskie</p> <p>KOTLET SCHABOWY Z PIECA</p> <p>Składniki: Ziemniaki (250g), Wieprzowina schab surowy bez kości (90g), bułka tarta (pszenica)(10g), olej rzepakowy (7g), jaja kurze (6g), sól, pieprz</p>	<p>BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI I JAJEM</p> <p>Składniki: Woda (200g), burak (80g), ziemniaki (50g), marchew (30g), jaja kurze (30g), żeberka wieprzowe (20g), pietruszka korzeń (10g), seler korzeniowy (10g), por (10g) jogurt naturalny (mleko)(5g), sól, pieprz, ziele angielskie</p> <p>SCHAB DUSZONY W SOSIE WŁASNYM</p> <p>Składniki: Ziemniaki (250g), Wieprzowina schab surowy bez kości (90g), mielona papryka, sól, pieprz</p>

		<p>SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ</p> <p>Składniki: Kapusta pekińska (40g), marchew (25g), jogurt grecki (mleko) (20g), kukurydza (3g), koperek (2g), majonez (jajka, gorczyca) (5g)</p> <p>Kompot wieloowocowy (250ml)</p>	<p>SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ</p> <p>Składniki: Kapusta pekińska (40g), marchew (25g), jogurt grecki (mleko) (20g), kukurydza (3g), koperek (2g), majonez (jajka, gorczyca) (5g)</p> <p>Kompot wieloowocowy (250ml)</p>	<p>SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ</p> <p>Składniki: Kapusta pekińska (40g), marchew (25g), jogurt grecki (mleko) (20g), kukurydza (3g), koperek (2g), majonez (jajka, gorczyca) (5g)</p> <p>Kompot wieloowocowy (250ml)</p>	<p>Bukiet warzyw gotowanych: (brokuł (50g), kalafior (50g), marchew (50g)</p> <p>Kompot wieloowocowy (250ml)</p>
PODWIECZOREK	Jabłko (150g)	Jabłko (150g)	Jabłko (150g)	Jabłko (150g)	Jabłko pieczone (150g)
KOLACJA	<p>KANAPKI Z SEREM ŻÓŁTYM I SZYNKĄ WIEPRZOWĄ</p> <p>Składniki: Chleb pszemno-żytni (90g), pomidor (80g), ser żółty (mleko) (35g), szynka wieprzowa (30g), masło ekstra (mleko) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>	<p>KANAPKI Z SEREM ŻÓŁTYM I SZYNKĄ WIEPRZOWĄ</p> <p>Składniki: Chleb pszemno-żytni (90g), pomidor (80g), ser żółty (mleko) (35g), szynka wieprzowa (30g), masło ekstra (mleko) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>	<p>KANAPKI Z SEREM ŻÓŁTYM I SZYNKĄ WIEPRZOWĄ</p> <p>Składniki: Chleb pełnoziarnisty (90g), pomidor (80g), ser żółty (mleko) (35g), szynka wieprzowa (30g), masło ekstra (mleko) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>	<p>KANAPKI Z SZYNKĄ I DŻEMEM</p> <p>Składniki: Chleb pszenny (90g), pomidor (80g), ser żółty (mleko) (35g), szynka wieprzowa (50g), dżem (30g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>	
II KOLACJA				Chleb pełnoziarnisty (35g), szynka wieprzowa (25g), pomidor (30g), masło ekstra (mleko) (5g)	

DIETA PODSTAWOWA



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2206 kcal	Białko ogółem:	99.3 g
Tłuszcz:	61.09 g	Węglowodany ogółem:	317.97 g
Glukoza:	15.31 g	Błonnik pokarmowy:	36.85 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	21.13 g	Sól:	2.54 g

DIETA CUKRZYCOWA



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2279 kcal	Białko ogółem:	101.2 g
Tłuszcz:	69.04 g	Węglowodany ogółem:	322.44 g
Glukoza:	13.96 g	Błonnik pokarmowy:	39.51 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	25.76 g	Sól:	3.36 g

DIETA LEKKOSTRAWNA



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2236 kcal	Białko ogółem:	103.43 g
Tłuszcz:	69.23 g	Węglowodany ogółem:	309.55 g
Glukoza:	7.6 g	Błonnik pokarmowy:	24.43 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	28.23 g	Sól:	4.83 g