

09.07 Wt.		PODSTAWOWA	PODSTAWOWA DLA POŁOŻNICTWA I PEDIATRII	CUKRZYCOWA	ŁATWOSTRAWNA
	ŚNIADANIE	KASZA MANNA NA MLEKU Składniki: Mleko krowie 2% (300ml), kasza manna (45g) KANAPKI Z SZYNKĄ WIEPRZOWĄ I DŻEMEM Składniki: Chleb pszenno-żytni (110g), ogórek (70g), szynka wieprzowa gotowana (50g), dżem (20g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)	KASZA MANNA NA MLEKU Składniki: Mleko krowie 2% (300ml), kasza manna (45g) KANAPKI Z SZYNKĄ WIEPRZOWĄ I DŻEMEM Składniki: Chleb pszenno-żytni (110g), ogórek (70g), szynka wieprzowa gotowana (50g), dżem (20g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)	KASZA MANNA Z KEFIREM Składniki: Kefir (mleko) (300ml), kasza manna (45g) KANAPKI Z SZYNKĄ WIEPRZOWĄ I DŻEMEM Składniki: Chleb pełnoziarnisty (110g), ogórek (70g), szynka wieprzowa gotowana (50g), szynka drobiowa (30g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)	KASZA MANNA NA MLEKU Składniki: Mleko krowie 2% (300ml), kasza manna (45g) KANAPKI Z SZYNKĄ WIEPRZOWĄ I DŻEMEM Składniki: Chleb pszenny (110g), pomidor (70g), szynka wieprzowa gotowana (50g), dżem (20g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)
	II ŚNIADANIE		Kefir naturalny (mleko) (150g) z nasionami chia (15g)	Kefir naturalny (mleko) (150g) z nasionami chia (15g)	
	OBIAD	ZUPA BURACZKOWA Z ZIEMNIAKAMI Składniki: Woda (200g), burak (100g), ziemniaki (50g), marchew (30g), fasola czerwona (20g), łąpatka wieprzowa (20g), pietruszka korzeń (10g), seler korzeniowy (10g), sól, pieprz, ziele angielskie MAKARON BOLOGNESE Z INDYKA Z MOZZARELLĄ Składniki: Makaron świderki z pszenicy (150g), łąpatka z indyka (90g), passata pomidorowa (70g), mozzarella (mleko)(40g), marchewka (15g), cebula (10g), czosnek (3g), olej rzepakowy (3g), sól, pieprz, oregano	ZUPA BURACZKOWA Z ZIEMNIAKAMI Składniki: Woda (200g), burak (100g), ziemniaki (50g), marchew (30g), fasola czerwona (20g), łąpatka wieprzowa (20g), pietruszka korzeń (10g), seler korzeniowy (10g), sól, pieprz, ziele angielskie MAKARON BOLOGNESE Z INDYKA Z MOZZARELLĄ Składniki: Makaron świderki z pszenicy durum (150g), łąpatka z indyka (90g), passata pomidorowa (70g), mozzarella (mleko)(40g), marchewka (15g), cebula (10g), czosnek (3g), olej rzepakowy (3g), sól, pieprz, oregano	ZUPA BURACZKOWA Z ZIEMNIAKAMI Składniki: Woda (200g), burak (100g), ziemniaki (50g), marchew (30g), fasola czerwona (20g), łąpatka wieprzowa (20g), pietruszka korzeń (10g), seler korzeniowy (10g), sól, pieprz, ziele angielskie MAKARON BOLOGNESE Z INDYKA Z MOZZARELLĄ Składniki: Makaron razowy pszenicy durum (150g), łąpatka z indyka (90g), passata pomidorowa (70g), mozzarella (mleko)(40g), marchewka (15g), cebula (10g), czosnek (3g), olej rzepakowy (3g), sól, pieprz, oregano	ZUPA BURACZKOWA Z ZIEMNIAKAMI Składniki: Woda (200g), burak (100g), ziemniaki (50g), marchew (30g), łąpatka wieprzowa (20g), pietruszka korzeń (10g), seler korzeniowy (10g), sól, pieprz, ziele angielskie MAKARON BOLOGNESE Z INDYKA Z MOZZARELLĄ Składniki: Makaron świderki z pszenicy (150g), łąpatka z indyka (90g), passata pomidorowa (70g), mozzarella (mleko)(40g), marchewka (15g), cebula (10g), olej rzepakowy (3g), sól, pieprz, oregano

	Fasolka szparagowa (150g) Kompot wieloowocowy (250ml)	Fasolka szparagowa (150g) Kompot wieloowocowy (250ml)	Fasolka szparagowa (150g) Kompot wieloowocowy (250ml)	Fasolka szparagowa (150g) Kompot wieloowocowy (250ml)
PODWIECZOREK	Jabłko (150g)	Jabłko (150g)	Jabłko (150g)	Jabłko pieczone (150g)
KOLACJA	KANAPKI Z WĘDLINĄ I SEREK HOMOGENIZOWANY Składniki: Chleb pszemno-żytni (90g), serek homogenizowany naturalny (100g), papryka (50g), polędwica sopočka (30g), rzodkiewka (30g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)	KANAPKI Z WĘDLINĄ I SEREK HOMOGENIZOWANY Składniki: Chleb pszemno-żytni (90g), serek homogenizowany naturalny (100g), papryka (50g), polędwica sopočka (30g), rzodkiewka (30g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)	KANAPKI Z WĘDLINĄ I SEREK HOMOGENIZOWANY Składniki: Chleb pefnoziarnisty (90g), serek homogenizowany naturalny (100g), papryka (50g), polędwica sopočka (30g), rzodkiewka (30g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)	KANAPKI Z WĘDLINĄ I SEREK HOMOGENIZOWANY Składniki: Chleb pszenny (90g), serek homogenizowany naturalny (100g), pomidor (80g), polędwica sopočka (30g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)
II KOLACJA			Szynka wieprzowa (25g), ogórek świeży (30g), pieczywo chrupkie żytnie (15g), masło ekstra (mleko) (5g)	

DIETA PODSTAWOWA



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2190 kcal	Białko ogółem:	110.84 g
Tłuszcz:	62.56 g	Węglowodany ogółem:	307.62 g
Glukoza:	18.02 g	Błonnik pokarmowy:	50.23 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	25.92 g	Sól:	6.33 g

DIETA CUKRZYCOWA



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2202 kcal	Białko ogółem:	112.84 g
Tłuszcz:	63.87 g	Węglowodany ogółem:	313.04 g
Glukoza:	16.6 g	Błonnik pokarmowy:	42.89 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	23.26 g	Sól:	7.91 g

DIETA LEKKOSTRAWNA



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2202 kcal	Białko ogółem:	112.84 g
Tłuszcz:	63.87 g	Węglowodany ogółem:	313.04 g
Glukoza:	16.6 g	Błonnik pokarmowy:	42.89 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	23.26 g	Sól:	7.91 g