

15.08 Czw.		PODSTAWOWA	PODSTAWOWA DLA POŁOŻNICTWA I PEDIATRII	CUKRZYCOWA	ŁATWOSTRAWNA
	ŚNIADANIE	ZACIERKI NA MLEKU Składniki: Mleko krowie 2% (300ml), zacierki (45g): mąka pszenna 20g, jajko (10g) KANAPKI Z SZYNKĄ I JAJKIEM Składniki: Chleb pszenno-żytni (110g), ogórek (65g), jajko (60g) wędlina drobiowa gotowana (40g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)	ZACIERKI NA MLEKU Składniki: Mleko krowie 2% (300ml), zacierki (45g): mąka pszenna 20g, jajko (10g) KANAPKI Z SZYNKĄ I JAJKIEM Składniki: Chleb pszenno-żytni (110g), ogórek (65g), jajko (60g) wędlina drobiowa gotowana (40g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)	PŁATKI JĘCZMIENNE Z JOGURTEM NATURALNYM Składniki: Jogurt naturalny (mleko)(150ml), płatki jęczmienne (45g) KANAPKI Z SZYNKĄ I JAJKIEM Składniki: Chleb pefnoziarnisty (110g), ogórek (65g), jajko (60g) wędlina drobiowa gotowana (40g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)	ZACIERKI NA MLEKU Składniki: Mleko krowie 2% (300ml), zacierki (45g): mąka pszenna 20g, jajko (10g) KANAPKI Z SZYNKĄ I DŻEMEM Składniki: Chleb pszenny (110g), pomidor (80g), wędlina drobiowa gotowana (40g), dżem (30g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)
	II ŚNIADANIE		Mus- przecier owocowy jabłko-bananowy (100g)	Chleb razowy (30g), wędlina drobiowa gotowana (25g), papryka (30g)	
	OBIAD	ZUPA Z CZERWONEJ SOCZEWICY Składniki: Woda (250g), soczewica czerwona (50g), ziemniaki (40g), marchew (40g), kurczak porcja rosółowa (40g), pietruszka korzeń (20g), seler korzeniowy (20g), por (10g), natka pietruszki (3g), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie BITKA WIEPRZOWA DUSZONA W SOSIE WARZYWNYM Schab wieprzowy bez kości (90g), marchew (10g), seler korzeń (10g), cebula (10g), mąka pszenna (10g), mąka ziemniaczana (10g), olej rzepakowy (15g), sól, pieprz	ZUPA Z CZERWONEJ SOCZEWICY Składniki: Woda (250g), soczewica czerwona (50g), ziemniaki (40g), marchew (40g), kurczak porcja rosółowa (40g), pietruszka korzeń (20g), seler korzeniowy (20g), por (10g), natka pietruszki (3g), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie BITKA WIEPRZOWA DUSZONA W SOSIE WARZYWNYM Schab wieprzowy bez kości (90g), marchew (10g), seler korzeń (10g), cebula (10g), mąka pszenna (10g), mąka ziemniaczana (10g), olej rzepakowy (15g), sól, pieprz	ZUPA Z CZERWONEJ SOCZEWICY Składniki: Woda (250g), soczewica czerwona (50g), ziemniaki (40g), marchew (40g), kurczak porcja rosółowa (40g), pietruszka korzeń (20g), seler korzeniowy (20g), por (10g), natka pietruszki (3g), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie BITKA WIEPRZOWA DUSZONA W SOSIE WARZYWNYM Schab wieprzowy bez kości (90g), marchew (10g), seler korzeń (10g), cebula (10g), mąka pszenna (10g), mąka ziemniaczana (10g), olej rzepakowy (15g), sól, pieprz	ZUPA Z CZERWONEJ SOCZEWICY Składniki: Woda (250g), soczewica czerwona (50g), ziemniaki (40g), marchew (40g), kurczak porcja rosółowa (40g), pietruszka korzeń (20g), seler korzeniowy (20g), por (10g), natka pietruszki (3g), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie BITKA WIEPRZOWA DUSZONA W SOSIE WARZYWNYM Schab wieprzowy bez kości (90g), marchew (10g), seler korzeń (10g), cebula (10g), mąka pszenna (10g), mąka ziemniaczana (10g), olej rzepakowy (15g), sól, pieprz

		Ziemniaki (250g) Surówka z kapusty białej: Kapusta biała (110g), marchew (40g), olej rzepakowy (5g), koperek (3g), sok z cytryny (3g)	Ziemniaki (250g) Surówka z kapusty białej: Kapusta biała (110g), marchew (40g), olej rzepakowy (5g), koperek (3g), sok z cytryny (3g)	Ziemniaki (250g) Surówka z kapusty białej: Kapusta biała (110g), marchew (40g), olej rzepakowy (5g), koperek (3g), sok z cytryny (3g)	Ziemniaki (250g) Marchewka gotowana (150g), masło (5g)
	PODWIECZOREK	Jabłko (150g)	Jabłko (150g)	Jabłko (150g)	Jabłko pieczone (150g)
	KOLACJA	KANAPKI Z SZYNKĄ DROBIOWĄ I SEREM ŻÓŁTYM Składniki: Chleb pszemno-żytni (70g), ogórek kiszony (65g), polędwica sopočka (20g), ser żółty (mleko) (25g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) PN: chleb pszemno-żytni (30g), polędwica (20g) Herbata (250ml)	KANAPKI Z SZYNKĄ DROBIOWĄ I SEREM ŻÓŁTYM Składniki: Chleb pszemno-żytni (70g), ogórek kiszony (65g), polędwica sopočka (20g), ser żółty (mleko) (25g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) PN: chleb pszemno-żytni (30g), polędwica(20g) Herbata (250ml)	KANAPKI Z SZYNKĄ DROBIOWĄ I SEREM ŻÓŁTYM Składniki: Chleb peñoziarnisty (90g), ogórek kiszony (80g), polędwica sopočka (40g), ser żółty (mleko)(25g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)	KANAPKI Z SZYNKĄ DROBIOWĄ I TWAROGIEM Składniki: Chleb pszenny (70g), pomidor (80g), twaróg (mleko)(60g), polędwica sopočka (20g), masło ekstra (mleko) (15g) PN: chleb pszenny (30g), polędwica (20g) Herbata (250ml)
	II KOLACJA			Chleb peñoziarnisty (30g), wędlina drobiowa gotowana (25g), rzodkiewka (30g)	

DIETA PODSTAWOWA



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2221 kcal	Białko ogółem:	99.46 g
Tłuszcz:	69.76 g	Węglowodany ogółem:	310.31 g
Glukoza:	18.12 g	Błonnik pokarmowy:	51.54 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	29.89 g	Sól:	5.89 g

DIETA CUKRZYCOWA



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2261 kcal	Białko ogółem:	107.51 g
Tłuszcz:	69.87 g	Węglowodany ogółem:	317.2 g
Glukoza:	16.38 g	Błonnik pokarmowy:	50.64 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	23.68 g	Sól:	6.55 g

DIETA LEKKOSTRAWNA



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2157 kcal	Białko ogółem:	103.85 g
Tłuszcz:	64.5 g	Węglowodany ogółem:	309.14 g
Glukoza:	16.66 g	Błonnik pokarmowy:	42.53 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	25.7 g	Sól:	7.43 g