

17.08 Sob.		PODSTAWOWA	PODSTAWOWA DLA POŁOŻNICTWA I PEDIATRII	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA
	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>KAKAO NA MLEKU</b> (250ml)  <b>CHAŁKA Z DŻEMEM I KANAPKA Z WĘDLINĄ</b>  Składniki: Chleb <b>pszenno-żytni</b> (75g), papryka (65g), szynkowa (40g), <b>chałka</b> (35g), dżem (30g), sałata (15g), masło ekstra ( <b>mleko</b> ) (15g)  Herbata (250ml)	<b>KAKAO NA MLEKU</b> (250ml)  <b>CHAŁKA Z DŻEMEM I KANAPKA Z WĘDLINĄ</b>  Składniki: Chleb <b>pszenno-żytni</b> (75g), papryka (65g), szynkowa (40g), <b>chałka</b> (35g), dżem (30g), sałata (15g), masło ekstra ( <b>mleko</b> ) (15g)  Herbata (250ml)	<b>PLĄTKI RYŻOWE Z JOGURTEM NATURALNYM</b>  Składniki: Jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ) (150g), płatki ryżowe (45g)  <b>KANAPKA Z WĘDLINĄ</b>  Składniki: Chleb <b>pełnoziarnisty</b> (110g), papryka (65g), szynkowa (40g), połówka sopocka (25g), sałata (15g), masło ekstra ( <b>mleko</b> ) (15g)  Herbata (250ml)	<b>KAKAO NA MLEKU</b> (250ml)  <b>CHAŁKA Z DŻEMEM I KANAPKA Z WĘDLINĄ</b>  Składniki: Chleb <b>pszenny</b> (75g), szynkowa (40g), <b>chałka</b> (35g), dżem (30g), pomidor (65g), sałata (15g), masło ekstra ( <b>mleko</b> ) (15g)  Herbata (250ml)
	<b>II ŚNIADANIE</b>		Chleb <b>pełnoziarnisty</b> (30g), szynkowa (25g), papryka świeża (30g)	Chleb <b>pełnoziarnisty</b> (30g), szynkowa (25g), papryka świeża (30g)	
	<b>OBIAD</b>	<b>ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI</b>  Składniki: Woda (200g), ziemniaki (60g), kurczak tuszka (30g), marchew (25g), kalafior mrożony (25g), brokuły, mrożone (25g), fasolka szparagowa mrożona (15g), cukinia (10g), <b>seler</b> korzeniowy (5g), por (5g), pietruszka, korzeń (5g), natka pietruszki (2g), sól, pieprz  <b>MAKARON Z TRUSKAWKAMI I JOGURTEM GRECKIM</b>  Składniki: Makaron penne ( <b>pszennica</b> ) (150g), truskawki (100g), jogurt grecki ( <b>mleko</b> ) (70g), twaróg ( <b>mleko</b> ) (30g)	<b>ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI</b>  Składniki: Woda (200g), ziemniaki (60g), kurczak tuszka (30g), marchew (25g), kalafior mrożony (25g), brokuły, mrożone (25g), fasolka szparagowa mrożona (15g), cukinia (10g), <b>seler</b> korzeniowy (5g), por (5g), pietruszka, korzeń (5g), natka pietruszki (2g), sól, pieprz  <b>MAKARON Z TRUSKAWKAMI I JOGURTEM GRECKIM</b>  Składniki: Makaron penne ( <b>pszennica</b> ) (150g), truskawki (100g), jogurt grecki ( <b>mleko</b> ) (70g), twaróg ( <b>mleko</b> ) (30g)	<b>ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI</b>  Składniki: Woda (200g), ziemniaki (60g), kurczak tuszka (30g), marchew (25g), kalafior mrożony (25g), brokuły, mrożone (25g), fasolka szparagowa mrożona (15g), cukinia (10g), <b>seler</b> korzeniowy (5g), por (5g), pietruszka, korzeń (5g), natka pietruszki (2g), sól, pieprz  <b>MAKARON Z TRUSKAWKAMI I JOGURTEM GRECKIM</b>  Składniki: Makaron penne <b>razowy</b> (150g), truskawki (100g), jogurt grecki ( <b>mleko</b> ) (70g), twaróg ( <b>mleko</b> ) (30g)	<b>ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI</b>  Składniki: Woda (200g), ziemniaki (60g), kurczak tuszka (30g), marchew (25g), kalafior mrożony (25g), brokuły, mrożone (25g), fasolka szparagowa mrożona (15g), cukinia (10g), <b>seler</b> korzeniowy (5g), por (5g), pietruszka, korzeń (5g), natka pietruszki (2g), sól, pieprz  <b>MAKARON Z TRUSKAWKAMI I JOGURTEM GRECKIM</b>  Składniki: Makaron penne ( <b>pszennica</b> ) (150g), truskawki (100g), jogurt grecki ( <b>mleko</b> ) (70g), twaróg ( <b>mleko</b> ) (30g)

		Kompot wielowocowy (250ml)	Kompot wielowocowy (250ml)	Kompot wielowocowy (250ml)	Kompot wielowocowy (250ml)
	<b>PODWIECZOREK</b>	Jabłko (150g)	Jabłko (150g)	Jabłko (150g)	Jabłko pieczone (150g)
	<b>KOLACJA</b>	<b>KANAPKI Z WĘDLINĄ I SEREK HOMOGENIZOWANY</b>  Składniki: Chleb <b>pszenno-żytni</b> (70g), ogórek (65g), serek homogenizowany ( <b>mleko</b> ) (60g), szynka wieprzowa (20g), sałata (15g), masło ekstra ( <b>mleko</b> ) (10g) PN:chleb <b>pszenno-żytni</b> (30g), szynka 20g, masło ( <b>mleko</b> ) 5g  Herbata (250ml)	<b>KANAPKI Z WĘDLINĄ I SEREK HOMOGENIZOWANY</b>  Składniki: Chleb <b>pszenno-żytni</b> (70g), ogórek (65g), serek homogenizowany ( <b>mleko</b> ) (60g), szynka wieprzowa (20g), sałata (15g), masło ekstra ( <b>mleko</b> ) (10g) PN:chleb <b>pszenno-żytni</b> (30g), szynka 20g, masło ( <b>mleko</b> ) 5g  Herbata (250ml)	<b>KANAPKI Z WĘDLINĄ I SEREK HOMOGENIZOWANY</b>  Składniki: Chleb <b>pełnoziarnisty</b> (90g), ogórek (65g), serek homogenizowany ( <b>mleko</b> ) (60g), szynka wieprzowa (40g), sałata (15g), masło ekstra ( <b>mleko</b> ) (15g)  Herbata (250ml)	<b>KANAPKI Z WĘDLINĄ I SEREK HOMOGENIZOWANY</b>  Składniki: Chleb <b>pszenny</b> (70g), pomidor (65g), serek homogenizowany ( <b>mleko</b> ) (60g), szynka wieprzowa (20g), sałata (15g), masło ekstra ( <b>mleko</b> ) (10g) PN:chleb <b>pszenny</b> (30g), szynka 20g, masło ( <b>mleko</b> ) 5g  Herbata (250ml)
	<b>II KOLACJA</b>			Szynka wieprzowa (30g), pieczywo chrupkie <b>żytnie</b> (15g), rzodkiewka (30g)	

## DIETA PODSTAWOWA



### Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2157 kcal	Białko ogółem:	95.37 g
Tłuszcz:	51 g	Węglowodany ogółem:	336.34 g
Glukoza:	16.45 g	Błonnik pokarmowy:	44.61 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	15.19 g	Sól:	4.55 g

## DIETA CUKRZYCOWA



### Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2242 kcal	Białko ogółem:	105.29 g
Tłuszcz:	55.14 g	Węglowodany ogółem:	346.04 g
Glukoza:	12.89 g	Błonnik pokarmowy:	34.68 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	19.05 g	Sól:	8.31 g

## DIETA LEKKOSTRAWNA



### Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2173 kcal	Białko ogółem:	99.56 g
Tłuszcz:	51.41 g	Węglowodany ogółem:	337.56 g
Glukoza:	13.5 g	Błonnik pokarmowy:	27.52 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	18.24 g	Sól:	6.8 g