

23.08 Pt.		PODSTAWOWA	PODSTAWOWA DLA POŁOŻNICTWA I PEDIATRII	CUKRZYCOWA	ŁATWOSTRAWNA
	ŚNIADANIE	<p>PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU</p> <p>Składniki: Mleko krowie 2% (300ml), płatki jęczmienne (45g)</p> <p>KANAPKI Z JAJKIEM NA TWARDO I SZYNKĄ</p> <p>Składniki: Chleb pszenno-żytni (110g), jajko (60g), szynka wieprzowa (40g), rzodkiewka (50g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>	<p>PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU</p> <p>Składniki: Mleko krowie 2% (300ml), płatki jęczmienne (45g)</p> <p>KANAPKI Z JAJKIEM NA TWARDO I SZYNKĄ</p> <p>Składniki: Chleb pszenno-żytni (110g), jajko (60g), szynka wieprzowa (40g), rzodkiewka (50g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>	<p>JOGURT NATURALNY Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI</p> <p>Składniki: Jogurt naturalny (mleko) (150ml), płatki jęczmienne (45g)</p> <p>KANAPKI Z JAJKIEM NA TWARDO I SZYNKĄ</p> <p>Składniki: Chleb pełnoziarnisty (110g), jajko (60g), szynka wieprzowa (40g), rzodkiewka (50g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>	<p>PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU</p> <p>Składniki: Mleko krowie 2% (300ml), płatki jęczmienne (45g)</p> <p>KANAPKI Z SZYNKĄ I SERKIEM KANAPKOWYM</p> <p>Składniki: Chleb pszenny (110g), pomidor (60g), serek kanapkowy(mleko)(60g), szynka wieprzowa (40g),_ (30g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>
	II ŚNIADANIE		<p>KISIEL TRUSKAWKOWY</p> <p>Składniki: Woda (100g), truskawki (60g), pieczywo chrupkie żytnie (15g), ksylitol (5g), skrobia ziemniaczana (5g)</p>	<p>KISIEL TRUSKAWKOWY/KANAPKA Z WĘDLINĄ</p> <p>Składniki: Woda (100g), truskawki (60g), pieczywo chrupkie żytnie (15g), ksylitol (5g), skrobia ziemniaczana (5g)</p>	
	OBIAD	<p>ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI NA WYWARZE DROBNIOWYM</p> <p>Składniki: Woda (200g), ziemniaki (50g), ogórek kiszony (40g), kurczak tuszka (35g), marchew (15g), śmietana 12% (mleko)(10g), pietruszka korzeń (15g),seler korzeniowy (15g), por (4g), natka pietruszki (3g), sól, pieprz</p>	<p>ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI NA WYWARZE DROBNIOWYM</p> <p>Składniki: Woda (200g), ziemniaki (50g), ogórek kiszony (40g), kurczak tuszka (35g), marchew (15g), śmietana 12% (mleko)(10g), pietruszka korzeń (15g),selerkorzeniowy (15g), por (4g), natka pietruszki (3g), sól, pieprz</p>	<p>ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI NA WYWARZE DROBNIOWYM</p> <p>Składniki: Woda (200g), ziemniaki (50g), ogórek kiszony (40g), kurczak tuszka (35g), marchew (15g), śmietana 12% (mleko)(10g), pietruszka korzeń (15g),seler korzeniowy (15g), por (4g), natka pietruszki (3g), sól, pieprz</p>	<p>ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI NA WYWARZE DROBNIOWYM</p> <p>Składniki: Woda (200g), ziemniaki (50g), ogórek kiszony (40g), kurczak tuszka (35g), marchew (15g), śmietana 12% (mleko)(10g), pietruszka korzeń (15g),seler korzeniowy (15g), por (4g), natka pietruszki (3g), sól, pieprz</p>

		PIECZONY DORSZ W PANIERCE Składniki: Dorsz (90g), mąka pszenna (20g), jajko (15g), sok z cytryny, sól, pieprz, koperek Pieczone ziemniaki (250g) Ogórek kiszony (150g) Kompot wieloowocowy (250ml)	PIECZONY DORSZ W PANIERCE Składniki: Dorsz (90g), mąka pszenna (20g), jajko (15g), sok z cytryny, sól, pieprz, koperek Pieczone ziemniaki (250g) Ogórek kiszony (150g) Kompot wieloowocowy (250ml)	PIECZONA DORSZ W PANIERCE Składniki: Dorsz (90g), mąka pszenna (20g), jajko (15g), sok z cytryny, sól, pieprz, koperek Pieczone ziemniaki (250g) Ogórek kiszony (150g) Kompot wieloowocowy (250ml)	PIECZONY DORSZ W PANIERCE Składniki: Dorsz (90g), mąka pszenna (20g), jajko (15g), sok z cytryny, sól, pieprz, koperek Ziemniaki gotowane (250g) Marchew gotowana (150g), masło ekstra (mleko) (10g) Kompot wieloowocowy (250ml)
	PODWIECZOREK	Jabłko (150g)	Jabłko (150g)	Jabłko (150g)	Jabłko pieczone (150g)
	KOLACJA	KANAPKA Z SZYNKĄ I PASTĄ Z SOCZEWICY Składniki: Chleb pszemno-żytni (70g), ogórek (60g), polędwica sopočka (20g), soczewica czerwona (35g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (10g) PN: Chleb pszemno-żytni (30g), masło ekstra (mleko) (5g) polędwica (20g), Herbata (250ml)	KANAPKA Z SZYNKĄ I PASTĄ Z SOCZEWICY Składniki: Chleb pszemno-żytni (70g), ogórek (60g), polędwica sopočka (20g), soczewica czerwona (35g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (10g) PN: Chleb pszemno-żytni (30g), masło ekstra (mleko) (5g) polędwica (20g) Herbata (250ml)	KANAPKA Z SZYNKĄ I PASTĄ Z SOCZEWICY Składniki: Chleb pełnoziarnisty (90g), ogórek (60g), polędwica sopočka (40g), soczewica czerwona (35g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)	KANAPKA Z SZYNKĄ I DŻEMEM Składniki: Chleb pszenny (70g), pomidor (60g), polędwica sopočka (20g), dżem (30g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (10g) PN: Chleb pszenny (30g), masło ekstra (mleko) (5g) polędwica (20g) Herbata (250ml)
	II KOLACJA			Chleb pełnoziarnisty (30g), polędwica sopočka (25g), sałata (15g)	

DIETA PODSTAWOWA



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2162 kcal	Białko ogółem:	107.25 g
Tłuszcz:	62.15 g	Węglowodany ogółem:	307.63 g
Glukoza:	20.95 g	Błonnik pokarmowy:	47.77 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	29.45 g	Sól:	1.88 g

DIETA CUKRZYCOWA



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2214 kcal	Białko ogółem:	119.56 g
Tłuszcz:	62.98 g	Węglowodany ogółem:	314.74 g
Glukoza:	19.85 g	Błonnik pokarmowy:	39.41 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	29.17 g	Sól:	5.26 g

DIETA LEKKOSTRAWNA



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2161 kcal	Białko ogółem:	111.9 g
Tłuszcz:	61.74 g	Węglowodany ogółem:	307.18 g
Glukoza:	19.39 g	Błonnik pokarmowy:	33.97 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	34.66 g	Sól:	4.35 g