

05.09 CZW.		PODSTAWOWA	PODSTAWOWA DLA POŁOŻNICTWA I PEDIATRII	CUKRZYCOWA	ŁATWOSTRAWNA
	<b>ŚNIADANIE</b>	<p><b>Kakao</b> (250ml)</p> <p><b>KANAPKI Z SZYNKĄ I SEREK WIEJSKI</b></p> <p>Składniki: Chleb <b>pszenno-żytni</b> (110g), ogórek świeży (80g), szynka wieprzowa gotowana (40g), serek wiejski (<b>mleko</b>)(50g), masło ekstra (<b>mleko</b>) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>	<p><b>Kakao</b> (250ml)</p> <p>Składniki: <b>Mleko</b> krowie 2% (300ml), płatki ryżowe (45g)</p> <p><b>KANAPKI Z SZYNKĄ I SEREK WIEJSKI</b></p> <p>Składniki: Chleb <b>pszenno-żytni</b> (110g), ogórek świeży (80g), szynka wieprzowa gotowana (40g), serek wiejski (<b>mleko</b>)(50g), masło ekstra (<b>mleko</b>) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>	<p><b>PŁATKI OWSIANE Z JOGURTEM NATURALNYM</b></p> <p>Składniki: Jogurt naturalny (<b>mleko</b>) (150g), płatki owsiane (45g)</p> <p><b>KANAPKI Z SZYNKĄ I SEREK WIEJSKI</b></p> <p>Składniki: Chleb <b>pefnoziarnisty</b> (110g), ogórek świeży (80g), szynka wieprzowa gotowana (40g), serek wiejski (<b>mleko</b>)(50g), masło ekstra (<b>mleko</b>) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>	<p><b>Kakao</b> (250ml)</p> <p><b>KANAPKI Z SZYNKĄ I SEREK WIEJSKI</b></p> <p>Składniki: Chleb <b>pszenny</b> (110g), ogórek świeży (80g), szynka wieprzowa gotowana (40g), serek wiejski (<b>mleko</b>)(50g), masło ekstra (<b>mleko</b>) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>
	<b>II ŚNIADANIE</b>		Chleb <b>pefnoziarnisty</b> (35g), ser żółty ( <b>mleko</b> )(25g), ogórek świeży (30g), masło ekstra ( <b>mleko</b> ) (5g)	Chleb <b>pefnoziarnisty</b> (35g), ser żółty ( <b>mleko</b> )(25g), ogórek świeży (30g), masło ekstra ( <b>mleko</b> ) (5g)	
	<b>OBIAD</b>	<p><b>BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI I JAJEM</b></p> <p>Składniki: Woda (200g), burak (80g), ziemniaki (50g), marchew (30g), <b>jaja</b> kurze (30g), żeberka wieprzowe (20g), pietruszka korzeń (10g), <b>seler</b> korzeniowy (10g), por (10g) jogurt naturalny (<b>mleko</b>)(5g), sól, pieprz, ziele angielskie</p> <p><b>KOTLET SCHABOWY Z PIECA</b></p> <p>Składniki: Ziemniaki (250g), Wieprzowina schab surowy bez kości (90g), bułka tarta (<b>pszenica</b>)(10g), olej rzepakowy (7g), <b>jaja</b> kurze (6g), sól, pieprz</p>	<p><b>BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI I JAJEM</b></p> <p>Składniki: Woda (200g), burak (80g), ziemniaki (50g), marchew (30g), <b>jaja</b> kurze (30g), żeberka wieprzowe (20g), pietruszka korzeń (10g), <b>seler</b> korzeniowy (10g), por (10g) jogurt naturalny (<b>mleko</b>)(5g), sól, pieprz, ziele angielskie</p> <p><b>KOTLET SCHABOWY Z PIECA</b></p> <p>Składniki: Ziemniaki (250g), Wieprzowina schab surowy bez kości (90g), bułka tarta (<b>pszenica</b>)(10g), olej rzepakowy (7g), <b>jaja</b> kurze (6g), sól, pieprz</p>	<p><b>BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI I JAJEM</b></p> <p>Składniki: Woda (200g), burak (80g), ziemniaki (50g), marchew (30g), <b>jaja</b> kurze (30g), żeberka wieprzowe (20g), pietruszka korzeń (10g), <b>seler</b> korzeniowy (10g), por (10g) jogurt naturalny (<b>mleko</b>)(5g), sól, pieprz, ziele angielskie</p> <p><b>KOTLET SCHABOWY Z PIECA</b></p> <p>Składniki: Ziemniaki (250g), Wieprzowina schab surowy bez kości (90g), bułka tarta (<b>pszenica</b>)(10g), olej rzepakowy (7g), <b>jaja</b> kurze (6g), sól, pieprz</p>	<p><b>BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI I JAJEM</b></p> <p>Składniki: Woda (200g), burak (80g), ziemniaki (50g), marchew (30g), <b>jaja</b> kurze (30g), żeberka wieprzowe (20g), pietruszka korzeń (10g), <b>seler</b> korzeniowy (10g), por (10g) jogurt naturalny (<b>mleko</b>)(5g), sól, pieprz, ziele angielskie</p> <p><b>SCHAB DUSZONY W SOSIE WŁASNYM</b></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 (<b>mleko</b>) (20g), kukurydza (3g), koperek (2g), majonez (<b>jajka, gorczyca</b>) (5g)</p> <p>Kompot wieloowocowy (250ml)</p>	<p>SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ</p> <p>Składniki: Kapusta pekińska (40g), marchew (25g), jogurt grecki (<b>mleko</b>) (20g), kukurydza (3g), koperek (2g), majonez (<b>jajka, gorczyca</b>) (5g)</p> <p>Kompot wieloowocowy (250ml)</p>	<p>SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ</p> <p>Składniki: Kapusta pekińska (40g), marchew (25g), jogurt grecki (<b>mleko</b>) (20g), kukurydza (3g), koperek (2g), majonez (<b>jajka, gorczyca</b>) (5g)</p> <p>Kompot wieloowocowy (250ml)</p>	<p>Bukiet warzyw gotowanych: (brokuł (50g), kalafior (50g), marchew (50g)</p> <p>Kompot wieloowocowy (250ml)</p>
<b>PODWIECZOREK</b>	Jabłko (150g)	Jabłko (150g)	Jabłko (150g)	Jabłko (150g)	Jabłko pieczone (150g)
<b>KOLACJA</b>	<p><b>KANAPKI Z SEREM ŻÓŁTYM I SZYNKĄ WIEPRZOWĄ</b></p> <p>Składniki: Chleb <b>pszemno-żytni</b> (60g), pomidor (80g), ser żółty (<b>mleko</b>) (35g), szynka wieprzowa (15g), masło ekstra (<b>mleko</b>) (15g) PN:Chleb <b>pszemno-żytni</b> (30g), szynka (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>	<p><b>KANAPKI Z SEREM ŻÓŁTYM I SZYNKĄ WIEPRZOWĄ</b></p> <p>Składniki: Chleb <b>pszemno-żytni</b> (60g), pomidor (80g), ser żółty (<b>mleko</b>) (35g), szynka wieprzowa (15g), masło ekstra (<b>mleko</b>) (15g) PN:Chleb <b>pszemno-żytni</b> (30g), szynka (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>	<p><b>KANAPKI Z SEREM ŻÓŁTYM I SZYNKĄ WIEPRZOWĄ</b></p> <p>Składniki: Chleb <b>pełnoziarnisty</b> (90g), pomidor (80g), ser żółty (<b>mleko</b>) (35g), szynka wieprzowa (30g), masło ekstra (<b>mleko</b>) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>	<p><b>KANAPKI Z SZYNKĄ I DŻEMEM</b></p> <p>Składniki: Chleb <b>pszenny 350g</b>), pomidor (80g),dżem (35g), szynka wieprzowa (50g), dżem (30g), sałata(15g), masło ekstra (<b>mleko</b>) (15g) PN:Chleb <b>pszenny</b> (30g), szynka (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>	
<b>II KOLACJA</b>				Chleb <b>pełnoziarnisty</b> (35g), szynka wieprzowa (25g), pomidor (30g), masło ekstra ( <b>mleko</b> ) (5g)	

## DIETA PODSTAWOWA



### Wartości odżywcze

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

## DIETA CUKRZYCOWA



### Wartości odżywcze

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

## DIETA LEKKOSTRAWNA



### Wartości odżywcze

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