

12.09 Czw.		PODSTAWOWA	PODSTAWOWA DLA POŁOŻNICTWA I PEDIATRII	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA
	<b>ŚNIADANIE</b>	<p><b>PŁATKI RYŻOWE NA MLEKU</b></p> <p>Składniki: <b>Mleko</b> krowie 2% (300ml), płatki ryżowe (45g)</p> <p><b>KANAPKA Z WĘDLINĄ I SERKIEM HOMOGENIZOWANYM</b></p> <p>Składniki: Chleb <b>pszemno- żytni</b> (110g), pomidor (65g), serek homogenizowany (<b>mleko</b>) (60g), polędwica sopocka (40g), sałata (15g), masło ekstra (<b>mleko</b>) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>	<p><b>PŁATKI RYŻOWE NA MLEKU</b></p> <p>Składniki: <b>Mleko</b> krowie 2% (300ml), płatki ryżowe (45g)</p> <p><b>KANAPKA Z WĘDLINĄ I SERKIEM HOMOGENIZOWANYM</b></p> <p>Składniki: Chleb <b>pszemno- żytni</b> (110g), pomidor (65g), serek homogenizowany (<b>mleko</b>) (60g), polędwica sopocka (40g), sałata (15g), 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>KANAPKA Z WĘDLINĄ I SERKIEM HOMOGENIZOWANYM</b></p> <p>Składniki: Chleb <b>pełnoziarnisty</b> (110g), pomidor (65g), serek homogenizowany (<b>mleko</b>) (60g), polędwica sopocka (40g), sałata (15g), masło ekstra (<b>mleko</b>) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>	<p><b>PŁATKI RYŻOWE NA MLEKU</b></p> <p>Składniki: <b>Mleko</b> krowie 2% (300ml), płatki ryżowe (45g)</p> <p><b>KANAPKA Z WĘDLINĄ I SERKIEM HOMOGENIZOWANYM</b></p> <p>Składniki: Chleb <b>pszenny</b> (110g), pomidor (65g), serek homogenizowany (<b>mleko</b>) (60g), polędwica sopocka (40g), sałata (15g), masło ekstra (<b>mleko</b>) (15g)</p> <p>Herbata (250ml)</p>
	<b>II ŚNIADANIE</b>		<p><b>BUDYŃ CZEKOLADOWY</b></p> <p>Składniki: <b>Mleko</b> (150g), ksylitol (5g), skrobia ziemniaczana (5g), kakao (5g) Pieczywo chrupkie <b>żytnie</b> (15g)</p>	<p><b>BUDYŃ CZEKOLADOWY</b></p> <p>Składniki: <b>Mleko</b> (150g), ksylitol (5g), skrobia ziemniaczana (5g), kakao (5g) Pieczywo <b>żytnie</b> (15g)</p>	
	<b>OBIAD</b>	<p><b>ZUPA ZACIERKOWA</b></p> <p>Składniki: Woda (250g), marchew (45g), kurczak porcja rosółowa (40g), pietruszka korzeń (20g), <b>seler</b> korzeniowy (20g), por (10g), <b>jaja</b> kurze całe (10g), <b>mąka pszenna</b>, typ 450 (20g), natka pietruszki (3g), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p>	<p><b>ZUPA ZACIERKOWA</b></p> <p>Składniki: Woda (250g), marchew (45g), kurczak porcja rosółowa (40g), pietruszka korzeń (20g), <b>seler</b> korzeniowy (20g), por (10g), <b>jaja</b> kurze całe (10g), <b>mąka pszenna</b>, typ 450 (20g), natka pietruszki (3g), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p>	<p><b>ZUPA ZACIERKOWA</b></p> <p>Składniki: Woda (250g), marchew (45g), kurczak porcja rosółowa (40g), pietruszka korzeń (20g), <b>seler</b> korzeniowy (20g), por (10g), <b>jaja</b> kurze całe (10g), <b>mąka pszenna</b>, typ 450 (20g), natka pietruszki (3g), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p>	<p><b>ZUPA ZACIERKOWA</b></p> <p>Składniki: Woda (250g), marchew (45g), kurczak porcja rosółowa (40g), pietruszka korzeń (20g), <b>seler</b> korzeniowy (20g), por (10g), <b>jaja</b> kurze całe (10g), <b>mąka pszenna</b>, typ 450 (20g), natka pietruszki (3g), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p>

		<b>KOTLET POŻARSKI</b> Składniki: Kasza <b>jęczmienna</b> (200g), <b>mięso drobiowe</b> (90g), bułka tarta <b>pszenna</b> (10g), czosnek suszony (2g), koperek, sól, pieprz	<b>KOTLET POŻARSKI</b> Składniki: Kasza <b>jęczmienna</b> (200g), <b>mięso drobiowe</b> (90g), bułka tarta <b>pszenna</b> (10g), czosnek suszony (2g), koperek, sól, pieprz	<b>KOTLET POŻARSKI</b> Składniki: Kasza <b>jęczmienna</b> (200g), <b>mięso drobiowe</b> (90g), bułka tarta <b>pszenna</b> (10g), czosnek suszony (2g), koperek, sól, pieprz	<b>KOTLET POŻARSKI</b> Składniki: Kasza <b>jęczmienna</b> (200g), <b>mięso drobiowe</b> (90g), bułka tarta <b>pszenna</b> (10g), czosnek suszony (2g), koperek, sól, pieprz
		SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA Składniki: Marchew (100g), jabłko (50g), jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ) (10g), ksylitol (3g), sok z cytryny (2g), sól, pieprz  Kompot wieloowocowy (250ml)	SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA Składniki: Marchew (100g), jabłko (50g), jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ) (10g), ksylitol (3g), sok z cytryny (2g), sól, pieprz  Kompot wieloowocowy (250ml)	SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA Składniki: Marchew (100g), jabłko (50g), jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ) (10g), ksylitol (3g), sok z cytryny (2g), sól, pieprz  Kompot wieloowocowy (250ml)	Fasolka szparagowa gotowana (150g)   Kompot wieloowocowy (250ml)
	<b>PODWIECZOREK</b>	Jabłko (150g)	Jabłko (150g)	Jabłko (150g)	Jabłko pieczone (150g)
	<b>KOLACJA</b>	<b>KANAPKI Z SZYNKĄ I PASTĄ Z SOCZEWICY</b>  Składniki: Chleb <b>pszemno-żytni</b> (70g), ogórek (60g), pasta z czerwonej soczewicy (40g), szynka wieprzowa (20g), sałata (15g), masło ekstra ( <b>mleko</b> ) (10g) PN: chleb <b>pszemno-żytni</b> (30g), szynka 20g, masło ( <b>mleko</b> ) 5g  Herbata (250ml)	<b>KANAPKI Z SZYNKĄ I PASTĄ Z SOCZEWICY</b>  Składniki: Chleb <b>pszemno-żytni</b> (70g), ogórek (60g), pasta z czerwonej soczewicy (40g), szynka wieprzowa (20g), sałata (15g), masło ekstra ( <b>mleko</b> ) (10g) PN: chleb <b>pszemno-żytni</b> (30g), szynka 20g, masło ( <b>mleko</b> ) 5g  Herbata (250ml)	<b>KANAPKI Z SZYNKĄ I PASTĄ Z SOCZEWICY</b>  Składniki: Chleb <b>pełnoziarnisty</b> (90g), ogórek (60g), pasta z czerwonej soczewicy (40g), szynka wieprzowa (40g), sałata (15g), masło ekstra ( <b>mleko</b> ) (15g)  Herbata (250ml)	<b>KANAPKI Z WĘDLINAMI</b>  Składniki: Chleb <b>pszenny</b> (70g), pomidor (65g), wędlina drobiowa gotowana (40g), szynka wieprzowa (20g), sałata (15g), masło ekstra ( <b>mleko</b> ) (10g) PN: chleb <b>pszemno-żytni</b> (30g), szynka 20g, masło ( <b>mleko</b> ) 5g  Herbata (250ml)
	<b>II KOLACJA</b>			Chleb <b>pełnoziarnisty</b> (30g), wędlina drobiowa gotowana (25g), rzodkiewka (30g)	

#### DIETA PODSTAWOWA



#### Wartości odżywcze

<b>Wartość energetyczna:</b>	2262 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	98.59 g
<b>Tłuszcz:</b>	65.09 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	324.06 g
<b>Glukoza:</b>	15.91 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	38.09 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	23.76 g	<b>Sól:</b>	2.38 g

#### DIETA CUKRZYCOWA



#### Wartości odżywcze

<b>Wartość energetyczna:</b>	2335 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	102.57 g
<b>Tłuszcz:</b>	69.71 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	333.68 g
<b>Glukoza:</b>	14.44 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	41.28 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	25.76 g	<b>Sól:</b>	3.36 g

#### DIETA LEKKOSTRAWNA



#### Wartości odżywcze

<b>Wartość energetyczna:</b>	2253 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	103.62 g
<b>Tłuszcz:</b>	66.78 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	319.46 g
<b>Glukoza:</b>	7.7 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	24.98 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	26.61 g	<b>Sól:</b>	4.95 g

