

01.06.2026 Poniedziałek

Oddział Rehabilitacja

**Dieta podstawowa:**

**I śniadanie:** jogurt naturalny <sup>\*1,7</sup> 200ml , masło roślinne <sup>\*7</sup> 15g, pieczywo pszenno-żytnie <sup>\*1</sup> 100g, herbata 300ml z/c, parówki drobiowe na gorąco <sup>\*6</sup> 2 szt, ketchup łagodny , sałata zielona

**Obiad:** Zupa grysikowa z warzywami <sup>\*1,9</sup> 450ml, ryż gotowany z zieloną pietruszką <sup>\*1</sup>180g, potrawka z kurczaka z jarzynami <sup>\*1,7,9</sup> 150g, sałatka z ogórka kiszzonego, marchewki, pora, jabłka z olejem 150g, kompot z owoców mrożonych z truskawką 300ml z cukrem 5g

**Kolacja:** Herbata 300ml z/c, masło roślinne <sup>\*7</sup> 15g, pieczywo pszenno-żytnie <sup>\*1</sup> 100g, polędwica z warzywami <sup>\*6</sup> 70g, , ogórek świeży

Energia: 2373 kcal Białko: 103,45g Tłuszcz:101,69g Węglowodany:281,37g  
Cukry Proste: 25,95g Nasycone Kwasy Tłuszczowe: 38,43g Błonnik: 25,55g Sód:  
3972,02mg

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów :**

**I śniadanie:** jogurt naturalny <sup>\*1,7</sup> 200ml , masło roślinne <sup>\*7</sup> 15g, pieczywo pszenno-żytnie <sup>\*1</sup> 100g, herbata 300ml z/c, parówki drobiowe na gorąco <sup>\*6</sup> 2 szt, ketchup łagodny , sałata zielona

**II śniadanie:** jabłko pieczone 150g

**Obiad:**Zupa grysikowa z warzywami <sup>\*1,9</sup> 450ml, ryż gotowany z zieloną pietruszką <sup>\*1</sup>180g, potrawka z kurczaka z jarzynami <sup>\*1,7,9</sup> 150g, sałatka z ogórka kiszzonego, marchewki, pora, jabłka z olejem 150g, kompot z owoców mrożonych z truskawką 300ml z cukrem 5g

**Podwieczorek:** galaretka owocowa 200ml

**Kolacja:** Herbata 300ml z/c, masło roślinne <sup>\*7</sup> 15g, pieczywo pszenno-żytnie <sup>\*1</sup> 100g, polędwica z warzywami <sup>\*6</sup> 70g, , ogórek świeży

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami przekazanymi przez producentów: 1 gluten, 2 skorupiaki, 3 jaja, 4 ryby, 5 orzeszki ziemne, 6 soja, 7 mleko, 8 orzechy, 9 seler, 10 gorczyca, 11 ziarna sezamu, 12 dwutlenek siarki, 13 łubin, 14 mięczaki

(\*) produkt zawiera dany alergen

(+) produkt może zawierać dany alergen

**Wykaz alergenów** zgodnie ze specyfikacjami przekazanymi przez producentów: 1 gluten, 2 skorupiaki, 3 jaja, 4 ryby, 5 orzeszki ziemne, 6 soja, 7 mleko, 8 orzechy, 9 seler, 10 gorczyca, 11 ziarna sezamu, 12 dwutlenek siarki, 13 łubin, 14 mięczaki

(\*) produkt zawiera dany alergen

(+) produkt może zawierać dany alergen