

09.04.26 czwartek

Dieta podstawowa:

I śniadanie: płatki na mleku ^{*1,7} 450ml, masło roślinne ^{*7} 10g, pieczywo pszenno-żytnie ^{*1} 100g, , szynka wieprzowa gotowana ^{*6} 80g, , ~~poledwiec~~ ^{ogórki} 50g

Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami ^{*1,3,9,7} 50ml, ziemniaki ^{*3,1} 180g, kotlet mielony ^{*1,3,7,9} 150g, buraczki zasmażane 150g, kompot z owoców mrożonych 350ml z/c

Kolacja: Herbata 250ml z/c, masłoroślinne ^{*7} 10g, pieczywo pszenno-razowe ^{*1} 100g, poledwica z warzywami ^{*6} 80 g, , papryka konserwowa
Energia: 2642,18 kcal, **Białko:**104,66 g, **Tłuszcz:** 101,92 g, **Węglowodany:** 334,27 g, **Cukry Proste:** 88,15 g, **Kwasy Tłuszczowe Nasycone:** 36,74g, **Blonnik:** 27,88g, **Sód:** 2612,37 mg

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:

I śniadanie: płatki na mleku ^{*1,7} 450ml, masło roślinne ^{*7} 10g, pieczywo pszenno-żytnie ^{*1} 100g, , szynka wieprzowa gotowana ^{*6} 80g, , ~~poledwiec~~ ^{ogórki} 50g

II śniadanie: banan

Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami ^{*1,3,9,7} 50ml, ziemniaki ^{*3,1} 180g, kotlet mielony ^{*1,3,7,9} 150g, buraczki zasmażane 150g, kompot z owoców mrożonych 350ml z/c

Podwieczorek: krakersy

Kolacja: Herbata 250ml z/c, masłoroślinne ^{*7} 10g, pieczywo pszenno-razowe ^{*1} 100g, poledwica z warzywami ^{*6} 80 g, , papryka konserwowa

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 lubin, 14 miedzaki

(*) produkt zawiera dany alergen

(-) produkt może zawierać dany alergen