

16.04.26 Czwartek

Oddział Rehabilitacja

**Dieta podstawowa:**

**I śniadanie:** Kasza jaglana na mleku <sup>\*1,7</sup> 450ml, masło roślinne <sup>\*7</sup> 10g, pieczywo pszenno-żytnie <sup>\*1</sup> 100g, herbata 250ml z/c, szynka wp 80g <sup>\*6</sup> .., ogórek

**Obiad:** Zupa jarzynowa z drobnym makaronem <sup>\*1,3,7,9</sup> 450ml, kasza pęczak gotowana <sup>\*1</sup> z koperkiem 180g, zraz mielony wp <sup>\*9,1,7</sup> w sosie własnym 150g, surówka z kapusty pekińskiej, marchewki, pora, jabłka z olejem 150g, kompot z owoców mrożonych 250ml z/c

**Kolacja:** Herbata 250ml z/c, masło roślinne <sup>\*7</sup> 10g, pieczywo pszenno-razowe <sup>\*1</sup> 100g, poledwica z warzywami <sup>\*6</sup> 80g, rukola

**Energia: 2036,47kcal, Białko:100,12 g, Tłuszcz:102,77 g, Węglowodany:305,45 g, Cukry Proste:85,03 g, Nasycone Kwasy Tłuszczowe :32,45 g, Błonnik:25,12 g, Sód:2009,19 mg**

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów :**

**I śniadanie:** Kasza jaglana na mleku <sup>\*1,7</sup> 450ml, masło roślinne <sup>\*7</sup> 10g, pieczywo pszenno-żytnie <sup>\*1</sup> 100g, herbata 250ml z/c, szynka wp 80g <sup>\*6</sup> .., ogórek

**II śniadanie:** podplomyki b/c

**Obiad:** Zupa jarzynowa z drobnym makaronem <sup>\*1,3,7,9</sup> 450ml, kasza pęczak gotowana <sup>\*1</sup> z koperkiem 180g, zraz mielony wp <sup>\*9,1,7</sup> w sosie własnym 150g, surówka z kapusty pekińskiej, marchewki, pora, jabłka z olejem 150g, kompot z owoców mrożonych 250ml z/c

**Podwieczorek:** kisiel lniany truskawkowy <sup>\*1</sup>

**Kolacja:** Herbata 250ml z/c, masło roślinne <sup>\*7</sup> 10g, pieczywo pszenno-razowe <sup>\*1</sup> 100g, poledwica z warzywami <sup>\*6</sup> 80g, rukola

**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