



Dieta:	Podstawowa:	Wartość energetyczna diety:		Wykaz alergenów	Lekkostrawna: wątrobowa trzustka położnicza dziecięcy niskokaloryczna kardiologiczna	Wartość energetyczna diety:		Wykaz alergenów	Cukrzyca:	Wartość energetyczna diety:		Wykaz alergenów																			
		Kaloryczność:	2525,8 kcal	Białka:		118 g	Tłuszcze:	75 g		NKT	32,6 g	Węglowodany:	362,4 g	W tym cukry	70,6 g	Sól:	5,9 g	Błonnik	39,3 g	Kaloryczność:	1993,2 kcal	Białka:	110,3 g	Tłuszcze:	64,7 g	NKT	26,7 g	Węglowodany:	309,9 g	W tym cukry	36,7 g
<b>Sniadanie I</b>	Jajecznica na parze ze szczypiorem 100g papryka świeża 50 g sałata + kiełki 10g Bułka 80 g Masło 10 g Kawa na mleku 300 ml Sok owocowy 1 szt.	1 2 4 ---- -- 1 2 1 2 --	Twarożek z pomidorami i zieloną pietruszką 100 g sałata + kiełki 10g jabłko 1 szt. Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml Sok owocowy 1 szt.	2 --- --- 1 -- 1 2 ---	Twarożek z pomidorami i zieloną pietruszką 100 g sałata + kiełki 10 g jabłko 1 szt. Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml Sok pomidorowy 1 szt.	2 --- --- 1 -- 1 2 ---																									
<b>Sniadanie II</b>	Zupa mleczna – ryż na mleku 200 ml	2	Zupa mleczna – ryż na mleku 200 ml	2																											
	Dzieci	Mleko 200 ml	2																												
	Położnictwo	Drożdżówka 1 szt.	1 3 6 8 9 10																												
<b>Obiad</b>	Barszcz biały z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Kotlety rybne smażone 120 g Kapusta na ciepło 150 g Kompot 200 ml	1 2 3 -- 1 4 5 1 3 -	Barszcz czerwony z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Kotlety rybne na parze 120 g Sałata 100 g Kompot 200 ml	1 2 3 -- 1 4 5 - -	Barszcz czerwony z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Kotlety rybne na parze 120 g Sałata 100 g Kawa inka bez cukru 200 ml	1 2 3 -- 1 4 5 - -																									
<b>Podwiecz</b>	Dzieci	Tarta marchew z jabłkiem 150 g																													
	Położnictwo																														
<b>Kolacja</b>	Szynka wieprzowa 60 g pomidor 100 g Sałata 10 g Owoce świeże 1 szt. Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (dwie kromki) Masło 10g Herbata z cytryną 300 ml Jogurt naturalny 1 szt.	3 6 7 -- -- --- 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 -- 2	Szynka wieprzowa 60 g Pomidor 100g sałata 10 g Owoce świeże 1 szt. Bułka 80g Masło roślinne 10g Herbata z cytryną 300 ml Jogurt naturalny 1 szt.	3 6 7 --- --- --- 1 --- -- 2	Szynka wieprzowa 60g Pomidor 100 g Sałata 10 g Grejpfrut 1 szt. Chleb razowy 80 g (3 kromki ) Masło roślinne 10g Herbata z cytryną bez cukru 300 ml Jogurt naturalny 1 szt.	3 6 7 --- --- --- 1 4 6 8 9 10 -- -- 2																									
<b>Posiłek dodatkowy</b>	Chleb razowy 1 kromka , rama , ser żółty 2 plasterki	1 2 4 6 8 9 10 11	Chleb razowy 1 kromka , rama , ser żółty 2 plasterki	1 2 4 6 8 9 10 11	Chleb razowy 1 kromka , rama , ser żółty 2 plasterki	1 2 4 6 8 9 10 11																									

**Legenda alergenów:**

- 1 gluten
- 2 białko mleka krowiego
- 3 seler
- 4 jaj
- 5 ryby
- 6 soja
- 7 gorczyca
- 8 słonecznik
- 9 sezam
- 10 orzechy
- 11 lizozym
- 12 dwutlenek siarki

