

DIETA PODSTAWOWA		DIETA ŁATWO STRAWNA		DIETA ŁATWO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU		DIETA ŁATWO STRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		DIETA O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI	
SNIADANIE	[g]	SNIADANIE	[g]	SNIADANIE	[g]	SNIADANIE	[g]	SNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi (MLE)	200	Zupa mleczna z pł. Ryżowymi (MLE)	200	Zupa mleczna z pł. Ryżowymi (MLE)	200	Zupa mleczna z pł. Ryżowymi (MLE)	200	Zupa mleczna z pł. Ryżowymi (MLE)	200
Kakao na mleku 3,2% z cukrem (MLE)	200	Kakao na mleku 3,2% z cukrem (MLE)	200	Kakao na mleku 3,2% z cukrem (MLE)	200	Kakao na mleku 3,2% z cukrem (MLE)	200	Kakao na mleku 3,2% z cukrem (MLE)	200
Chleb razowy (GLU)	90	Chleb jasny (GLU)	120	Chleb jasny (GLU)	120	Chleb razowy (GLU)	120	Chleb pszenny bez skórek (GLU)	120
Chleb jasny (GLU)	30	Masło (MLE)	10	Masło (MLE)	5	Masło (MLE)	10	Twarożek z rybą, masłem i warzywami (RYB, MLE)	200
Masło (MLE)	10	Twarożek z rybą (RYB, MLE)	90	Twarożek z rybą (RYB, MLE)	90	Twarożek z rybą (RYB, MLE)	90		
Ogórek	30	Pomidor	90	Pomidor	90	Pomidor	90		
Twarożek z rybą (RYB, MLE)	90	Sałata lodowa	20	Sałata lodowa	20	Sałata lodowa	20		
Szcypior	10								
Pomidor	40								
Sałata lodowa	20								
II ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE	
Pomarańcza	200	Pomarańcza	200	Pomarańcza	200	Pomarańcza	200	Banan	200
Wafle ryżowe	40	Wafle ryżowe	40	Wafle ryżowe	40	Pestki dyni	20		
OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD	
Zupa barszcz biały z ziemniakami (GLU, JAJ, MLE, SEL)	350	Zupa barszcz biały z ziemniakami (GLU, JAJ, MLE)	350	Zupa barszcz biały z ziemniakami (GLU, JAJ, MLE)	350	Zupa barszcz biały z ziemniakami (GLU, JAJ, MLE)	350	Zupa barszcz biały z ziemniakami (GLU, JAJ, MLE, SEL) z miks	350
Makaron (GLU)	220	Makaron pszenny (GLU)	220	Makaron pszenny (GLU)	220	Kasza jęczmienna pęczak (GLU)	220	Makaron pszenny (GLU)	220
Potrąwka drobiowa z warzywami	120	Potrąwka drobiowa z warzywami	200	Potrąwka drobiowa z warzywami	200	Potrąwka drobiowa z warzywami	200	Potrąwka drobiowa z warzywami zmiksowana na sos	200
Kapusta czerwona	120	Kompot	250	Kompot	250	Kompot bez cukru	250	Kompot	250
Kompot	250								
PODWIECZOREK		PODWIECZOREK		PODWIECZOREK		PODWIECZOREK		PODWIECZOREK	
Kefir (MLE)	150	Kefir (MLE)	150	Kefir light (MLE)	150	Kefir (MLE)	150	Kefir (MLE)	150
Owoce leśne (smoothie)	100	Owoce leśne (smoothie)	100	Owoce leśne (smoothie)	100	Owoc w całości	100	Owoce leśne (smoothie)	100
KOLACJA		KOLACJA		KOLACJA		KOLACJA		KOLACJA	
Herbata	250	Herbata	250	Herbata	250	Herbata	250	Herbata	250
Chleb graham (GLU)	120	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU)	120	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU)	120	Chleb razowy (GLU)	120	Chleb pszenny bez skórek (GLU)	120
Masło (MLE)	10	Masło (MLE)	10	Masło (MLE)	5	Masło (MLE)	10	Pasta z sopockiej z warzywami (GLU, MLE, SEL, GOR)	170
Pasta jajeczna (JAJ, MLE)	60	Sałata masłowa	20	Sałata masłowa	20	Sałata masłowa	20		
Sałata masłowa	10	Sopocka drobiowa (GLU, MLE, SEL, GOR)	90	Sopocka drobiowa (GLU, MLE, SEL, GOR)	90	Sopocka drobiowa (GLU, MLE, SEL, GOR)	90		
Ogórek	40	Pomidor	60	Pomidor	60	Pomidor	60		
Sopocka drobiowa (GLU, MLE, SEL, GOR)	60					Ogórek	40		
Kcal: 2186,05 B: 77,67 g T: 60,31 g W tym nasycone KT: 26,91 g W: 333,52 g W tym cukry: 102,14 g Błonnik: 48 g Sól: 6,88 g		Kcal: 2102,05 B: 72,67 g T: 55,31 g W tym nasycone KT: 22,91 g W: 333,52 g W tym cukry: 102,14 g Błonnik: 28,5 g Sól: 6,88 g		Kcal: 1984,15 B: 72,67 g T: 42,21 g W tym nasycone KT: 13,91 g W: 333,52 g W tym cukry: 102,14 g Błonnik: 28,5 g Sól: 6,88 g		Kcal: 2131,05 B: 72,67 g T: 58,31 g W tym nasycone KT: 22,91 g W: 320,52 g W tym cukry: 74 g Błonnik: 55,5 g Sól: 6,88 g		Kcal: 2102,05 B: 72,67 g T: 55,31 g W tym nasycone KT: 22,91 g W: 333,52 g W tym cukry: 104,14 g Błonnik: 23,5 g Sól: 6,88 g	