

DIETA PODSTAWOWA		DIETA ŁATWO STRAWNA		DIETA ŁATWO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU		DIETA ŁATWO STRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		DIETA O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI	
SNIADANIE	[g]	SNIADANIE	[g]	SNIADANIE	[g]	SNIADANIE	[g]	SNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z kaszą manną (GLU, MLE)	250	Zupa mleczna z kaszą manną (GLU, MLE)	250	Zupa mleczna z kaszą manną (GLU, MLE)	250	Zupa mleczna z płatkami gryczanymi (MLE)	250	Zupa mleczna z kaszą manną (GLU, MLE)	250
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 2% (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 skórki (GLU)	120
Chleb jasny (GLU)	30	Masło (MLE)	10	Masło (MLE)	5	Masło (MLE)	10	Pasta z szynką i warzywami (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)	160
Masło (MLE)	10	Szynka hetmańska (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)	60	Szynka hetmańska (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)	60	Szynka hetmańska (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)	60		
Szynka hetmańska (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)	60	Sałata lodowa	30	Sałata lodowa	30	Sałata lodowa	30		
Sałata lodowa	30	Pomidor	60	Pomidor	60	Pomidor	60		
Rzodkiewka	20					Rzodkiewka	20		
Ogórek zielony	50								
II SNIADANIE		II SNIADANIE		II SNIADANIE		II SNIADANIE		II SNIADANIE	
Mandarynka / truskawki	260	Mandarynka / truskawki	260	Mandarynka / truskawki	260	Mandarynka / truskawki	260	Banan	200
OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD	
Zupa koperkowa (GLU, MLE, SEL)	350	Zupa koperkowa (GLU, MLE, SEL)	350	Zupa koperkowa (GLU, MLE, SEL)	350	Zupa koperkowa (GLU, MLE, SEL)	350	Zupa koperkowa (GLU, MLE, SEL) zmiksowana	350
Ziemniaki	250	Ziemniaki	250	Ziemniaki	250	Kasza gryczana biała ugotowana	220	Puree z ziemniaków, kurczaka i fasolki gotowanej	400
Podudzie z kurczaka	90	Filet z piersi z kurczaka	90	Filet z piersi z kurczaka	90	Filet z piersi z kurczaka	90	Kompot	250
Fasolka szparagowa	80	Fasolka szparagowa	80	Fasolka szparagowa	80	Fasolka szparagowa	80		
Kompot	250	Kompot	250	Kompot	250	Kompot bez cukru	250		
PODWIECZOREK		PODWIECZOREK		PODWIECZOREK		PODWIECZOREK		PODWIECZOREK	
Jabłko	150	Wafle ryżowe	40	Wafle ryżowe	40	Kefir	250	Jogurt naturalny	180
Wafle ryżowe	10								
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 skórki (GLU)	120
Masło (MLE)	10	Masło (MLE)	10	Masło (MLE)	5	Masło (MLE)	10	Pasta z sałatki jarzynowej i jajka	150
Sałatka Jarzynowa bez jajka (MLE, SEL)	80	Sałatka Jarzynowa bez jajka (MLE, SEL)	80	Sałatka Jarzynowa bez jajka (MLE, SEL)	100	Sałatka Jarzynowa bez jajka (MLE, SEL)	80		
Jajko gotowane (JAJ)	60	Jajko gotowane (JAJ)	60	Sałata masłowa	20	Jajko gotowane (JAJ)	60		
Sałata masłowa	20	Sałata masłowa	20			Sałata masłowa	20		
Kcal: 2085,69 B: 70,17 g T: 58,25 g W tym nasycone KT: 29,12 g W: 300,55 g W tym cukry: 80,82 g Błonnik: 39,28 g Sól: 4,17		Kcal: 2035,63 B: 70,17 g T: 55,25 g W tym nasycone KT: 27,12 g W: 290,55 g W tym cukry: 75,82 g Błonnik: 38,28 g Sól: 4,17		Kcal: 1909,63 B: 70,17 g T: 41,25 g W tym nasycone KT: 19,12 g W: 290,55 g W tym cukry: 75,82 g Błonnik: 38,28 g Sól: 4,17		Kcal: 2029,63 B: 75,17 g T: 58,25 g W tym nasycone KT: 27,12 g W: 285,55 g W tym cukry: 60,82 g Błonnik: 45,28 g Sól: 4,17		Kcal: 2003,63 B: 72,17 g T: 55,25 g W tym nasycone KT: 27,12 g W: 285,55 g W tym cukry: 75,82 g Błonnik: 28,28 g Sól: 4,17	