

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. owsianymi górskimi (GLU, MLE)	200	Zupa mleczna z pł. Ryżowymi (MLE)	200
Kawa zbożowa (GLU, MLE)	250	Kawa zbożowa (GLU, MLE)	250	Kawa zbożowa (GLU, MLE)	250	Kawa zbożowa (GLU, MLE)	250	Kawa zbożowa (GLU, MLE)	250
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)	160
Masło (MLE)	10	Twarożek z rybą (RYB, MLE)	90	Twarożek z rybą (RYB, MLE)	90	Twarożek z rybą (RYB, MLE)	90		
Twarożek z rybą (RYB, MLE)	90	Pomidor	40	Pomidor	40	Pomidor	40		
Szczypior	10	Sałata lodowa	40	Sałata lodowa	40	Sałata lodowa	40		
Pomidor	40					Szczypior	10		
Papryka	20					Papryka	40		
Sałata lodowa	20								
II SNIADANIE		II SNIADANIE		II SNIADANIE		II SNIADANIE		II SNIADANIE	
Baton zbożowy (GLU, ORZ)	40	Banan	200	Banan	200	Orzechy włoskie	30	Banan	200
Banan	100								
OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD	
Zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL)	300	Zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL)	300	Zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL)	300	Zupa szpinakowa (MLE, SEL)	200	Zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL) zmiks	300
Kasza gryczana	220	Kasza jaglana	220	Kasza jaglana	220	Kasza gryczana biała	220	Kasza jaglana miksowana z burakami	340
Gulasz drobiowy z warzywami (GLU)	120	Gulasz drobiowy z warzywami (GLU)	120	Gulasz drobiowy z warzywami (GLU)	120	Gulasz drobiowy z warzywami (GLU)	120	Gulasz drobiowy z warzywami (GLU) delikatny	120
Kapusta czerwona	120	Gotowane buraki	120	Gotowane buraki	120	Gotowane buraki	120	Kompot	250
Kompot	250	Kompot	250	Kompot	250	Kompot bez cukru	250		
PODWIECZOREK		PODWIECZOREK		PODWIECZOREK		PODWIECZOREK		PODWIECZOREK	
Budyń/Galaretka/Kisiel (GLU, MLE / - / -)	100	Budyń/Galaretka/Kisiel (GLU, MLE / - / -)	100	Budyń/Galaretka/Kisiel (GLU, MLE / - / -)	100	Budyń (GLU, MLE)	100	Budyń/Galaretka/Kisiel (GLU, MLE / - / -)	150
Mandarynka	65	Mandarynka	65	Mandarynka	65				
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 jajka i warzyw	120
Sałatka grecka (MLE)	220	Sałatka grecka (MLE) bez ogórka i cebuli	200	Sałatka grecka (MLE) bez ogórka i cebuli	200	Sałatka grecka (MLE) bez ogórka i cebuli	200		
Jajko gotowane (JAJ)	60	Jajko gotowane (JAJ)	60	Jajko gotowane (JAJ) - samo białko	40	Jajko gotowane (JAJ)	60		
Kcal: 2164,97 B: 61,22 g T: 62,49 g W tym nasycone KT: 26,84 g W: 339,42 g W tym cukry: 96,68 g Błonnik: 51,66 g Sól: 7,03		Kcal: 2162,47 B: 61,22 g T: 59,99 g W tym nasycone KT: 26,84 g W: 344,42 g W tym cukry: 95,68 g Błonnik: 48,63 g Sól: 7,03		Kcal: 2041,69 B: 61,22 g T: 46,57 g W tym nasycone KT: 26,84 g W: 344,42 g W tym cukry: 95,68 g Błonnik: 38,63 g Sól: 7,03		Kcal: 2085,47 B: 70,22 g T: 64,99 g W tym nasycone KT: 26,84 g W: 304,42 g W tym cukry: 78,68 g Błonnik: 49,93 g Sól: 7,03		Kcal: 2148,47 B: 65,42 g T: 59,99 g W tym nasycone KT: 26,84 g W: 344,42 g W tym cukry: 95,68 g Błonnik: 33,53 g Sól: 7,03	