

NIEDZIELA 06.07.

	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa	Dieta kobiety ciężarnej i matki karmiącej
śniadanie	Kasza manna ¹ na mleku ⁷ 250ml Chleb mieszany pszenno-żytni ¹ 100g Masło extra 82% ⁷ 15g Pasta rybna 50g Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Jogurt naturalny ⁷ 100g Chleb graham ¹ 100g Masło extra 82% ⁷ 15g Pasta rybna 50g Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	Kasza manna ¹ na mleku ⁷ 250ml Bułka pszenna długa krojona ¹ 100g Masło extra 82% ⁷ 15g Pasta rybna 50g Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Kasza manna ¹ na mleku ⁷ 250ml Bułka pszenna długa krojona ¹ 100g Masło extra 82% ⁷ 10g Pasta rybna 50g Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Kasza manna ¹ na mleku ⁷ 250ml Bułka pszenna długa krojona ¹ 100g Masło extra 82% ⁷ 15g Pasta rybna 80g Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Kasza manna ¹ na mleku ⁷ 250ml Chleb mieszany pszenno-żytni ¹ 100g Masło extra 82% ⁷ 15g Pasta rybna 50g Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml
II śniadanie	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko gotowane 1 szt.	Jabłko gotowane 1 szt.	Jabłko gotowane 1 szt.	Jabłko 1 szt.
obiad	Rosół z makaronem ^{1,7,9} 400ml Bitki ze schabu w sosie własnym (150g), ziemniaki (200g), buraczki (130g) Kompot owocowy z/c 250ml	Rosół z makaronem razowym ^{1,7,9} 400ml Bitki ze schabu w sosie własnym (150g), ziemniaki (200g), buraczki (130g) Kompot owocowy b/c 250ml	Rosół z makaronem ^{1,7,9} 400ml Bitki ze schabu w sosie własnym (150g), ziemniaki (200g), buraczki (130g) Kompot owocowy z/c 250ml	Rosół z makaronem ^{1,7,9} 400ml Bitki ze schabu w sosie własnym (150g), ziemniaki (200g), buraczki (130g) Kompot owocowy z/c 250ml	Rosół z makaronem ^{1,7,9} 400ml Bitki ze schabu w sosie własnym (225g), ziemniaki (200g), buraczki (130g) Kompot owocowy z/c 250ml	Rosół z makaronem ^{1,7,9} 400ml Bitki ze schabu w sosie własnym (150g), ziemniaki (200g), buraczki (130g) Kompot owocowy z/c 250ml Jabłko 1 szt.
kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni ¹ 100g Masło extra 82% ⁷ 15g Szynka drobiowa 40g Rzodkiewka 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb graham ¹ 100g Masło extra 82% ⁷ 15g Szynka drobiowa 40g Rzodkiewka 50g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	Bułka pszenna długa krojona ¹ 100g Masło extra 82% ⁷ 15g Szynka drobiowa 40g Sałata 10g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Bułka pszenna długa krojona ¹ 100g Masło extra 82% ⁷ 10g Szynka drobiowa 40g Sałata 10g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Bułka pszenna długa krojona ¹ 100g Masło extra 82% ⁷ 15g Szynka drobiowa 80g Sałata 10g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni ¹ 100g Masło extra 82% ⁷ 15g Szynka drobiowa 40g Rzodkiewka 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml
Przekąska nocna	Galaretka 150g	Galaretka b/c 150g	Galaretka 150g	Galaretka 150g	Galaretka 150g	Galaretka 150g Jogurt naturalny 200g
Energia (kcal)	2148.3	1646.8	2017.8	1944.3	2160.0	2226.2
Białko (g)	92.3	84.0	89.8	89.8	113.3	97.0
Tłuszcze (g)	67.2	57.8	61.0	52.7	65.6	64.7
Nasycone tł.(g)	25.3	23.3	24.7	19.3	26.4	26.2
Węglowod. (g)	299.9	211.7	294.4	294.4	296.0	321.1
Cukry (g)	54.9	43.6	50.8	50.8	50.8	67.9
Bł. pokarm. (g)	25.6	28.3	20.6	20.6	20.6	28.0
Sól (g)	8.3	8.0	6.9	6.9	7.5	7.5