



Sobota 11-04-2026

Dieta: 01 Podstawowa Fizjo. 1000

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 40g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Sos jarzynowy - m 70g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Ser Żółty 40g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 01 Podstawowa Fizjo. 1000:

Wartość energetyczna 1 457,5685 kcal

Białko 68,2809 g

w tym białko zwierzęce 35,1860 g

Tłuszcz 57,6702 g

Węglowodany 172,6697 g

Cukry proste 46,7940 g

Błonnik pokarmowy 17,9050 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 35,7560 g

Sód 2 401,03268 mg

Dieta: 02 Podstawowa Fizjo. 1400

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Rukola 10g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Zupa koperkowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Bitki ze schabu 80g *(1), Sałatka z buraków z musztardą - d 150g *(10), Kasza gotowana - m 100g *(1), Kompot z mieszanki owocowej - m 150g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 30g *(1), Chleb 20g *(1, 6), Masło Extra 15g *(7), Ser Żółty 40g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 02 Podstawowa Fizjo. 1400:

Wartość energetyczna 1 882,0483 kcal

Białko 89,6077 g

w tym białko zwierzęce 49,1861 g

Tłuszcz 79,1487 g

Węglowodany 211,0647 g

Cukry proste 48,1740 g

Błonnik pokarmowy 19,9000 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 35,6705 g

Sód 2 037,25554 mg

Dieta: 03 Podstawowa Fizjo. 1600

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Rukola 10g, Twaróg Grani 50g *(7)

Obiad

Zupa koperkowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Bitki ze schabu 80g *(1), Sałatka z buraków z musztardą - d 150g *(10), Kasza gotowana - m 100g *(1), Kompot z mieszanki owocowej - m 150g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Ser Żółty 30g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Szynea Z Piersi Indyka Bgl 30g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 03 Podstawowa Fizjo. 1600:

Wartość energetyczna 1 925,0483 kcal

Białko 98,0077 g

w tym białko zwierzęce 46,6861 g

Tłuszcz 79,5587 g

Węglowodany 212,3046 g

Cukry proste 48,4140 g

Błonnik pokarmowy 19,9000 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 34,1505 g

Sód 2 393,46554 mg

Dieta: 04 Podstawowa Fizjo. 1800

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka

Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Rukola 10g, Kakao 250g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Twaróg Grani 50g *(7)

Obiad

Zupa koperkowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Bitki ze schabu 80g *(1), Sałatka z buraków z musztardą - d 150g *(10), Kasza gotowana - m 100g *(1), Kompot z mieszanki owocowej - m 150g

Podwieczorek

Owoc, Wafle Kukurydziane 20g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 30g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 30g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 04 Podstawowa Fizjo. 1800:

Wartość energetyczna 2 156,3983 kcal
Białko 106,6387 g
w tym białko zwierzęce 55,1861 g
Tłuszcz 93,0677 g
Węglowodany 231,3716 g
Cukry proste 65,2740 g
Błonnik pokarmowy 19,9000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 43,9005 g
Sód 2 506,91554 mg

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Połędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Twaróg Grani 50g *(7), Rukola 10g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7)

Obiad

Zupa koperkowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Bitki ze schabu - d 100g *(1), Sałatka z buraków z musztardą - d 150g *(10), Kasza gotowana 150g *(1), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 30g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 401,6770 kcal
Białko 109,8865 g

w tym białko zwierzęce 53,5610 g
Tłuszcz 99,7496 g
Węglowodany 272,8055 g
Cukry proste 67,9070 g
Błonnik pokarmowy 23,6680 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 47,9749 g
Sód 2 768,83384 mg

Dieta: 06 Podstawowa Fizjo. 2600

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Kakao 250g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Twaróg Grani 80g *(7), Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Bitki ze schabu - d 100g *(1), Sałatka z buraków z musztardą - d 150g *(10), Kasza gotowana 150g *(1), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 06 Podstawowa Fizjo. 2600:

Wartość energetyczna 2 877,7130 kcal
Białko 125,7870 g
w tym białko zwierzęce 57,0300 g
Tłuszcz 121,9322 g
Węglowodany 325,8335 g
Cukry proste 73,6580 g
Błonnik pokarmowy 27,7780 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 62,3454 g
Sód 3 711,19768 mg

Dieta: 07 Podstawowa Fizjo. 2900

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Kakao 250g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 25g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Twaróg Grani 80g *(7), Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Bitki ze schabu - d 100g *(1), Sałatka z buraków z musztardą - d 150g *(10), Kasza gotowana 150g *(1), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 100g *(1), Masło Extra 25g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 07 Podstawowa Fizjo. 2900:

Wartość energetyczna 2 946,3130 kcal
Białko 134,5970 g
w tym białko zwierzęce 57,0300 g
Tłuszcz 114,8622 g
Węglowodany 349,1935 g
Cukry proste 74,8480 g
Błonnik pokarmowy 30,3780 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 56,3954 g
Sód 4 154,29768 mg

Dieta: 09 Lekkostrawna 1400

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Rukola 10g

Obiad

Filet drobiowy got. 60g, Sos jarzynowy - m 70g *(1, 7, 9), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g, Zupa koperkowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc - diety 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszeny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 09 Lekkostrawna 1400:

Wartość energetyczna 1 652,5775 kcal
Białko 75,2009 g
w tym białko zwierzęce 26,8860 g
Tłuszcz 59,2302 g
Węglowodany 209,8593 g
Cukry proste 39,7440 g
Błonnik pokarmowy 18,8650 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 36,2110 g
Sód 83 931,49268 mg

Dieta: 10 Lekkostrawna 1800

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g,

Rukola 10g

Obiad

Filet drobiowy got. - d 80g, Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g, Zupa koperkowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc - diety 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 10 Lekkostrawna 1800:

Wartość energetyczna 1 951,2985 kcal
Białko 89,9699 g
w tym białko zwierzęce 35,6110 g
Tłuszcz 65,2072 g
Węglowodany 257,9248 g
Cukry proste 40,9990 g
Błonnik pokarmowy 24,1800 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 37,9275 g
Sód 3 148,00768 mg

Dieta: 11 Lekkostrawna 2300

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 20g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 25g *(7), Połędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 80g, Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc - diety 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 25g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 11 Lekkostrawna 2300:

Wartość energetyczna 2 250,0345 kcal
Białko 107,0704 g
w tym białko zwierzęce 39,0800 g
Tłuszcz 78,2098 g

Węglowodany 286,3728 g
Cukry proste 47,6200 g
Błonnik pokarmowy 26,1600 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 46,2800 g
Sód 3 978,03152 mg

Dieta: 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos jarzynowy - m 70g *(1, 7, 9), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g

Podwieczerek

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400:

Wartość energetyczna 1 747,1790 kcal
Białko 78,9459 g
w tym białko zwierzęce 31,9560 g
Tłuszcz 70,7652 g
Węglowodany 202,7093 g
Cukry proste 41,1190 g
Błonnik pokarmowy 15,3650 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 37,9760 g
Sód 84 536,11268 mg

Dieta: 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos jarzynowy - m 70g *(1, 7, 9), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g

Podwieczerek

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 25g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800:

Wartość energetyczna 1 978,3290 kcal
Białko 88,1459 g
w tym białko zwierzęce 37,5360 g
Tłuszcz 79,1552 g
Węglowodany 231,7793 g
Cukry proste 42,2240 g
Błonnik pokarmowy 17,5650 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 41,1260 g
Sód 84 748,66268 mg

Dieta: 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 25g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 25g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300:

Wartość energetyczna 2 442,3360 kcal
Białko 110,3054 g
w tym białko zwierzęce 41,1300 g
Tłuszcz 92,7148 g
Węglowodany 296,9228 g
Cukry proste 49,2750 g
Błonnik pokarmowy 22,9300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 48,1350 g
Sód 4 733,93152 mg

Dieta: 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna

B/MI 15g, Połędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 80g, Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc - diety 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu:

Wartość energetyczna 1 947,4345 kcal

Białko 94,5054 g

w tym białko zwierzęce 39,0800 g

Tłuszcz 56,1198 g

Węglowodany 274,0078 g

Cukry proste 46,4100 g

Błonnik pokarmowy 25,2800 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 22,3400 g

Sód 3 405,45152 mg

Dieta: 20 Beztłuszczowa

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 50g *(1), Dżem Owoc. 50g, Pomidory Szklarniowe 40g, Rukola 10g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 80g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 30g *(10)

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 20 Beztłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 533,2245 kcal

Białko 77,2804 g

w tym białko zwierzęce 37,5000 g

Tłuszcz 17,6138 g

Węglowodany 271,5878 g
Cukry proste 46,7600 g
Błonnik pokarmowy 20,1300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 6,9420 g
Sód 2 466,93768 mg

Dieta: 21 bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Pomidory Szklarniowe 40g, Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 80g, Sos jarzynowy b/gł b/ml 150g *(9), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc - diety 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Sałata Szklarniowa 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 21 bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 615,7255 kcal
Białko 76,3454 g
w tym białko zwierzęce 39,6000 g
Tłuszcz 36,3038 g
Węglowodany 253,3778 g
Cukry proste 22,5800 g
Błonnik pokarmowy 26,7800 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 8,7380 g
Sód 3 441,93768 mg

Dieta: 22 Wegetariańska

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Kakao 250g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 200g *(7), Pomidory Szklarniowe 100g, Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kompot z mieszanki owocowej 250g, Kaszotto z warzywami 350g *(1, 9)

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 22 Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 623,8430 kcal
Białko 101,1100 g
w tym białko zwierzęce 37,2300 g
Tłuszcz 107,7022 g
Węglowodany 320,1278 g
Cukry proste 72,7150 g
Błonnik pokarmowy 29,0950 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 55,4415 g
Sód 3 282,09768 mg

Dieta: 25 Niskobiałkowa

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Pku Krojony B/GI 50g *(6), Masło Extra 15g *(7),
Pomidory Szklarniowe 100g, Dżem Owoc. 50g, Rukola 10g

Obiad

Zupa niskobiałkowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Marchew gotowana 100g,
Kompot z mieszanki owocowej 250g, Makaron b/gI pku gotowany 150g,
Buraki gotowane 100g

Podwieczorek

Owoc - diety 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Pku Krojony B/GI 50g *(6), Masło Extra 15g *(7),
Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Ogórek Kwaszony 100g,
Rukola 10g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka

Wartości odżywcze diety 25 Niskobiałkowa:

Wartość energetyczna 1 459,5630 kcal
Białko 12,5624 g
Tłuszcz 32,4898 g
Węglowodany 281,6268 g
Cukry proste 28,4100 g
Błonnik pokarmowy 18,6400 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 19,5670 g
Sód 1 600,94768 mg

Dieta: 26 Niskokaloryczna

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Rama - Margaryna
Roślinna B/MI 10g, Połędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Pomidory
Szklarniowe 80g, Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Sos
jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z

koperkiem - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc - diety 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 26 Niskokaloryczna:

Wartość energetyczna 1 901,5345 kcal

Białko 98,3454 g

w tym białko zwierzęce 30,4800 g

Tłuszcz 48,8798 g

Węglowodany 274,7478 g

Cukry proste 45,8300 g

Błonnik pokarmowy 28,2800 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 20,7400 g

Sód 3 989,78152 mg

Dieta: 27 Płynna

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7)

Obiad

Kompot z mieszanki owocowej 250g, Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Kisiel 200g

Kolacja

Herbata 2g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

DRUGA KOLACJA

Kisiel 200g

Wartości odżywcze diety 27 Płynna:

Wartość energetyczna 800,9420 kcal

Białko 29,2150 g

w tym białko zwierzęce 25,7300 g

Tłuszcz 18,8372 g

Węglowodany 131,8270 g

Cukry proste 83,7000 g

Błonnik pokarmowy 3,8400 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 13,2910 g

Sód 776,26768 mg

Dieta: 29 Wysokobiałkowa Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Kakao 250g *(7),

Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 80g, Twaróg Grani 100g *(7), Rukola 10g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Bitki ze schabu - d 100g *(1), Sałatka z buraków z musztardą - d 150g *(10), Kasza gotowana 150g *(1), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Twarożek Smakowy Ovocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 29 Wysokobiałkowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 754,7130 kcal

Białko 151,3370 g

w tym białko zwierzęce 64,5300 g

Tłuszcz 173,7822 g

Węglowodany 398,6938 g

Cukry proste 76,7880 g

Błonnik pokarmowy 31,4680 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 85,9654 g

Sód 4 160,81768 mg

Dieta: 30 Gastroenterologia

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Szyunka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Rukola 10g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 50g *(7)

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 80g, Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Owoc - diety, Wafle Kukurydziane 20g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Sałata

Szklarniowa 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy *(7)

Wartości odżywcze diety 30 Gastroenterologia:

Wartość energetyczna 2 374,9345 kcal
Białko 109,6604 g
w tym białko zwierzęce 54,2800 g
Tłuszcz 94,1498 g
Węglowodany 278,3328 g
Cukry proste 47,3100 g
Błonnik pokarmowy 25,4000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 52,2250 g
Sód 3 976,92152 mg

Dieta: 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Kakao b/c 250g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 80g, Rukola 10g

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Rukola 10g, Kiwi

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 80g, Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Buraki got. b/c 150g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g

Podwieczorek

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7)

Kolacja

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Papryka Świeża Zielona 50g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Grani 100g *(7), Ogórek Długi 50g, Jabłka 200g

Wartości odżywcze diety 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna:

Wartość energetyczna 3 042,8355 kcal
Białko 139,2464 g
w tym białko zwierzęce 70,4300 g
Tłuszcz 99,8438 g
Węglowodany 407,2098 g
Cukry proste 36,6800 g
Błonnik pokarmowy 39,3100 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 59,1220 g
Sód 5 763,89152 mg

Dieta: 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Kakao b/c 250g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 80g, Rukola 10g

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Rukola 10g, Kiwi

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Bitki ze schabu - d 100g *(1), Buraki got. b/c 150g, Kasza gotowana 150g *(1), Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g

Podwieczorek

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7)

Kolacja

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Papryka Świeża Zielona 50g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Ogórek Długi 50g, Twaróg Grani 100g *(7), Jabłka 200g

Wartości odżywcze diety 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 3 053,2650 kcal

Białko 133,7004 g

w tym białko zwierzęce 67,3800 g

Tłuszcz 111,3678 g

Węglowodany 386,9798 g

Cukry proste 37,4380 g

Błonnik pokarmowy 34,7780 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 56,7404 g

Sód 5 315,35768 mg

Dieta: 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 140g *(1), Kakao b/c 250g *(7), Masło Extra 20g *(7), Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 80g, Rukola 10g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7)

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 80g, Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Buraki got. b/c 150g, Ziemniaki gotowane z

koperkiem - 300g 300g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g

Podwieczorek

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g, Rukola 10g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Grani 100g *(7)

Wartości odżywcze diety 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 3 231,8355 kcal

Białko 150,4464 g

w tym białko zwierzęce 95,5300 g

Tłuszcz 121,5538 g

Węglowodany 390,6106 g

Cukry proste 39,7700 g

Błonnik pokarmowy 33,6400 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 74,5320 g

Sód 5 518,13152 mg

Dieta: 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Herbata 2g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g, Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Rukola 10g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Rukola 10g, Kiwi

Obiad

Filet drobiowy got. - d 80g, Sos jarzynowy b/gł b/ml 150g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Buraki got. b/c 150g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g, Zupa koperkowa B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Papryka Świeża Zielona 50g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Grani 100g *(7), Ogórek Długi 50g, Jabłka 200g

Wartości odżywcze diety 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 619,0965 kcal
Białko 113,6104 g
w tym białko zwierzęce 66,5500 g
Tłuszcz 92,7468 g
Węglowodany 346,2858 g
Cukry proste 25,9200 g
Błonnik pokarmowy 24,7400 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 52,2200 g
Sód 4 209,42768 mg

Dieta: 35 Bezglutenowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 80g, Sos jarzynowy b/gl b/ml 150g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc - diety 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 35 Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 1 816,9855 kcal
Białko 82,7654 g
w tym białko zwierzęce 48,1000 g
Tłuszcz 59,5978 g
Węglowodany 247,7718 g
Cukry proste 43,2700 g
Błonnik pokarmowy 19,2300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,9880 g
Sód 2 995,98768 mg

Dieta: 36 Bezglutenowa Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Pomidory Szklarniowe 40g, Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 80g, Sos jarzynowy b/gl b/ml 150g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc - diety 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Sałata Szklarniowa 20g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 50g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 36 Bezglutenowa Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 451,9855 kcal
Białko 65,7554 g
w tym białko zwierzęce 39,6000 g
Tłuszcz 36,1478 g
Węglowodany 225,6618 g
Cukry proste 19,7800 g
Błonnik pokarmowy 21,2300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 8,2880 g
Sód 2 821,83768 mg

Dieta: 38 Onkologiczna Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 50g *(1), Kakao 250g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g, Twaróg Grani 100g *(7), Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Bitki ze schabu - d 100g *(1), Sałatka z buraków z musztardą - d 150g *(10), Kasza gotowana 150g *(1), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Rukola 10g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 38 Onkologiczna Podstawowa:

Wartość energetyczna 2 605,6140 kcal
Białko 121,5220 g
w tym białko zwierzęce 70,7800 g
Tłuszcz 100,8172 g
Węglowodany 307,4535 g
Cukry proste 50,6330 g
Błonnik pokarmowy 23,2480 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 45,9704 g
Sód 4 096,93768 mg

Dieta: 39 Onkologiczna Lekkostrawna

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 50g *(1), Kakao 250g *(7), Masło Extra 20g *(7), Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g, Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 80g, Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g, Rukola 10g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 39 Onkologiczna Lekkostrawna:

Wartość energetyczna 2 145,9855 kcal

Białko 109,0764 g

w tym białko zwierzęce 67,0300 g

Tłuszcz 67,4338 g

Węglowodany 281,4298 g

Cukry proste 53,3650 g

Błonnik pokarmowy 23,3700 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 39,6150 g

Sód 4 439,60152 mg

Dieta: 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka 50g *(1), Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Masło Extra 10g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 80g, Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g, Masło Extra 10g *(7), Rukola 10g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu:

Wartość energetyczna 1 790,1355 kcal
Białko 97,2054 g
w tym białko zwierzęce 55,1300 g
Tłuszcz 43,7248 g
Węglowodany 257,3228 g
Cukry proste 31,6950 g
Błonnik pokarmowy 23,3700 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 22,3650 g
Sód 4 280,25152 mg

Dieta: 41 Onkologiczna Mielona

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g, Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g, Rukola 10g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 41 Onkologiczna Mielona:

Wartość energetyczna 2 085,5360 kcal
Białko 97,9354 g
w tym białko zwierzęce 56,3300 g
Tłuszcz 74,4548 g
Węglowodany 262,2028 g
Cukry proste 36,9650 g
Błonnik pokarmowy 24,4200 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 35,8650 g
Sód 4 496,64152 mg

Dieta: 42 Onkologiczna Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Pomidory Szklarniowe 50g, Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 80g, Sos jarzynowy b/gl b/ml 150g *(9), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Ryż na napoju roślinnym z jabłkiem prażonym 200g *(6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Pomidory Szklarniowe 50g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Rukola 10g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 42 Onkologiczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 680,1765 kcal

Białko 91,5154 g

w tym białko zwierzęce 45,3000 g

Tłuszcz 38,9588 g

Węglowodany 243,7628 g

Cukry proste 17,7700 g

Błonnik pokarmowy 22,8700 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 8,8380 g

Sód 4 326,63768 mg

Dieta: 43 Onkologiczna Beztłuszczowa

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 50g *(1), Dżem B/C 50g, Pomidory Szklarniowe 50g, Rukola 10g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Sos jarzynowy b/gl b/ml 150g *(9)

Podwieczorek

Ryż na napoju roślinnym z jabłkiem prażonym 200g *(6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 80g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 30g *(10), Pomidory Szklarniowe 50g, Rukola 10g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 43 Onkologiczna Beztłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 386,6955 kcal

Białko 74,9194 g

w tym białko zwierzęce 37,5000 g

Tłuszcz 12,0988 g

Węglowodany 252,3978 g

Cukry proste 31,9100 g

Błonnik pokarmowy 22,6400 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 1,2520 g

Sód 2 997,52652 mg

Dieta: 44 Onkologiczna Wegetariańska

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 100g, Twaróg Grani 200g *(7), Bułka 100g *(1), Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kaszotto z warzywami 350g *(1, 9), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 100g, Rukola 10g

DRUGA KOLACJA

Chrupki 80g 80g

Wartości odżywcze diety 44 Onkologiczna Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 592,8940 kcal
Białko 93,2440 g
w tym białko zwierzęce 32,9800 g
Tłuszcz 97,9982 g
Węglowodany 340,1008 g
Cukry proste 28,4500 g
Błonnik pokarmowy 21,9950 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 47,5765 g
Sód 3 516,02768 mg

Dieta: 45 Onkologiczna Bezglutenowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 80g, Sos jarzynowy b/gl b/ml 150g *(9), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Rukola 10g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 45 Onkologiczna Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 1 741,1865 kcal
Białko 88,7604 g
w tym białko zwierzęce 58,0500 g
Tłuszcz 53,2528 g

Węglowodany 234,7818 g
Cukry proste 33,0350 g
Błonnik pokarmowy 17,3200 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 30,8130 g
Sód 3 878,88768 mg

Dieta: 46 Anoreksja Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Kakao 250g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g, Twaróg Grani 100g *(7), Rukola 10g, Połędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6)

DRUGIE ŚNIADANIE

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7), Biszkopty 30g *(1, 3), Kiwi

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Bitki ze schabu - d 100g *(1), Sałatka z buraków z musztardą - d 150g *(10), Kasza gotowana 150g *(1), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 30g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 46 Anoreksja Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 689,7140 kcal
Białko 154,6420 g
w tym białko zwierzęce 68,7800 g
Tłuszcz 154,4472 g
Węglowodany 428,0838 g
Cukry proste 81,4430 g
Błonnik pokarmowy 31,7580 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 81,8404 g
Sód 4 903,64768 mg

Dieta: 48 Anoreksja Lekka

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 100g *(1), Kakao 250g *(7), Masło Extra 30g *(7), Połędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Rukola 10g

DRUGIE ŚNIADANIE

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7), Biszkopty 50g *(1, 3)

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 80g, Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z

koperkiem - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc - diety 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7),
Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 100g *
(7), Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 48 Anoreksja Lekka:

Wartość energetyczna 3 348,7855 kcal

Białko 143,3064 g

w tym białko zwierzęce 51,8300 g

Tłuszcz 121,7638 g

Węglowodany 426,0798 g

Cukry proste 71,9550 g

Błonnik pokarmowy 29,0000 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 70,2000 g

Sód 5 158,69152 mg

Dieta: 49 Anoreksja wegetariańska

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Kakao 250g *(7),
Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g, Twaróg
Grani 200g *(7), Rukola 10g

DRUGIE ŚNIADANIE

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7), Kiwi, Biskopki 30g *(1, 3)

Obiad

Zupa koperkowa wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kaszotto z warzywami
350g *(1, 9), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Ser Żółty 80g *(7),
Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Dżem Owoc. 50g, Twarożek
Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 49 Anoreksja wegetariańska:

Wartość energetyczna 3 551,3440 kcal

Białko 114,5550 g

w tym białko zwierzęce 41,4800 g

Tłuszcz 147,2872 g

Węglowodany 450,7078 g

Cukry proste 80,4800 g
Błonnik pokarmowy 32,3550 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 81,6265 g
Sód 3 967,52768 mg

Dieta: 50 Mukowiscydozowa Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Kakao 250g *(7),
Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Połędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6),
Pomidory Szklarniowe 80g, Twaróg Grani 100g *(7), Rukola 10g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Bitki ze schabu - d 100g *(1),
Sałatka z buraków z musztardą - d 150g *(10), Kasza gotowana 150g *(1),
Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra
20g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g,
Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 50 Mukowiscydozowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 624,7130 kcal
Białko 150,0970 g
w tym białko zwierzęce 64,5300 g
Tłuszcz 163,0322 g
Węglowodany 392,4038 g
Cukry proste 74,7280 g
Błonnik pokarmowy 31,3180 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 79,8154 g
Sód 4 462,01768 mg

Dieta: 55 Biorcy Szpiku

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10),
Masło Bez Laktozy 20g *(7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7),
Dżem B/C 60g

Obiad

Sos jarzynowy b/gl b/ml 150g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g
200g, Buraki got. b/c 150g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g, Zupa
koperkowa B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g

Podwieczorek

Ryż na napoju roślinnym z jabłkiem prażonym 200g *(6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 80g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 80g *(10)

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 55 Biorcy Szpiku:

Wartość energetyczna 1 967,3765 kcal

Białko 82,1954 g

w tym białko zwierzęce 31,0000 g

Tłuszcz 64,8188 g

Węglowodany 270,7328 g

Cukry proste 13,8000 g

Błonnik pokarmowy 23,3300 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 34,2040 g

Sód 4 234,93768 mg

Dieta: 56 Mielona Roczna

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 30g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos jarzynowy - m 70g *(1, 7, 9), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g

Podwieczorek

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 56 Mielona Roczna:

Wartość energetyczna 1 421,8700 kcal

Białko 66,4759 g

w tym białko zwierzęce 26,8560 g

Tłuszcz 57,8952 g

Węglowodany 163,0193 g

Cukry proste 33,1190 g

Błonnik pokarmowy 12,8550 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 29,6010 g

Sód 3 163,95268 mg

Dieta: 57 Roczna Bezmleczna

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Pomidory Szklarniowe 40g, Polędwica Z Kurczaka Prasowana 30g *(6), Rukola 10g

Obiad

Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos jarzynowy b/gł b/ml 50g *(9), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g, Zupa koperkowa B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Ryż na napoju roślinnym z jabłkiem prażonym 200g *(6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 30g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 57 Roczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 202,8470 kcal

Białko 55,5014 g

w tym białko zwierzęce 22,3200 g

Tłuszcz 37,3668 g

Węglowodany 164,5523 g

Cukry proste 14,9900 g

Błonnik pokarmowy 17,6700 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 6,4250 g

Sód 3 249,38268 mg

Dieta: 58 Dieta bezlaktozowa

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Mleko Bez Laktozy 250g *(7), Płatki Kukurydziane 30g *(1), Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Bitki ze schabu - d 100g *(1), Sałatka z buraków z musztardą - d 150g *(10), Kasza gotowana 150g *(1), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc - diety 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Ser Żółty Bez Laktozy 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 58 Dieta bezlaktozowa:

Wartość energetyczna 2 488,7540 kcal
Białko 104,0860 g
w tym białko zwierzęce 27,3000 g
Tłuszcz 95,5972 g
Węglowodany 310,2560 g
Cukry proste 33,9380 g
Błonnik pokarmowy 28,1680 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 42,5144 g
Sód 3 165,16884 mg

Dieta: 59 Roczna Mieszana Obiad

Obiad

Zupa koperkowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos jarzynowy - m 70g *(1, 7, 9), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g

Wartości odżywcze diety 59 Roczna Mieszana Obiad:

Wartość energetyczna 549,1690 kcal
Białko 31,3209 g
w tym białko zwierzęce 22,6060 g
Tłuszcz 17,7202 g
Węglowodany 70,9093 g
Cukry proste 5,5040 g
Błonnik pokarmowy 9,0850 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 3,0260 g
Sód 1 746,71268 mg

Dieta: 60 Bogatoresztkowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Kakao 250g *(7), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 80g, Twaróg Grani 100g *(7), Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Bitki ze schabu - d 100g *(1), Sałatka z buraków z musztardą - d 150g *(10), Kasza gotowana 150g *(1), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Wafle Kukurydziane 20g, Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 60 Bogatoresztkowa:

Wartość energetyczna 2 736,2130 kcal
Białko 125,4070 g
w tym białko zwierzęce 64,5300 g
Tłuszcz 113,0622 g
Węglowodany 310,8938 g
Cukry proste 74,3180 g
Błonnik pokarmowy 28,1180 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 55,0454 g
Sód 3 257,05768 mg

Dieta: 61 Papkowata

Śniadanie

miks - śniadanie 400g *(7)

Obiad

miks - obiad 400g *(7)

Podwieczorek

Kisiel 200g

Kolacja

miks - kolacja 400g *(7)

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 61 Papkowata:

Wartość energetyczna 1 297,6000 kcal
Białko 71,3800 g
w tym białko zwierzęce 58,7000 g
Tłuszcz 38,0600 g
Węglowodany 167,7000 g
Cukry proste 49,0400 g
Błonnik pokarmowy 13,8200 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 10,1760 g
Sód 360,6000 mg

Dieta: 81 Podstawowa Dorośli 2300

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Kakao 250g *(7), Chleb 30g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 25g, Kiełbasa Piwna 50g, Pomidory Szklarniowe 40g, Twaróg Grani 50g *(7), Rukola 10g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kompot z mieszanki owocowej 250g, Kasza gotowana 150g *(1), Sałatka z buraków z musztardą - d 150g *(10), Pieczeń wieprzowa - d 80g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Ser Żółty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Biszkopty B/C 50g *(1, 3)

Wartości odżywcze diety 81 Podstawowa Dorośli 2300:

Wartość energetyczna 2 722,8910 kcal
Białko 105,31815 g
w tym białko zwierzęce 65,8800 g
Tłuszcz 122,05115 g
Węglowodany 306,26731 g
Cukry proste 47,4560 g
Błonnik pokarmowy 25,2440 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 24,4380 g
Sód 3 488,28608 mg

Dieta: 82 Podstawowa Dorośli 2600

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Kakao 250g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Kielbasa Piwna 50g, Pomidory Szklarniowe 40g, Twaróg Grani 100g *(7), Rukola 10g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kompot z mieszanki owocowej 250g, Kasza gotowana 150g *(1), Sałatka z buraków z musztardą - d 150g *(10), Pieczeń wieprzowa - d 80g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 80g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 30g, Ser Żółty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Biszkopty B/C 50g *(1, 3)

Wartości odżywcze diety 82 Podstawowa Dorośli 2600:

Wartość energetyczna 2 969,7410 kcal
Białko 115,27815 g
w tym białko zwierzęce 65,8800 g
Tłuszcz 128,15115 g
Węglowodany 343,61731 g
Cukry proste 48,3760 g
Błonnik pokarmowy 28,4340 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 24,5580 g
Sód 4 011,43608 mg

Dieta: 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 15g, Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 80g,

Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Buraki gotowane - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Owoc - diety 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 15g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Biszkopty B/C 50g *(1, 3)

Wartości odżywcze diety 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli:

Wartość energetyczna 2 000,3745 kcal

Białko 93,90275 g

w tym białko zwierzęce 39,0800 g

Tłuszcz 45,73795 g

Węglowodany 309,8220 g

Cukry proste 28,3100 g

Błonnik pokarmowy 27,0600 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 10,6230 g

Sód 3 717,71152 mg

Dieta: 85 Lekkostrawna Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 100g *(1), Kakao 250g *(7), Margaryna Do Kanapek 20g, Połędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 80g, Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Owoc - diety 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Biszkopty B/C 50g *(1, 3)

Wartości odżywcze diety 85 Lekkostrawna Dorośli:

Wartość energetyczna 2 206,7245 kcal

Białko 102,49375 g

w tym białko zwierzęce 47,5800 g

Tłuszcz 56,54695 g

Węglowodany 328,7490 g

Cukry proste 45,0600 g

Błonnik pokarmowy 27,0600 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 14,3730 g

Dieta: 86 Mielona Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 100g *(1), Kakao 250g *(7), Margaryna Do Kanapek 20g, Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos jarzynowy - m 70g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Owoc - diety 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Biszkopty B/C 50g *(1, 3)

Wartości odżywcze diety 86 Mielona Dorośli:

Wartość energetyczna 2 239,2250 kcal

Białko 98,87875 g

w tym białko zwierzęce 45,2550 g

Tłuszcz 64,78195 g

Węglowodany 320,5140 g

Cukry proste 44,8550 g

Błonnik pokarmowy 24,8450 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 12,8125 g

Sód 4 037,85152 mg

Dieta: 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Dorośli

Śniadanie

Kakao b/c 250g *(7), Bułka Grahamka 140g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Rukola 10g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 80g, Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Buraki got. b/c 150g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g

Podwieczorek

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyńska Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Rukola 10g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Ser Żółty 50g *(7), Ogórek Kwaszony 50g, Jabłka 200g

Wartości odżywcze diety 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Dorośli:

Wartość energetyczna 2 939,5855 kcal

Białko 144,4364 g

w tym białko zwierzęce 69,4300 g

Tłuszcz 88,2638 g

Węglowodany 398,9303 g

Cukry proste 33,4750 g

Błonnik pokarmowy 37,5700 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 21,3170 g

Sód 6 009,19152 mg

Dieta: 88 Wegetariańska Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Kakao 250g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 100g, Twaróg Grani 200g *(7), Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kaszotto z warzywami 350g *(1, 9), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Ser Żółty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 50g, Rukola 10g

DRUGA KOLACJA

Biszkopty B/C 50g *(1, 3)

Wartości odżywcze diety 88 Wegetariańska Dorośli:

Wartość energetyczna 2 496,8430 kcal

Białko 96,2600 g

w tym białko zwierzęce 37,2300 g

Tłuszcz 94,8722 g

Węglowodany 321,8978 g

Cukry proste 52,6950 g

Błonnik pokarmowy 29,0550 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 37,8865 g

Sód 3 326,24768 mg

Dieta: 89 Beztłuszczowa Dorośli

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 100g *(1), Dżem Owoc. 80g, Pomidory Szklarniowe 50g, Rukola 10g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Owoc - diety 200g

Kolacja

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Ovocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 89 Beztłuszczowa Dorośli:

Wartość energetyczna 1 616,4245 kcal

Białko 78,0204 g

w tym białko zwierzęce 42,6000 g

Tłuszcz 17,1738 g

Węglowodany 292,5578 g

Cukry proste 47,2200 g

Błonnik pokarmowy 19,9500 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 7,0530 g

Sód 2 378,96768 mg

Dieta: 90 Anoreksja Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Kakao 250g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Kiełbasa Piwna 50g, Rukola 10g

DRUGIE ŚNIADANIE

Kiwi, Biskopki 30g *(1, 3), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7)

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Bitki ze schabu - d 100g *(1), Sałatka z buraków z musztardą - d 150g *(10), Kasza gotowana 150g *(1), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 150g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 30g, Sałata Szklarniowa 20g, Ser Żółty 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Biskopki B/C 50g *(1, 3)

Wartości odżywcze diety 90 Anoreksja Dorośli:

Wartość energetyczna 3 390,2140 kcal
Białko 127,9420 g
w tym białko zwierzęce 77,4300 g
Tłuszcz 133,4372 g
Węglowodany 427,1238 g
Cukry proste 60,1230 g
Błonnik pokarmowy 30,1480 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 63,9954 g
Sód 4 429,39768 mg

Dieta: 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Kakao 250g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Pomidory Szklarniowe 100g, Twaróg Grani 200g *(7), Rukola 10g

DRUGIE ŚNIADANIE

Biszkopty 30g *(1, 3), Kiwi, Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7)

Obiad

Zupa koperkowa wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kaszotto z warzywami 350g *(1, 9), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 150g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Biszkopty B/C 50g *(1, 3)

Wartości odżywcze diety 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian:

Wartość energetyczna 3 214,3440 kcal
Białko 109,4550 g
w tym białko zwierzęce 41,4800 g
Tłuszcz 123,4772 g
Węglowodany 425,0978 g
Cukry proste 59,5600 g
Błonnik pokarmowy 31,9450 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 64,1315 g
Sód 4 073,67768 mg

Dieta: 93 Bezglutenowa Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 112g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Margaryna Do Kanapek 20g, Pomidory Szklarniowe 40g, Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Rukola 10g

Obiad

Zupa koperkowa B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 80g, Sos jarzynowy b/gl b/ml 150g *(9), Buraki gotowane - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej

250g

Podwieczorek

Owoc - diety 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 112g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Margaryna Do Kanapek 20g, Sałata Szklarniowa 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g

DRUGA KOLACJA

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 93 Bezglutenowa Dorośli:

Wartość energetyczna 1 949,1855 kcal

Białko 82,73775 g

w tym białko zwierzęce 48,1000 g

Tłuszcz 52,60995 g

Węglowodany 296,9850 g

Cukry proste 43,5300 g

Błonnik pokarmowy 19,8600 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 10,9210 g

Sód 3 016,19768 mg

Dieta: 95 Anoreksja Lekka Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 100g *(1), Kakao 250g *(7), Masło Extra 30g *(7), Połędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Rukola 10g

DRUGIE ŚNIADANIE

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 200g *(7), Biskopty 50g *(1, 3)

Obiad

Zupa koperkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 80g, Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Owoc - diety 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Biskopty B/C 50g *(1, 3)

Wartości odżywcze diety 95 Anoreksja Lekka Dorośli:

Wartość energetyczna 2 897,7255 kcal

Białko 124,24875 g

w tym białko zwierzęce 51,8300 g

Tłuszcz 91,33195 g

Węglowodany 401,4890 g

Cukry proste 51,8850 g

Błonnik pokarmowy 27,4300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 52,4830 g
Sód 4 771,55152 mg

Dieta: 01 Podstawowa Fizjo. 1000

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Ślaska Drobiowa 40g *(7, 10), Twaróg Mielony Homogenizowany 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Kiełki Rzodkiewki 5g

Obiad

Zupa wiedeńska - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet drobiowy panierowany - m 70g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Bukiet warzyw mrożonych 100g, Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Kiełbasa Żywiecka 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 01 Podstawowa Fizjo. 1000:

Wartość energetyczna 1 318,7966 kcal

Białko 54,4285 g

w tym białko zwierzęce 27,6500 g

Tłuszcz 64,5821 g

Węglowodany 136,2200 g

Cukry proste 25,2500 g

Błonnik pokarmowy 11,6525 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 23,0940 g

Sód 1 177,49992 mg

Dieta: 02 Podstawowa Fizjo. 1400

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Mielony Homogenizowany 30g *(7), Ketchup 10g *(9), Ślaska Drobiowa 40g *(7, 10), Kakao - m 150g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Kiełki Rzodkiewki 5g

Obiad

Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Surówka z warzyw mieszanych 100g *(9), Zupa wiedeńska - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Napój owocowy - m 150g, Kotlet drobiowy panierowany - m 70g *(1, 3)

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Kiełbasa Żywiecka 40g *(6), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 17,5g *(7),

Salata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc, Jablka

Wartości odżywcze diety 02 Podstawowa Fizjo. 1400:

Wartość energetyczna 1 728,6819 kcal
Białko 67,4885 g
w tym białko zwierzęce 36,8125 g
Tłuszcz 76,4936 g
Węglowodany 199,1285 g
Cukry proste 43,0300 g
Błonnik pokarmowy 17,4025 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 27,1050 g
Sód 1 964,80392 mg

Dieta: 03 Podstawowa Fizjo. 1600

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Kakao - m 150g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Masło Extra 20g *(7), Salata Szklarniowa 20g, Twaróg Mielony Homogenizowany 30g *(7), Ketchup 10g *(9), Ślaska Drobiowa 40g *(7, 10), Kiełki Rzodkiewki 5g

Obiad

Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Surówka z warzyw mieszanych 100g *(9), Zupa wiedeńska - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Napój owocowy - m 150g, Kotlet drobiowy panierowany - m 70g *(1, 3)

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Żywiecka 40g *(6), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 17,5g *(7), Salata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc, Jablka

Wartości odżywcze diety 03 Podstawowa Fizjo. 1600:

Wartość energetyczna 1 803,1819 kcal
Białko 67,5285 g
w tym białko zwierzęce 36,8125 g
Tłuszcz 84,6936 g
Węglowodany 199,2685 g
Cukry proste 43,1400 g
Błonnik pokarmowy 17,4025 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 33,1050 g
Sód 1 965,70392 mg

Dieta: 04 Podstawowa Fizjo. 1800

Śniadanie

Kakao - m 150g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Chleb 30g *(1, 6), Masło

Extra 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Ketchup 10g *(9), Bułka Grahamka 70g *(1), Ślaska Drobiowa 40g *(7, 10), Kiełki Rzodkiewki 5g

Obiad

Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Surówka z warzyw mieszanych 100g *(9), Zupa wiedeńska - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Napój owocowy - m 150g, Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3)

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Żywiecka 40g *(6), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 35g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 04 Podstawowa Fizjo. 1800:

Wartość energetyczna 2 065,2822 kcal
Białko 80,0860 g
w tym białko zwierzęce 44,1000 g
Tłuszcz 96,9236 g
Węglowodany 224,3785 g
Cukry proste 44,1500 g
Błonnik pokarmowy 18,9625 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,2950 g
Sód 2 493,64292 mg

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Ketchup 10g *(9), Sałata Szklarniowa 20g, Ślaska Drobiowa 80g *(7, 10), Kiełki Rzodkiewki 5g

Obiad

Zupa wiedeńska - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Surówka z warzyw mieszanych - d 150g *(9), Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Żywiecka 50g *(6), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 35g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 262,5624 kcal
Białko 92,8735 g
w tym białko zwierzęce 53,9000 g
Tłuszcz 107,3901 g
Węglowodany 238,4620 g
Cukry proste 52,9400 g
Błonnik pokarmowy 20,3175 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 35,9330 g
Sód 2 949,76892 mg

Dieta: 06 Podstawowa Fizjo. 2600

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Ketchup 10g *(9), Ślaska Drobiowa 80g *(7, 10), Kiełki Rzodkiewki 5g

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Surówka z warzyw mieszanych - d 150g *(9), Napój owocowy 250g, Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3)

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Żywiecka 50g *(6), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 35g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 06 Podstawowa Fizjo. 2600:

Wartość energetyczna 2 569,7286 kcal
Białko 102,6370 g
w tym białko zwierzęce 57,3000 g
Tłuszcz 110,5242 g
Węglowodany 299,4780 g
Cukry proste 59,5050 g
Błonnik pokarmowy 25,3700 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 37,5900 g
Sód 3 595,70684 mg

Dieta: 07 Podstawowa Fizjo. 2900

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 25g *(7), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Ślaska Drobiowa 80g *(7, 10), Ketchup 10g *(9), Sałata Szklarniowa 20g, Kiełki Rzodkiewki 5g

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Surówka z warzyw mieszanych - d 150g *(9), Napój owocowy 250g, Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3)

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 100g *(1), Masło Extra 25g *(7), Kiełbasa Żywiecka 50g *(6), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 35g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 07 Podstawowa Fizjo. 2900:

Wartość energetyczna 2 844,1586 kcal
Białko 107,9310 g
w tym białko zwierzęce 57,3000 g
Tłuszcz 119,3362 g
Węglowodany 342,9485 g
Cukry proste 60,9150 g
Błonnik pokarmowy 29,6200 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 43,6510 g
Sód 3 836,84184 mg

Dieta: 09 Lekkostrawna 1400

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Twaróg Grani 50g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Filet drobiowy got. - d 90g, Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Bukiet warzyw mrożonych 100g, Napój owocowy - m 150g, Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 09 Lekkostrawna 1400:

Wartość energetyczna 1 511,6831 kcal
Białko 80,6804 g
w tym białko zwierzęce 46,7200 g
Tłuszcz 54,3078 g
Węglowodany 181,5048 g
Cukry proste 27,7300 g

Błonnik pokarmowy 15,1150 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 26,8365 g
Sód 2 371,81568 mg

Dieta: 10 Lekkostrawna 1800

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Kakao - m 150g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Twaróg Grani 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 90g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Bukiet warzyw mrożonych 100g, Napój owocowy 250g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 10 Lekkostrawna 1800:

Wartość energetyczna 1 944,0482 kcal
Białko 95,6156 g
w tym białko zwierzęce 55,4750 g
Tłuszcz 66,9166 g
Węglowodany 246,4822 g
Cukry proste 39,8200 g
Błonnik pokarmowy 19,0900 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 32,5480 g
Sód 2 854,16368 mg

Dieta: 11 Lekkostrawna 2300

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 25g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Twaróg Grani 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 90g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Bukiet warzyw mrożonych 100g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 25g *(7),

Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 11 Lekkostrawna 2300:

Wartość energetyczna 2 320,1732 kcal

Białko 114,8311 g

w tym białko zwierzęce 67,1950 g

Tłuszcz 86,1711 g

Węglowodany 277,7007 g

Cukry proste 52,7000 g

Błonnik pokarmowy 20,4100 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 41,8180 g

Sód 3 597,52868 mg

Dieta: 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao - m 150g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6), Twaróg Grani 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa wiedeńska - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Bukiet warzyw mrożonych 100g, Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400:

Wartość energetyczna 1 576,0017 kcal

Białko 75,3684 g

w tym białko zwierzęce 44,0400 g

Tłuszcz 66,7602 g

Węglowodany 174,3353 g

Cukry proste 37,4250 g

Błonnik pokarmowy 13,8825 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 29,0695 g

Sód 2 128,68676 mg

Dieta: 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao - m 150g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana

50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Twaróg Grani 50g *(7)

Obiad

Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych 100g, Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800:

Wartość energetyczna 1 951,7181 kcal
Białko 90,7616 g
w tym białko zwierzęce 53,2750 g
Tłuszcz 79,1146 g
Węglowodany 225,8517 g
Cukry proste 39,9700 g
Błonnik pokarmowy 18,2500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 32,5370 g
Sód 2 781,47068 mg

Dieta: 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 25g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Twaróg Grani 50g *(7)

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Bukiet warzyw mrożonych 100g, Napój owocowy 250g, Kurczak gotowany zmielony 80g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 25g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300:

Wartość energetyczna 2 474,3731 kcal
Białko 113,8711 g

w tym białko zwierzęce 64,9950 g
Tłuszcz 98,8811 g
Węglowodany 288,8007 g
Cukry proste 52,9200 g
Błonnik pokarmowy 21,0500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 41,8780 g
Sód 3 648,79068 mg

Dieta: 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Twaróg Chudy 0,5% *(7), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 90g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu:

Wartość energetyczna 1 641,5933 kcal
Białko 92,3161 g
w tym białko zwierzęce 58,9950 g
Tłuszcz 44,7801 g
Węglowodany 223,7782 g
Cukry proste 35,9300 g
Błonnik pokarmowy 17,4400 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 13,3370 g
Sód 2 571,36168 mg

Dieta: 20 Beztłuszczowa

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Dżem Owoc. 80g, Mleko got. 0 % 250g *(7)

Obiad

Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Napój owocowy 250g, Zupa beztłuszczowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 90g

Podwieczorek

Chrupki 80g 40g, Jogurt Naturalny „0” % 140g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 80g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 20 Beztłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 592,1625 kcal
Białko 90,9130 g
w tym białko zwierzęce 51,2000 g
Tłuszcz 9,1132 g
Węglowodany 293,1860 g
Cukry proste 35,8800 g
Błonnik pokarmowy 17,3100 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 0,9080 g
Sód 1 401,75768 mg

Dieta: 21 bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Jajka 50g *(3), Ślaska Drobiowa 40g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 40g, Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 90g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Napój owocowy 250g, Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9)

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszeny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyntka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 21 bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 607,2232 kcal
Białko 79,9301 g
w tym białko zwierzęce 43,6250 g
Tłuszcz 42,3321 g
Węglowodany 233,4587 g
Cukry proste 22,9200 g
Błonnik pokarmowy 21,0800 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 8,1270 g
Sód 2 507,49368 mg

Dieta: 22 Wegetariańska

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Pomidory Szklarniowe 100g, Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7)

Obiad

Kotlet z kaszy gryczanej 130g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Surówka z warzyw mieszanych - d 150g *(9), Napój owocowy 250g, Zupa wiedeńska wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąci 52,5g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 100g

DRUGA KOLACJA

Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 22 Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 499,5983 kcal
Białko 79,2875 g
w tym białko zwierzęce 37,4375 g
Tłuszcz 99,7822 g
Węglowodany 331,0980 g
Cukry proste 60,3300 g
Błonnik pokarmowy 30,3850 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 37,9600 g
Sód 2 847,62784 mg

Dieta: 25 Niskobiałkowa

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Pku Krojony B/GI 56g *(6), Masło Extra 15g *(7), Dżem Owoc. 50g, Pomidory Szklarniowe 100g, Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa niskobiałkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Makaron b/gi pku gotowany 150g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Napój owocowy 250g, Cukinia gotowana 100g

Podwieczorek

Mus Ovocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Pku Krojony B/GI 56g *(6), Masło Extra 15g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g, Ogórek Kwaszony 100g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 25 Niskobiałkowa:

Wartość energetyczna 1 506,3432 kcal
Białko 17,1150 g
Tłuszcz 33,6492 g
Węglowodany 290,9950 g
Cukry proste 28,0460 g
Błonnik pokarmowy 16,6800 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 19,6520 g

Dieta: 26 Niskokaloryczna

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 10g, Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 70g *(6), Pomidory Szklarniowe 100g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 90g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 80g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 10g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 26 Niskokaloryczna:

Wartość energetyczna 1 530,0933 kcal

Białko 87,5661 g

w tym białko zwierzęce 53,6550 g

Tłuszcz 41,8801 g

Węglowodany 208,2282 g

Cukry proste 25,0700 g

Błonnik pokarmowy 19,6400 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 9,9010 g

Sód 2 873,01168 mg

Dieta: 27 Płynna

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Napój owocowy 250g, Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Kisiel 200g

Kolacja

Herbata 2g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 27 Płynna:

Wartość energetyczna 668,6025 kcal

Białko 28,2430 g
w tym białko zwierzęce 25,5000 g
Tłuszcz 16,0742 g
Węglowodany 106,3070 g
Cukry proste 74,9700 g
Błonnik pokarmowy 5,6200 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 11,2940 g
Sód 746,06384 mg

Dieta: 29 Wysokobiałkowa Podstawowa

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Ślaska Drobiowa 80g *(7, 10), Ketchup 10g *(9), Sałata Szklarniowa 20g, Bułka 50g *(1), Kiełki Rzodkiewki 5g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Pomidory Szklarniowe 80g

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Surówka z warzyw mieszanych - d 150g *(9), Napój owocowy 250g, Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3)

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Żywiecka 50g *(6), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 35g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 29 Wysokobiałkowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 362,7286 kcal
Białko 127,0670 g
w tym białko zwierzęce 72,0500 g
Tłuszcz 154,0842 g
Węglowodany 373,2680 g
Cukry proste 64,1450 g
Błonnik pokarmowy 29,3800 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 62,2800 g
Sód 3 875,35684 mg

Dieta: 30 Gastroenterologia

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Jajka 50g *(3)

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 90g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych 100g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 30 Gastroenterologia:

Wartość energetyczna 1 996,9432 kcal

Białko 99,4361 g

w tym białko zwierzęce 61,5450 g

Tłuszcz 84,3001 g

Węglowodany 215,9232 g

Cukry proste 30,4750 g

Błonnik pokarmowy 17,3200 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 39,4720 g

Sód 3 249,26368 mg

Dieta: 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Kakao b/c 250g *(7), Ślaska Drobiowa 40g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g, Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6)

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 15g *(7), Jajka 50g *(3), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 90g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Sos potrawkowy b/c 80g *(1, 3, 7, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g

Podwieczorek

Jogurt Pitny B/C 250g *(1, 7)

Kolacja

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g, Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna:

Wartość energetyczna 2 686,0732 kcal
Białko 124,9311 g
w tym białko zwierzęce 65,8150 g
Tłuszcz 91,0711 g
Węglowodany 347,2757 g
Cukry proste 44,3700 g
Błonnik pokarmowy 30,9300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 49,4570 g
Sód 4 242,92868 mg

Dieta: 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Kakao b/c 250g *(7), Masło Extra 20g *(7), Papryka Świeża Czerwona 50g, Ślaska Drobiowa 40g *(7, 10), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6)

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 15g *(7), Jajka 50g *(3), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Surówka z warzyw mieszanych b/c 100g *(9), Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g, Kotlet drobiowy panierowany - d 110g *(1, 3)

Podwieczorek

Jogurt Pitny B/C 250g *(1, 7)

Kolacja

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ogórek Kwaszony 50g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g, Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 923,1336 kcal
Białko 115,5990 g
w tym białko zwierzęce 56,0450 g
Tłuszcz 115,2982 g
Węglowodany 360,6455 g
Cukry proste 45,2500 g
Błonnik pokarmowy 34,7000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 50,4920 g

Dieta: 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Bułka Grahamka 140g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6), Kakao b/c 250g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Ślaska Drobiowa 80g *(7, 10)

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 15g *(7), Jajka 50g *(3)

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 90g, Sos potrawkowy b/c 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Jabłko pieczone, Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7)

Wartości odżywcze diety 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 785,4232 kcal
Białko 125,5161 g
w tym białko zwierzęce 63,7150 g
Tłuszcz 96,1561 g
Węglowodany 358,5957 g
Cukry proste 45,1000 g
Błonnik pokarmowy 28,8100 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 50,1920 g
Sód 4 558,34618 mg

Dieta: 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Papryka Świeża Czerwona 50g, Ślaska Drobiowa 40g *(7, 10)

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 15g *(7), Jajka 50g *(3), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Filet drobiowy got. - d 90g, Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g, Zupa pomidorowa z ryżem B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7), Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Ogórek Kwaszony 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Tłusty 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g, Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 515,9964 kcal
Białko 99,9571 g
w tym białko zwierzęce 62,8950 g
Tłuszcz 103,9021 g
Węglowodany 301,0167 g
Cukry proste 44,3400 g
Błonnik pokarmowy 16,8600 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 48,3060 g
Sód 2 986,27368 mg

Dieta: 35 Bezglutenowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Ślaska Drobiowa 40g *(7, 10), Jajka 50g *(3), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Filet drobiowy got. - d 90g, Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Napój owocowy 250g, Zupa pomidorowa z ryżem B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 35 Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 1 672,3064 kcal
Białko 80,9131 g
w tym białko zwierzęce 57,9750 g

Tłuszcz 60,4161 g
Węglowodany 207,7222 g
Cukry proste 41,9900 g
Błonnik pokarmowy 11,4800 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 30,0260 g
Sód 2 066,92868 mg

Dieta: 36 Bezglutenowa Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Jajka 50g *(3), Ślaska Drobiowa 40g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 40g, Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Filet drobiowy got. - d 90g, Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Napój owocowy 250g, Zupa pomidorowa z ryżem B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 36 Bezglutenowa Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 415,1064 kcal
Białko 67,7031 g
w tym białko zwierzęce 43,6250 g
Tłuszcz 41,9361 g
Węglowodany 197,6622 g
Cukry proste 30,2500 g
Błonnik pokarmowy 13,7200 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 7,6760 g
Sód 1 894,77868 mg

Dieta: 38 Onkologiczna Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ślaska Drobiowa 80g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 80g, Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7)

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Napój owocowy 250g, Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3)

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Pomidory Szklarniowe 50g, Twaróg Grani 100g *(7)

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 38 Onkologiczna Podstawowa:

Wartość energetyczna 2 309,0132 kcal

Białko 105,3480 g

w tym białko zwierzęce 43,3250 g

Tłuszcz 84,4152 g

Węglowodany 288,7580 g

Cukry proste 53,4350 g

Błonnik pokarmowy 20,8050 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 35,9310 g

Sód 3 550,44984 mg

Dieta: 39 Onkologiczna Lekkostrawna

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Kakao 250g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Szyunka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 90g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Twaróg Grani *(7)

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 39 Onkologiczna Lekkostrawna:

Wartość energetyczna 2 071,9433 kcal

Białko 109,0571 g

w tym białko zwierzęce 57,9450 g

Tłuszcz 75,5891 g

Węglowodany 245,5652 g

Cukry proste 52,0700 g

Błonnik pokarmowy 17,3200 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 34,1620 g

Sód 3 262,91168 mg

Dieta: 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 10g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 90g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 10g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu:

Wartość energetyczna 1 756,9933 kcal
Białko 98,4361 g
w tym białko zwierzęce 52,8450 g
Tłuszcz 51,4901 g
Węglowodany 231,5482 g
Cukry proste 40,0400 g
Błonnik pokarmowy 17,9200 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 20,1170 g
Sód 3 201,32168 mg

Dieta: 41 Onkologiczna Mielona

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 41 Onkologiczna Mielona:

Wartość energetyczna 2 101,2432 kcal
Białko 101,2571 g

w tym białko zwierzęce 55,7450 g
Tłuszcz 83,2291 g
Węglowodany 243,8052 g
Cukry proste 52,3100 g
Błonnik pokarmowy 17,3200 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,3420 g
Sód 3 246,41368 mg

Dieta: 42 Onkologiczna Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Jajka 50g *(3), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 90g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 42 Onkologiczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 679,9932 kcal
Białko 90,0861 g
w tym białko zwierzęce 50,3450 g
Tłuszcz 53,8501 g
Węglowodany 215,0882 g
Cukry proste 22,7600 g
Błonnik pokarmowy 19,6700 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 8,3260 g
Sód 3 119,33868 mg

Dieta: 43 Onkologiczna Beztłuszczowa

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Mleko got. 0 % 250g *(7), Dżem B/C 50g

Obiad

Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Napój owocowy 250g, Zupa beztłuszczowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 50g *

(7), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 43 Onkologiczna Bez tłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 257,9624 kcal

Białko 63,9830 g

w tym białko zwierzęce 37,5000 g

Tłuszcz 8,5132 g

Węglowodany 241,4260 g

Cukry proste 37,3000 g

Błonnik pokarmowy 20,7900 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 0,7830 g

Sód 1 347,92968 mg

Dieta: 44 Onkologiczna Wegetariańska

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Jajka 100g *(3), Pomidory Szklarniowe 100g, Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g

Obiad

Zupa wiedeńska wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet z kaszy gryczanej 130g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g

Podwieczorek

Chrupki 80g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Pomidory Szklarniowe 50g, Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Humus Sante 57,5g *(1, 6, 9, 10, 11)

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 44 Onkologiczna Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 298,0579 kcal

Białko 61,5900 g

w tym białko zwierzęce 13,7500 g

Tłuszcz 74,8292 g

Węglowodany 352,2860 g

Cukry proste 14,5825 g

Błonnik pokarmowy 28,0825 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 11,0000 g

Sód 1 930,89584 mg

Dieta: 45 Onkologiczna Bezglutenowa

Śniadanie

Masło Extra 20g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Jajka 50g *(3), Ślaska Drobiowa 80g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Filet drobiowy got. - d 90g, Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Napój owocowy 250g, Zupa pomidorowa z ryżem B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Masło Extra 20g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Pomidory Szklarniowe 50g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 45 Onkologiczna Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 1 788,2064 kcal

Białko 93,8031 g

w tym białko zwierzęce 58,5250 g

Tłuszcz 63,1261 g

Węglowodany 217,6522 g

Cukry proste 47,2800 g

Błonnik pokarmowy 11,9600 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 30,3560 g

Sód 2 627,01868 mg

Dieta: 46 Anoreksja Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Ślaska Drobiowa 80g *(7, 10), Ketchup 10g *(9), Kiełki Rzodkiewki 5g

DRUGIE ŚNIADANIE

Wafle Ryżowe 40g, Dżem Owoc. 60g, Płatki Migdałowe 15g *(8)

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Surówka z warzyw mieszanych - d 150g *(9), Napój owocowy 250g, Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3)

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 35g *(7), Kiełbasa Żywiecka 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 46 Anoreksja Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 451,0786 kcal
Białko 122,5370 g
w tym białko zwierzęce 65,8000 g
Tłuszcz 153,3442 g
Węglowodany 402,8880 g
Cukry proste 62,9500 g
Błonnik pokarmowy 29,8000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 62,1700 g
Sód 3 854,25684 mg

Dieta: 48 Anoreksja Lekka

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6)

DRUGIE ŚNIADANIE

Wafle Ryżowe 40g, Dżem Owoc. 80g

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 90g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Napój owocowy 250g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 48 Anoreksja Lekka:

Wartość energetyczna 3 116,7733 kcal
Białko 128,6211 g
w tym białko zwierzęce 75,6950 g
Tłuszcz 111,7411 g
Węglowodany 403,9157 g
Cukry proste 55,8700 g
Błonnik pokarmowy 24,0400 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 60,4630 g
Sód 3 835,80668 mg

Dieta: 49 Anoreksja wegetariańska

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Humus Sante 57,5g *(1, 6, 9, 10, 11), Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Wafle Ryżowe 40g, Dżem Owoc. 60g, Płatki Migdałowe 15g *(8)

Obiad

Zupa wiedeńska wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kotlet z kaszy gryczanej 130g *(1, 3), Surówka z warzyw mieszanych - d 150g *(9), Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 35g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Dżem Owoc. 50g, Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 49 Anoreksja wegetariańska:

Wartość energetyczna 3 503,1233 kcal

Białko 91,9200 g

w tym białko zwierzęce 42,4250 g

Tłuszcz 145,4022 g

Węglowodany 463,2230 g

Cukry proste 63,6775 g

Błonnik pokarmowy 35,1175 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 61,8950 g

Sód 2 880,76284 mg

Dieta: 50 Mukowiscydozowa Podstawowa

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Ketchup 10g *(9), Ślaska Drobiowa 80g *(7, 10), Sałata Szklarniowa 20g, Kiełki Rzodkiewki 5g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Pomidory Szklarniowe 80g

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Surówka z warzyw mieszanych - d 150g *(9), Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Żywiecka 50g *(6), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 35g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Owoc,
Jabłka

Wartości odżywcze diety 50 Mukowiscydozowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 307,2286 kcal
Białko 125,8670 g
w tym białko zwierzęce 72,0500 g
Tłuszcz 151,5342 g
Węglowodany 367,1180 g
Cukry proste 62,1950 g
Błonnik pokarmowy 29,2300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 62,1300 g
Sód 4 177,45684 mg

Dieta: 55 Biorcy Szpiku

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Szyńka Z Piersi
Indyka Bgl 80g

DRUGIE ŚNIADANIE

Dżem B/C 80g, Masło Bez Laktozy 20g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *
(1)

Obiad

Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d
150g, Sos koperkowy b/gł b/ml 80g *(9), Filet drobiowy got. - d 90g, Kompot z
mieszanki owocowej b/c 250g, Zupa pomidorowa z ryżem B/GL B/ML 300g *
(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Masło Bez Laktozy 20g *(7),
Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1)

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 55 Biorcy Szpiku:

Wartość energetyczna 1 822,9562 kcal
Białko 84,1580 g
w tym białko zwierzęce 30,1000 g
Tłuszcz 61,5962 g
Węglowodany 242,0940 g
Cukry proste 29,6900 g
Błonnik pokarmowy 18,3500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,7950 g
Sód 3 035,46768 mg

Dieta: 56 Mielona Roczna

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 10g *(7), Szyńka Gotowana

Wieprzowa Podwędzana 30g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa wiedeńska - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Bukiet warzyw mrożonych 100g, Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 10g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 40g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc, Jabłko

Wartości odżywcze diety 56 Mielona Roczna:

Wartość energetyczna 1 087,1267 kcal

Białko 54,4829 g

w tym białko zwierzęce 33,8400 g

Tłuszcz 44,4057 g

Węglowodany 123,3068 g

Cukry proste 19,9400 g

Błonnik pokarmowy 11,6125 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 15,3845 g

Sód 1 607,10176 mg

Dieta: 57 Roczna Bezmleczna

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa wiedeńska - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Bukiet warzyw mrożonych 100g, Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Mus Ovocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 10g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 40g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 57 Roczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 090,8267 kcal

Białko 52,5326 g

w tym białko zwierzęce 31,3950 g
Tłuszcz 43,1960 g
Węglowodany 128,3572 g
Cukry proste 19,9950 g
Błonnik pokarmowy 13,2475 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 5,9440 g
Sód 1 723,90676 mg

Dieta: 58 Dieta bezlaktozowa

Śniadanie

Mleko Bez Laktozy 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Ślaska Drobiowa 80g *(7, 10), Ketchup 10g *(9), Pomidory Szklarniowe 40g, Kiełki Rzodkiewki 5g

Obiad

Zupa wiedeńska - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Surówka z warzyw mieszanych 100g *(9), Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Jogurt Pitny B/C 250g *(1, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Kiełbasa Żywiecka 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 58 Dieta bezlaktozowa:

Wartość energetyczna 2 294,8472 kcal
Białko 87,0055 g
w tym białko zwierzęce 29,7250 g
Tłuszcz 98,7331 g
Węglowodany 270,0285 g
Cukry proste 50,2900 g
Błonnik pokarmowy 24,9125 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 30,4710 g
Sód 2 693,03292 mg

Dieta: 59 Roczna Mieszana Obiad

Obiad

Zupa wiedeńska - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Bukiet warzyw mrożonych 100g, Napój owocowy - m 150g

Wartości odżywcze diety 59 Roczna Mieszana Obiad:

Wartość energetyczna 448,4267 kcal
Białko 30,7529 g
w tym białko zwierzęce 23,0700 g
Tłuszcz 14,6357 g

Węglowodany 53,3168 g
Cukry proste 5,3900 g
Błonnik pokarmowy 4,2525 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 1,0645 g
Sód 679,51176 mg

Dieta: 60 Bogatoresztkowa

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ślaska Drobiowa 80g *(7, 10), Ketchup 10g *(9), Pomidory Szklarniowe 80g, Sałata Szklarniowa 20g, Kielki Rzodkiewki 5g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Surówka z warzyw mieszanych - d 150g *(9), Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Kielbasa Żywiecka 50g *(6), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 35g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 60 Bogatoresztkowa:

Wartość energetyczna 2 341,3786 kcal
Białko 88,7660 g
w tym białko zwierzęce 48,8000 g
Tłuszcz 102,0752 g
Węglowodany 274,6810 g
Cukry proste 42,7550 g
Błonnik pokarmowy 27,2300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 31,8800 g
Sód 3 339,80684 mg

Dieta: 61 Papkowata

Śniadanie

Kakao 250g *(7), miks - śniadanie 400g *(7)

Obiad

miks - obiad 400g *(7)

Podwieczorek

Kisiel 200g, Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

miks - kolacja 400g *(7)

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 61 Papkowata:

Wartość energetyczna 1 643,0500 kcal
Białko 87,4210 g
w tym białko zwierzęce 73,0500 g
Tłuszcz 48,4690 g
Węglowodany 218,1570 g
Cukry proste 70,1400 g
Błonnik pokarmowy 17,3200 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 15,8160 g
Sód 541,9000 mg

Dieta: 81 Podstawowa Dorośli 2300

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Chleb 30g *(1, 6), Bułka Grahamka 70g *(1), Margaryna Delma Z Masłem 20g *(7), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Ślaska Drobiowa 80g *(7, 10), Ketchup 10g *(9), Sałata Szklarniowa 20g, Kiełki Rzodkiewki 5g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kotlet drobiowy panierowany - d 110g *(1, 3), Surówka z warzyw mieszanych - d 150g *(9), Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Delma Z Masłem 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Ser Topiony 50g *(7), Kiełbasa Żywiecka 80g *(6)

DRUGA KOLACJA

Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 81 Podstawowa Dorośli 2300:

Wartość energetyczna 2 585,0086 kcal
Białko 112,6070 g
w tym białko zwierzęce 63,8750 g
Tłuszcz 110,5432 g
Węglowodany 293,1300 g
Cukry proste 60,4300 g
Błonnik pokarmowy 24,6450 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 26,4100 g
Sód 3 650,07684 mg

Dieta: 82 Podstawowa Dorośli 2600

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Delma Z Masłem 25g *(7), Ślaska Drobiowa 80g *(7, 10), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Ketchup 10g *(9), Sałata Szklarniowa 20g, Kiełki Rzodkiewki 5g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet drobiowy panierowany - d 110g *(1, 3), Surówka z warzyw mieszanych - d 150g *(9), Napój owocowy 250g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 80g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Delma Z Masłem 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Ser Topiony 50g *(7), Kiełbasa Żywiecka 80g *(6)

DRUGA KOLACJA

Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 82 Podstawowa Dorośli 2600:

Wartość energetyczna 2 816,4886 kcal
Białko 117,9110 g
w tym białko zwierzęce 63,8750 g
Tłuszcz 113,2552 g
Węglowodany 339,9105 g
Cukry proste 60,8300 g
Błonnik pokarmowy 28,4450 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 27,0210 g
Sód 3 952,91184 mg

Dieta: 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 100g *(1), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Margaryna Delma Z Masłem 10g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 90g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Delma Z Masłem 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli:

Wartość energetyczna 1 729,9933 kcal
Białko 90,5361 g
w tym białko zwierzęce 53,7750 g
Tłuszcz 43,4101 g
Węglowodany 249,7382 g
Cukry proste 35,2300 g

Błonnik pokarmowy 18,1100 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 10,9170 g
Sód 2 959,51168 mg

Dieta: 85 Lekkostrawna Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Delma Z Masłem 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 90g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Margaryna Delma Z Masłem 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 85 Lekkostrawna Dorośli:

Wartość energetyczna 1 778,2433 kcal
Białko 95,7271 g
w tym białko zwierzęce 62,2750 g
Tłuszcz 51,1391 g
Węglowodany 240,1652 g
Cukry proste 51,1300 g
Błonnik pokarmowy 16,1500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 15,5170 g
Sód 2 881,46168 mg

Dieta: 86 Mielona Dorośli

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Delma Z Masłem 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Delma Z Masłem 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 86 Mielona Dorośli:

Wartość energetyczna 2 023,1432 kcal
Białko 97,1271 g
w tym białko zwierzęce 60,0750 g
Tłuszcz 64,7691 g
Węglowodany 269,1652 g
Cukry proste 52,1800 g
Błonnik pokarmowy 18,3500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 15,6670 g
Sód 3 051,00368 mg

Dieta: 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Dorośli

Śniadanie

Bułka Grahamka 140g *(1), Margaryna Delma Z Masłem 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Kakao b/c 250g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Kiełki Rzodkiewki

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Delma Z Masłem 20g *(7), Jajka 50g *(3), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 90g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Sos potrawkowy b/c 80g *(1, 3, 7, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Margaryna Delma Z Masłem 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Delma Z Masłem 20g *(7), Twaróg Tłusty 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Dorośli:

Wartość energetyczna 2 595,1232 kcal
Białko 124,5511 g
w tym białko zwierzęce 64,9650 g
Tłuszcz 81,3461 g
Węglowodany 346,1657 g
Cukry proste 33,1300 g
Błonnik pokarmowy 29,2900 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 16,0920 g
Sód 4 368,09868 mg

Dieta: 88 Wegetariańska Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Jajka 50g *(3), Sałata Szklarniowa 20g, Margaryna Delma Z Masłem 20g *(7), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7)

Obiad

Kotlet z kaszy gryczanej 130g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Surówka z warzyw mieszanych - d 150g *(9), Napój owocowy 250g, Zupa wiedeńska wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Twaróg Tłusty 80g *(7), Margaryna Delma Z Masłem 20g *(7), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 35g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 88 Wegetariańska Dorośli:

Wartość energetyczna 2 408,2483 kcal
Białko 81,2050 g
w tym białko zwierzęce 35,0750 g
Tłuszcz 90,2572 g
Węglowodany 324,1280 g
Cukry proste 59,8900 g
Błonnik pokarmowy 27,9850 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 17,8600 g
Sód 2 732,61284 mg

Dieta: 89 Beztłuszczowa Dorośli

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Dżem Owoc. 80g

Obiad

Filet drobiowy got. - d 90g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Napój owocowy 250g, Zupa beztłuszczowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Chrupki 80g 40g, Jogurt Naturalny „O” % 140g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 89 Beztłuszczowa Dorośli:

Wartość energetyczna 1 570,7625 kcal
Białko 84,1030 g
w tym białko zwierzęce 43,7000 g
Tłuszcz 9,7132 g
Węglowodany 292,2860 g
Cukry proste 23,8000 g
Błonnik pokarmowy 18,1900 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 0,9680 g
Sód 1 479,27768 mg

Dieta: 90 Anoreksja Dorośli

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Masło Extra 30g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Ślaska Drobiowa 80g *(7, 10), Twaróg Tłusty 50g *(7), Ketchup 10g *(9), Kiełki Rzodkiewki 5g

DRUGIE ŚNIADANIE

Wafle Ryżowe 40g, Dżem Owoc. 60g, Płatki Migdałowe 15g *(8)

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Surówka z warzyw mieszanych - d 150g *(9), Napój owocowy 250g, Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3)

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 35g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 90 Anoreksja Dorośli:

Wartość energetyczna 3 213,4786 kcal
Białko 116,2070 g
w tym białko zwierzęce 57,3000 g
Tłuszcz 129,9042 g
Węglowodany 400,4980 g
Cukry proste 60,1700 g
Błonnik pokarmowy 29,8000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 48,6000 g
Sód 4 577,26684 mg

Dieta: 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Masło Extra 30g *(7), Ser Żółty 80g *(7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Wafle Ryżowe 40g, Dżem Owoc. 60g, Płatki Migdałowe 15g *(8)

Obiad

Kotlet z kaszy gryczanej 130g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Surówka z warzyw mieszanych - d 150g *(9), Napój owocowy 250g, Zupa wiedeńska wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 35g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc, Jabłka

Wartości odżywcze diety 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian:

Wartość energetyczna 3 391,3983 kcal

Białko 100,5350 g

w tym białko zwierzęce 48,8250 g

Tłuszcz 146,5772 g

Węglowodany 423,5188 g

Cukry proste 60,3550 g

Błonnik pokarmowy 32,4150 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 61,9900 g

Sód 3 346,96284 mg

Dieta: 93 Bezglutenowa Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 112g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Margaryna Delma Z Masłem 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Jajka 50g *(3), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Filet drobiowy got. - d 90g, Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Napój owocowy 250g, Zupa pomidorowa z ryżem B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 112g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Margaryna Delma Z Masłem 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 93 Bezglutenowa Dorośli:

Wartość energetyczna 1 911,6664 kcal

Białko 87,8731 g

w tym białko zwierzęce 64,6950 g
Tłuszcz 58,3401 g
Węglowodany 265,3662 g
Cukry proste 41,7500 g
Błonnik pokarmowy 11,2400 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 10,0060 g
Sód 2 414,64868 mg

Dieta: 95 Anoreksja Lekka Dorośli

Śniadanie

Bułka 100g *(1), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Masło Extra 30g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGIE ŚNIADANIE

Wafle Ryżowe 40g, Dżem Owoc. 80g

Obiad

Zupa wiedeńska 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 90g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 95 Anoreksja Lekka Dorośli:

Wartość energetyczna 2 683,1433 kcal
Białko 114,0871 g
w tym białko zwierzęce 67,1950 g
Tłuszcz 93,3991 g
Węglowodany 351,5052 g
Cukry proste 53,4000 g
Błonnik pokarmowy 19,8300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 48,1270 g
Sód 3 615,12168 mg

Dieta: 01 Podstawowa Fizjo. 1000

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Pasta mięsno-jarzynowa 50g *(3), Masło Extra 10g *(7), Rzodkiew Biała 40g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow - m 150g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Kuskus - m 100g *(1), Brokuły gotowane 100g, Kompot z czarnej porzeczki - m 150g

Podwieczorek

Mleko Uht - Smakowe 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 10g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 40g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 01 Podstawowa Fizjo. 1000:

Wartość energetyczna 1 394,2428 kcal

Białko 65,82995 g

w tym białko zwierzęce 38,1000 g

Tłuszcz 54,14426 g

Węglowodany 164,3135 g

Cukry proste 40,2870 g

Błonnik pokarmowy 17,5000 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 17,2528 g

Sód 2 934,45068 mg

Dieta: 02 Podstawowa Fizjo. 1400

Śniadanie

Bułka Z Dynią 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Pasta mięsno-jarzynowa 50g *(3), Rzodkiew Biała 40g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kuskus - m 100g *(1), Strogonow - m 150g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Kompot z czarnej porzeczki - m 150g, Brokuły gotowane 100g

Podwieczorek

Deser mascarpone 150g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 30g *(1), Chleb 20g *(1, 6), Masło Extra 15g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 02 Podstawowa Fizjo. 1400:

Wartość energetyczna 1 839,2428 kcal
Białko 73,78395 g
w tym białko zwierzęce 38,1600 g
Tłuszcz 90,67526 g
Węglowodany 189,3115 g
Cukry proste 34,6270 g
Błonnik pokarmowy 19,3800 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 39,3738 g
Sód 3 064,03068 mg

Dieta: 03 Podstawowa Fizjo. 1600

Śniadanie

Bułka Z Dynią 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Pasta mięsno-jarzynowa 50g *(3), Rzodkiew Biała 40g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow - m 150g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Kuskus - m 100g *(1), Kompot z czarnej porzeczki - m 150g, Brokuły gotowane 100g

Podwieczorek

Deser mascarpone 150g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 30g *(1), Chleb 20g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 03 Podstawowa Fizjo. 1600:

Wartość energetyczna 1 963,7428 kcal
Białko 77,02395 g
w tym białko zwierzęce 41,5600 g
Tłuszcz 100,87526 g
Węglowodany 194,3515 g
Cukry proste 39,4370 g
Błonnik pokarmowy 19,3800 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 46,8738 g
Sód 3 109,93068 mg

Dieta: 04 Podstawowa Fizjo. 1800

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml 130g *(1, 7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Rzodkiew Biała 40g, Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow -

m 150g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Kuskus - m 100g *(1), Brokuły gotowane 100g, Kompot z czarnej porzeczki - m 150g

Podwieczorek

Deser mascarpone 150g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 30g *(1), Chleb 20g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 04 Podstawowa Fizjo. 1800:

Wartość energetyczna 2 100,2036 kcal
Białko 84,40695 g
w tym białko zwierzęce 46,3000 g
Tłuszcz 104,84426 g
Węglowodany 213,4975 g
Cukry proste 43,2820 g
Błonnik pokarmowy 21,1200 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 47,5968 g
Sód 3 447,38468 mg

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml 130g *(1, 7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Bułka Z Dynią 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Rzodkiew Biała 40g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Kuskus 150g *(1), Brokuły gotowane 100g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Deser mascarpone 150g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6), Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 534,1938 kcal
Białko 101,22085 g
w tym białko zwierzęce 57,2600 g
Tłuszcz 126,52963 g
Węglowodany 255,3925 g
Cukry proste 50,0270 g

Błonnik pokarmowy 24,8040 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 52,3910 g
Sód 4 247,47818 mg

Dieta: 06 Podstawowa Fizjo. 2600

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 250 ml 250g *(1, 7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Rzodkiew Biała 40g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Kuskus 150g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 250g, Brokuły gotowane 100g

Podwieczorek

Deser mascarpone 150g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 06 Podstawowa Fizjo. 2600:

Wartość energetyczna 2 959,4923 kcal
Białko 118,5711 g
w tym białko zwierzęce 68,0950 g
Tłuszcz 136,91543 g
Węglowodany 322,1650 g
Cukry proste 62,0800 g
Błonnik pokarmowy 29,6800 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 56,3615 g
Sód 5 347,81202 mg

Dieta: 07 Podstawowa Fizjo. 2900

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 250 ml 250g *(1, 7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 25g *(7), Rzodkiew Biała 40g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Kuskus 150g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 250g, Brokuły gotowane 100g

Podwieczorek

Deser mascarpone 150g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 25g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe

40g, Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 07 Podstawowa Fizjo. 2900:

Wartość energetyczna 3 161,9923 kcal

Białko 121,8111 g

w tym białko zwierzęce 68,0950 g

Tłuszcz 145,76543 g

Węglowodany 349,2550 g

Cukry proste 62,5900 g

Błonnik pokarmowy 31,8300 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 62,4615 g

Sód 5 643,21202 mg

Dieta: 09 Lekkostrawna 1400

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Pomidory Szklarniowe 40g, Masło Extra 15g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Pasta mięsno-jarzynowa 50g *(3)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. 50g *(9), Sos ziołowy 80g *(1, 7), Kuskus 150g *(1), Kompot z czarnej porzeczki - m 150g, Marchew mini got. b/c 150g

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Tłusty 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 09 Lekkostrawna 1400:

Wartość energetyczna 1 833,5059 kcal

Białko 80,02375 g

w tym białko zwierzęce 41,7500 g

Tłuszcz 66,1912 g

Węglowodany 231,7375 g

Cukry proste 41,8670 g

Błonnik pokarmowy 20,9440 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 30,7135 g

Sód 4 017,11736 mg

Dieta: 10 Lekkostrawna 1800

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml 130g *(1, 7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. - d 70g *(9), Sos ziołowy 80g *(1, 7), Kuskus 150g *(1), Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki - m 150g

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 10 Lekkostrawna 1800:

Wartość energetyczna 2 334,7217 kcal
Białko 104,28175 g
w tym białko zwierzęce 57,5700 g
Tłuszcz 86,9432 g
Węglowodany 285,8235 g
Cukry proste 51,5720 g
Błonnik pokarmowy 24,8840 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 39,0865 g
Sód 4 730,87828 mg

Dieta: 11 Lekkostrawna 2300

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 250 ml 250g *(1, 7), Bułka 50g *(1), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 25g *(7)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. - d 70g *(9), Sos ziołowy 80g *(1, 7), Kuskus 150g *(1), Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 25g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 11 Lekkostrawna 2300:

Wartość energetyczna 2 715,7702 kcal
Białko 114,3770 g
w tym białko zwierzęce 61,7250 g
Tłuszcz 100,4690 g
Węglowodany 341,6510 g
Cukry proste 61,5250 g

Błonnik pokarmowy 28,9500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 47,5670 g
Sód 5 397,33212 mg

Dieta: 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Pasta mięsno-jarzynowa 50g *(3)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos ziołowy- m 50g *(1, 7), Kuskus 150g *(1), Marchew gotowana mielona 100g, Kompot z czarnej porzeczki - m 150g

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Tłusty 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400:

Wartość energetyczna 1 869,4082 kcal
Białko 82,55475 g
w tym białko zwierzęce 45,2350 g
Tłuszcz 74,2843 g
Węglowodany 219,7115 g
Cukry proste 37,4240 g
Błonnik pokarmowy 20,2790 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 28,7972 g
Sód 3 627,44368 mg

Dieta: 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml 130g *(1, 7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Masło Extra 20g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos ziołowy- m 50g *(1, 7), Kuskus 150g *(1), Marchew gotowana mielona 100g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800:

Wartość energetyczna 2 394,2195 kcal
Białko 104,76275 g
w tym białko zwierzęce 58,9550 g
Tłuszcz 97,5533 g
Węglowodany 276,3925 g
Cukry proste 49,1290 g
Błonnik pokarmowy 24,2190 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 37,1702 g
Sód 4 428,41768 mg

Dieta: 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 250 ml 250g *(1, 7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Pomidory Szklarniowe 40g, Masło Extra 25g *(7), Bułka 50g *(1)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos ziołowy 80g *(1, 7), Kuskus 150g *(1), Marchew gotowana mielona 100g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300:

Wartość energetyczna 2 795,9462 kcal
Białko 118,6920 g
w tym białko zwierzęce 66,5850 g
Tłuszcz 109,3640 g
Węglowodany 336,9310 g
Cukry proste 61,4700 g
Błonnik pokarmowy 27,3500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 44,5470 g
Sód 5 255,57752 mg

Dieta: 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 250 ml 250g *(1, 7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka 50g *(1), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Pomidory Szklarniowe 50g, Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka

got. 50g *(9), Kuskus 150g *(1), Sos ziołowy 80g *(1, 7), Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu:

Wartość energetyczna 2 071,2652 kcal

Białko 98,3570 g

w tym białko zwierzęce 64,2450 g

Tłuszcz 51,7810 g

Węglowodany 306,7610 g

Cukry proste 55,7150 g

Błonnik pokarmowy 26,8700 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 15,4120 g

Sód 4 972,9227 mg

Dieta: 20 Beztłuszczowa

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 50g *(1), Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10)

Obiad

Zupa beztłuszczowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. 50g *(9), Kuskus 150g *(1), Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Jogurt Owocowy 0 % Tłuszczu 140g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 80g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 20 Beztłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 269,1760 kcal

Białko 73,3130 g

w tym białko zwierzęce 36,4600 g

Tłuszcz 7,3952 g

Węglowodany 218,3500 g

Cukry proste 36,6200 g

Błonnik pokarmowy 19,8100 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 0,9300 g

Sód 3 829,2492 mg

Dieta: 21 bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Pomidory Szklarniowe 50g, Rama - Margaryna Roślinna B/MI, Bułka 50g *(1), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. - d 70g *(9), Kuskus 150g *(1), Sos ziołowy bgl bml 80g, Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI, Jajka 50g *(3), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 21 bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 878,1197 kcal

Białko 90,1720 g

w tym białko zwierzęce 59,9750 g

Tłuszcz 56,6540 g

Węglowodany 254,7010 g

Cukry proste 30,8750 g

Błonnik pokarmowy 24,3000 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 8,4300 g

Sód 5 150,11462 mg

Dieta: 22 Wegetariańska

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 250 ml 250g *(1, 7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 100g *(7), Ogórek Długi 50g, Dżem Owoc. 50g, Rzodkiew Biała 40g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow wegetariański 150g *(1, 6, 9), Kuskus - m 100g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 250g, Brokuły gotowane 100g

Podwieczorek

Deser mascarpone 150g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 100g, Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Z Warzywami 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 22 Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 790,9665 kcal
Białko 88,0140 g
w tym białko zwierzęce 17,2500 g
Tłuszcz 121,9602 g
Węglowodany 340,3470 g
Cukry proste 61,9150 g
Błonnik pokarmowy 30,3200 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 55,6885 g
Sód 3 867,82152 mg

Dieta: 25 Niskobiałkowa

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Pku Krojony B/GI 56g *(6), Masło Extra 15g *(7), Dżem Owoc. 80g, Ogórek Długi 50g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa niskobiałkowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Makaron b/gI pku gotowany 150g, Brokuły gotowane 100g, Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Pku Krojony B/GI 56g *(6), Masło Extra 15g *(7), Ogórek Kwaszony 100g, Pomidory Szklarniowe 100g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 25 Niskobiałkowa:

Wartość energetyczna 1 540,1440 kcal
Białko 13,7800 g
Tłuszcz 32,9862 g
Węglowodany 300,1860 g
Cukry proste 38,7510 g
Błonnik pokarmowy 18,4950 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 19,7590 g
Sód 2 256,34902 mg

Dieta: 26 Niskokaloryczna

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Ogórek Długi 50g, Pomidory Szklarniowe 50g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. 50g *(9), Kuskus 150g *(1), Marchew mini got. b/c 150g, Brokuły gotowane 100g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 70g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 26 Niskokaloryczna:

Wartość energetyczna 1 612,1380 kcal

Białko 73,8620 g

w tym białko zwierzęce 32,3100 g

Tłuszcz 39,8042 g

Węglowodany 243,0400 g

Cukry proste 43,5850 g

Błonnik pokarmowy 28,7250 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 11,5960 g

Sód 5 201,9967 mg

Dieta: 27 Płynna

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 250 ml 250g *(1, 7)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Kisiel 200g

Kolacja

Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 27 Płynna:

Wartość energetyczna 830,4635 kcal

Białko 32,9240 g

w tym białko zwierzęce 25,7500 g

Tłuszcz 19,7502 g

Węglowodany 135,8610 g

Cukry proste 71,9400 g

Błonnik pokarmowy 7,9900 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 12,9750 g

Sód 1 601,24152 mg

Dieta: 29 Wysokobiałkowa Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 250 ml 250g *(1, 7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3),

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ogórek Długi 50g, Rzodkiew Biała 40g

DRUGIE ŚNIADANIE

Masło Extra 20g *(7), Powidła 50g, Chleb 50g *(1, 6)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Kuskus 150g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 250g, Brokuły gotowane 100g

Podwieczorek

Deser mascarpone 150g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Masło Extra 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Chleb 100g *(1, 6)

DRUGA KOLACJA

Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Chleb 50g *(1, 6), Owoc

Wartości odżywcze diety 29 Wysokobiałkowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 712,9923 kcal
Białko 132,3711 g
w tym białko zwierzęce 74,3450 g
Tłuszcz 176,18543 g
Węglowodany 408,7350 g
Cukry proste 62,4200 g
Błonnik pokarmowy 33,9000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 80,6315 g
Sód 6 079,91202 mg

Dieta: 30 Gastroenterologia

Śniadanie

Herbata 2g, Pomidory Szklarniowe 50g, Masło Extra 20g *(7), Bułka 50g *(1), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml 130g *(1, 7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. 50g *(9), Sos ziołowy 80g *(1, 7), Kuskus 150g *(1), Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 30 Gastroenterologia:

Wartość energetyczna 2 433,4150 kcal
Białko 113,3420 g
w tym białko zwierzęce 60,1650 g
Tłuszcz 90,6360 g
Węglowodany 296,0410 g
Cukry proste 51,4250 g
Błonnik pokarmowy 26,1800 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 50,2320 g
Sód 5 386,9092 mg

Dieta: 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ogórek Kwaszony 50g, Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10), Jabłka

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. 50g *(9), Sos ziołowy 80g *(1, 7), Ryż gotowany brązowy - 200g 200g, Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Biszkopty B/C 50g *(1, 3)

Kolacja

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Zielona 80g

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Pomidory Szklarniowe 50g, Owoc

Wartości odżywcze diety 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna:

Wartość energetyczna 2 969,0132 kcal
Białko 117,2740 g
w tym białko zwierzęce 60,2950 g
Tłuszcz 100,5140 g
Węglowodany 406,1670 g
Cukry proste 26,0600 g
Błonnik pokarmowy 37,9550 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 54,1610 g
Sód 6 149,3952 mg

Dieta: 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych

węglowodanów

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ogórek Kwaszony 50g, Jabłka 200g, Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Ryż gotowany brązowy - 200g 200g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g, Brokuły gotowane 100g

Podwieczorek

Biszkopty B/C 50g *(1, 3)

Kolacja

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Zielona 80g

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Pomidory Szklarniowe 50g, Owoc

Wartości odżywcze diety 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 3 279,5903 kcal
Białko 126,4991 g
w tym białko zwierzęce 66,1450 g
Tłuszcz 129,63243 g
Węglowodany 406,0030 g
Cukry proste 35,3600 g
Błonnik pokarmowy 39,2500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 58,0315 g
Sód 5 632,59202 mg

Dieta: 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Dżem B/C 50g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. 50g *(9), Sos ziołowy 80g *(1, 7), Ryż gotowany brązowy - 200g 200g,

Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Sok Pomidorowy 300g

Wartości odżywcze diety 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 830,8132 kcal

Białko 116,8740 g

w tym białko zwierzęce 65,3950 g

Tłuszcz 100,7340 g

Węglowodany 373,6370 g

Cukry proste 30,7950 g

Błonnik pokarmowy 32,0400 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 55,6020 g

Sód 5 744,2452 mg

Dieta: 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Ogórek Kwaszony 50g, Jabłka 200g, Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. 50g *(9), Sos ziołowy bgl bml 80g, Ryż gotowany brązowy - 200g 200g, Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Biszkopty B/C 50g *(1, 3)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Papryka Świeża Zielona 80g, Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Pomidory Szklarniowe 50g, Owoc

Wartości odżywcze diety 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 756,6332 kcal
Białko 99,6540 g
w tym białko zwierzęce 64,8950 g
Tłuszcz 110,5920 g
Węglowodany 351,7050 g
Cukry proste 27,2100 g
Błonnik pokarmowy 23,3850 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 53,4590 g
Sód 4 535,8702 mg

Dieta: 35 Bezglutenowa

Śniadanie

Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. - d 70g *(9), Sos ziołowy bgl bml 80g, Ryż gotowany - 200g 200g, Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Jajka 50g *(3), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 35 Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 2 084,3297 kcal
Białko 92,9590 g
w tym białko zwierzęce 68,4750 g
Tłuszcz 80,1110 g
Węglowodany 258,0510 g
Cukry proste 42,2150 g
Błonnik pokarmowy 15,7500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,8000 g
Sód 4 708,22712 mg

Dieta: 36 Bezglutenowa Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna Roślinna B/MI, Pomidory Szklarniowe 50g, Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos ziołowy bgl bml 80g, Ryż gotowany - 200g 200g, Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki 250g, Filet z indyka got. 50g *(9)

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna Roślinna B/MI, Jajka 50g *(3), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 36 Bezglutenowa Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 723,2247 kcal

Białko 68,3790 g

w tym białko zwierzęce 52,2950 g

Tłuszcz 56,4030 g

Węglowodany 243,7910 g

Cukry proste 28,2750 g

Błonnik pokarmowy 15,7500 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 8,1000 g

Sód 4 411,0177 mg

Dieta: 38 Onkologiczna Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Dżem B/C 50g, Pomidory Szklarniowe 50g, Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml 130g *(1, 7), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Kuskus 150g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 250g, Brokuły gotowane 100g

Podwieczorek

Twarożek grani z musem z owoców 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g, Twaróg Z Warzywami 40g *(7)

DRUGA KOLACJA

Sok Pomidorowy

Wartości odżywcze diety 38 Onkologiczna Podstawowa:

Wartość energetyczna 2 670,9921 kcal

Białko 122,5571 g

w tym białko zwierzęce 65,3150 g

Tłuszcz 109,57443 g

Węglowodany 310,7670 g

Cukry proste 43,1350 g

Błonnik pokarmowy 27,4850 g

Dieta: 39 Onkologiczna Lekkostrawna

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml 130g *(1, 7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Masło Extra 20g *(7), Bułka 50g *(1), Dżem B/C 50g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. 50g *(9), Sos ziołowy 80g *(1, 7), Kuskus 150g *(1), Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek grani z musem z owoców 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 39 Onkologiczna Lekkostrawna:

Wartość energetyczna 2 286,5150 kcal

Białko 101,3220 g

w tym białko zwierzęce 49,9650 g

Tłuszcz 83,4060 g

Węglowodany 287,8310 g

Cukry proste 39,7050 g

Błonnik pokarmowy 25,7400 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 33,2990 g

Sód 5 180,5892 mg

Dieta: 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml 130g *(1, 7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Masło Extra 10g *(7), Bułka 50g *(1), Dżem B/C 50g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. 50g *(9), Sos ziołowy 80g *(1, 7), Kuskus 150g *(1), Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek grani z musem z owoców 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 10g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu:

Wartość energetyczna 2 001,1150 kcal
Białko 105,4020 g
w tym białko zwierzęce 60,1650 g
Tłuszcz 52,6060 g
Węglowodany 283,4510 g
Cukry proste 37,0250 g
Błonnik pokarmowy 25,7400 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 20,0390 g
Sód 5 133,7892 mg

Dieta: 41 Onkologiczna Mielona

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml 130g *(1, 7), Dżem B/C 50g, Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony 80g, Kuskus 150g *(1), Sos ziołowy 80g *(1, 7), Marchew gotowana mielona 100g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek grani z musem z owoców 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 41 Onkologiczna Mielona:

Wartość energetyczna 2 436,2960 kcal
Białko 113,0020 g
w tym białko zwierzęce 62,5050 g
Tłuszcz 96,8840 g
Węglowodany 283,0310 g
Cukry proste 40,0550 g
Błonnik pokarmowy 25,1900 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 33,2790 g
Sód 5 125,58152 mg

Dieta: 42 Onkologiczna Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI, Dżem B/C 50g, Pomidory Szklarniowe 50g, Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. 50g *(9), Sos ziołowy bgl bml 80g, Kuskus 150g *(1), Marchew

mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI, Jajka 50g *(3), Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 42 Onkologiczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 842,9647 kcal

Białko 82,6270 g

w tym białko zwierzęce 52,2950 g

Tłuszcz 56,1010 g

Węglowodany 256,4010 g

Cukry proste 35,5750 g

Błonnik pokarmowy 22,6600 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 8,3750 g

Sód 5 019,1177 mg

Dieta: 43 Onkologiczna Beztłuszczowa

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Bułka 50g *(1), Dżem Owoc. 50g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. 50g *(9), Kuskus 150g *(1), Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 43 Onkologiczna Beztłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 483,5260 kcal

Białko 66,5880 g

w tym białko zwierzęce 36,4600 g

Tłuszcz 7,8302 g

Węglowodany 283,6000 g

Cukry proste 44,1200 g

Błonnik pokarmowy 22,0100 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 0,9400 g

Sód 3 540,4367 mg

Dieta: 44 Onkologiczna Wegetariańska

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 250 ml 250g *(1, 7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 100g, Dżem B/C 50g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow wegetariański 150g *(1, 6, 9), Kuskus 150g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 250g, Brokuły gotowane 100g

Podwieczorek

Twarożek grani z musem z owoców 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Z Warzywami 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 100g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 44 Onkologiczna Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 513,2675 kcal
Białko 92,2420 g
w tym białko zwierzęce 17,2500 g
Tłuszcz 97,5972 g
Węglowodany 322,8350 g
Cukry proste 57,8700 g
Błonnik pokarmowy 32,0450 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 41,6315 g
Sód 4 413,79152 mg

Dieta: 45 Onkologiczna Bezglutenowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Masło Extra 20g *(7), Dżem B/C 50g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. 50g *(9), Sos ziołowy bgl bml 80g, Ryż gotowany - 200g 200g, Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek grani z musem z owoców 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Szyunka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 45 Onkologiczna Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 1 974,6747 kcal
Białko 88,4840 g
w tym białko zwierzęce 60,7950 g
Tłuszcz 75,8480 g
Węglowodany 246,7710 g
Cukry proste 28,2550 g
Błonnik pokarmowy 15,3100 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 28,6070 g
Sód 4 818,2102 mg

Dieta: 46 Anoreksja Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 250 ml 250g *(1, 7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Ogórek Długi 50g, Rzodkiew Biała 40g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Chrupki 25g, Paprykarz Wegański 57,5g *(6, 9, 10, 11), Pomidory Szklarniowe 50g, Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Kuskus 150g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 250g, Brokuły gotowane 100g

Podwieczorek

Deser mascarpone 150g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Z Warzywami 40g *(7)

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Owoc

Wartości odżywcze diety 46 Anoreksja Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 749,5423 kcal
Białko 133,7261 g
w tym białko zwierzęce 74,3450 g
Tłuszcz 179,03793 g
Węglowodany 407,5250 g
Cukry proste 85,5350 g
Błonnik pokarmowy 33,4825 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 80,5465 g
Sód 6 078,41202 mg

Dieta: 48 Anoreksja Lekka

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 250 ml 250g *(1, 7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Masło Extra 30g *(7), Bułka 50g *(1)

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Chrupki 25g, Pomidory Szklarniowe 50g, Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g, Masło Extra 20g *(7), Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 80g *(10)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. - d 70g *(9), Sos ziołowy 80g *(1, 7), Kuskus 150g *(1), Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Twaróg Tłusty 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 48 Anoreksja Lekka:

Wartość energetyczna 3 502,5202 kcal

Białko 147,0095 g

w tym białko zwierzęce 76,1750 g

Tłuszcz 153,1065 g

Węglowodany 387,8660 g

Cukry proste 84,6900 g

Błonnik pokarmowy 30,3525 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 77,6370 g

Sód 6 664,42212 mg

Dieta: 49 Anoreksja wegetariańska

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 250 ml 250g *(1, 7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Ogórek Długi 50g, Rzodkiew Biała 40g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Chrupki, Paprykarz Wegański 57,5g *(6, 9, 10, 11), Pomidory Szklarniowe, Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow wegetariański 150g *(1, 6, 9), Kuskus 150g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 250g, Brokuły gotowane 100g

Podwieczorek

Deser mascarpone 150g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g, Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Z Warzywami 100g *(7)

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Owoc

Wartości odżywcze diety 49 Anoreksja wegetariańska:

Wartość energetyczna 3 517,0175 kcal
Białko 105,5910 g
w tym białko zwierzęce 23,5000 g
Tłuszcz 163,8007 g
Węglowodany 407,7630 g
Cukry proste 86,0100 g
Błonnik pokarmowy 34,5125 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 81,5035 g
Sód 4 972,76152 mg

Dieta: 50 Mukowiscydozowa Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 250 ml 250g *(1, 7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ogórek Długi 50g, Rzodkiew Biała 40g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Powidła 50g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Kuskus 150g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 250g, Brokuły gotowane 100g

Podwieczorek

Deser mascarpone 150g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Kawiorek Pszeny 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Z Warzywami 40g *(7)

DRUGA KOLACJA

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Owoc

Wartości odżywcze diety 50 Mukowiscydozowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 826,4923 kcal
Białko 133,5611 g
w tym białko zwierzęce 74,3450 g
Tłuszcz 185,88543 g
Węglowodany 413,2750 g
Cukry proste 63,4800 g
Błonnik pokarmowy 32,9500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 86,7315 g
Sód 5 918,11202 mg

Dieta: 55 Biorcy Szpiku

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Pierś Pieczona Z

Kurczaka Bgl Bml 80g *(10)

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Dżem B/C 50g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. 50g *(9), Ryż gotowany - 200g 200g, Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g, Sos ziołowy bgl bml 80g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 80g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Szynka Delikatesowa Z Kurczątkami 80g *(7, 10)

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 55 Biorcy Szpiku:

Wartość energetyczna 2 017,0937 kcal

Białko 76,2280 g

w tym białko zwierzęce 30,5600 g

Tłuszcz 67,9860 g

Węglowodany 280,6600 g

Cukry proste 31,0100 g

Błonnik pokarmowy 18,0100 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 34,3120 g

Sód 5 643,1877 mg

Dieta: 56 Mielona Roczna

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 10g *(7), Pasta mięsno-jarzynowa 50g *(3), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos ziołowy- m 50g *(1, 7), Kuskus - m 100g *(1), Marchew gotowana mielona 100g, Kompot z czarnej porzeczki - m 150g

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 10g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 56 Mielona Roczna:

Wartość energetyczna 1 480,7072 kcal

Białko 77,13275 g

w tym białko zwierzęce 48,6350 g
Tłuszcz 54,0863 g
Węglowodany 175,5855 g
Cukry proste 30,6240 g
Błonnik pokarmowy 17,8790 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 20,5822 g
Sód 3 014,42368 mg

Dieta: 57 Roczna Bezmleczna

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Pasta mięsno-jarzynowa 50g *(3), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos ziołowy bgl bml 80g, Kuskus - m 100g *(1), Marchew gotowana mielona 100g, Kompot z czarnej porzeczki - m 150g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 57 Roczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 439,1337 kcal
Białko 69,2970 g
w tym białko zwierzęce 49,2850 g
Tłuszcz 51,6020 g
Węglowodany 178,2940 g
Cukry proste 26,8200 g
Błonnik pokarmowy 18,6700 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 6,3270 g
Sód 3 742,32002 mg

Dieta: 58 Dieta bezlaktozowa

Śniadanie

Mleko Bez Laktozy 250g *(7), Masło Bez Laktozy 25g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Płatki Kukurydziane 30g *(1), Dżem Owoc. 50g, Ogórek Długi 50g, Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3)

Obiad

Kuskus - m 100g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 250g, Zupa selerowa z ziemniakami B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Brokuły gotowane 100g, Filet z indyka got. - d 90g *(9), Sos ziołowy bgl bml 80g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Masło Bez Laktozy 25g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Herbata 1g, Twaróg Półtłusty Bez Laktozy 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 58 Dieta bezlaktozowa:

Wartość energetyczna 2 272,4187 kcal
Białko 98,4400 g
w tym białko zwierzęce 44,2250 g
Tłuszcz 80,8160 g
Węglowodany 293,5850 g
Cukry proste 51,7400 g
Błonnik pokarmowy 22,9050 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 35,5800 g
Sód 4 939,69462 mg

Dieta: 59 Roczna Mieszana Obiad

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos ziołowy- m 50g *(1, 7), Kuskus - m 100g *(1), Marchew gotowana mielona 100g, Kompot z czarnej porzeczki - m 150g

Wartości odżywcze diety 59 Roczna Mieszana Obiad:

Wartość energetyczna 621,7967 kcal
Białko 35,38475 g
w tym białko zwierzęce 22,6700 g
Tłuszcz 14,8323 g
Węglowodany 89,8045 g
Cukry proste 3,4340 g
Błonnik pokarmowy 9,7990 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 1,9672 g
Sód 2 431,20368 mg

Dieta: 60 Bogatoresztkowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ogórek Długi 80g, Dżem B/C 80g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Ryż gotowany brązowy - 200g 200g, Brokuły gotowane 100g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka

Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Papryka Świeża Zielona 80g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 60 Bogatoresztkowa:

Wartość energetyczna 2 748,0903 kcal
Białko 109,6291 g
w tym białko zwierzęce 59,5950 g
Tłuszcz 113,61243 g
Węglowodany 332,1130 g
Cukry proste 58,9900 g
Błonnik pokarmowy 31,4000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 44,4255 g
Sód 4 423,38202 mg

Dieta: 61 Papkowata

Śniadanie

Herbata 2g, Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml 130g *(1, 7), miks - śniadanie 400g *(7)

Obiad

miks - obiad 400g *(7)

Podwieczorek

Kisiel 200g

Kolacja

miks - kolacja 400g *(7)

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 61 Papkowata:

Wartość energetyczna 1 530,8003 kcal
Białko 80,0000 g
w tym białko zwierzęce 63,1200 g
Tłuszcz 42,1800 g
Węglowodany 213,0300 g
Cukry proste 57,2700 g
Błonnik pokarmowy 16,2800 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 12,3900 g
Sód 544,7940 mg

Dieta: 81 Podstawowa Dorośli 2300

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml 130g *(1, 7), Kawa mleczna 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Chleb 30g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Rzodkiew Biała 40g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow 200g

*(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Kuskus - m 100g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 250g, Brokuły gotowane 100g

Podwieczorek

Deser mascarpone 150g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Z Warzywami 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 81 Podstawowa Dorośli 2300:

Wartość energetyczna 2 554,1911 kcal
Białko 103,1291 g
w tym białko zwierzęce 54,1150 g
Tłuszcz 118,26743 g
Węglowodany 273,9790 g
Cukry proste 56,1900 g
Błonnik pokarmowy 26,0900 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 32,8815 g
Sód 4 166,51602 mg

Dieta: 82 Podstawowa Dorośli 2600

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 250 ml 250g *(1, 7), Kawa mleczna - d 350g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Rzodkiew Biała 40g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Kuskus 150g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 250g, Brokuły gotowane 100g

Podwieczorek

Deser mascarpone 150g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 80g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 30g, Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Z Warzywami 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 82 Podstawowa Dorośli 2600:

Wartość energetyczna 3 010,2923 kcal
Białko 118,1071 g
w tym białko zwierzęce 61,5950 g
Tłuszcz 129,78943 g
Węglowodany 344,8850 g
Cukry proste 70,5100 g
Błonnik pokarmowy 30,4900 g

Dieta: 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml 130g *(1, 7), Kawa mleczna 250g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Rama - Margaryna Roślinna B/MI, Bułka 50g *(1)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. - d 70g *(9), Sos ziołowy 80g *(1, 7), Kuskus 150g *(1), Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI, Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli:

Wartość energetyczna 2 226,7700 kcal

Białko 111,7470 g

w tym białko zwierzęce 69,5450 g

Tłuszcz 65,0590 g

Węglowodany 299,6910 g

Cukry proste 56,1150 g

Błonnik pokarmowy 26,0600 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 22,1770 g

Sód 5 048,21612 mg

Dieta: 85 Lekkostrawna Dorośli

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml 130g *(1, 7), Kawa mleczna 250g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Margaryna Do Kanapek 20g, Bułka 50g *(1)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. - d 70g *(9), Sos ziołowy 80g *(1, 7), Kuskus 150g *(1), Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Tłusty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 85 Lekkostrawna Dorośli:

Wartość energetyczna 2 299,1700 kcal
Białko 104,1870 g
w tym białko zwierzęce 55,9450 g
Tłuszcz 75,8590 g
Węglowodany 298,6910 g
Cukry proste 53,8750 g
Błonnik pokarmowy 26,0600 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 14,7370 g
Sód 5 048,21612 mg

Dieta: 86 Mielona Dorośli

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 250 ml 250g *(1, 7), Kawa mleczna 250g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Margaryna Do Kanapek 20g, Bułka 50g *(1)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos ziołowy 80g *(1, 7), Kuskus 150g *(1), Marchew gotowana mielona 100g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Tłusty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 86 Mielona Dorośli:

Wartość energetyczna 2 517,1962 kcal
Białko 113,5520 g
w tym białko zwierzęce 64,8850 g
Tłuszcz 91,9740 g
Węglowodany 307,8510 g
Cukry proste 60,5750 g
Błonnik pokarmowy 25,1500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 16,6470 g
Sód 5 038,93752 mg

Dieta: 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Dorośli

Śniadanie

Kawa mleczna b/c 250g *(7), Bułka Grahamka 140g *(1), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Margaryna Do Kanapek 20g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Ogórek Kwaszony 50g, Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. - d 70g *(9), Sos ziołowy 80g *(1, 7), Ryż gotowany brązowy - 200g 200g, Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Biszkopty B/C 50g *(1, 3)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Twaróg Tłusty 80g *(7), Margaryna Do Kanapek 20g, Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Zielona 80g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Jajka 50g *(3), Pomidory Szklarniowe 50g, Owoc

Wartości odżywcze diety 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Dorośli:

Wartość energetyczna 2 936,9682 kcal

Białko 122,6090 g

w tym białko zwierzęce 57,7750 g

Tłuszcz 93,4170 g

Węglowodany 400,3570 g

Cukry proste 25,0200 g

Błonnik pokarmowy 34,6750 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 7,5910 g

Sód 6 288,27212 mg

Dieta: 88 Wegetariańska Dorośli

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml 130g *(1, 7), Kawa mleczna 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Tłusty 80g *(7), Ogórek Długi 50g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow wegetariański 150g *(1, 6, 9), Kuskus 150g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 250g, Brokuły gotowane 100g

Podwieczorek

Deser mascarpone 150g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Z Warzywami 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 100g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 88 Wegetariańska Dorośli:

Wartość energetyczna 2 499,3673 kcal
Białko 81,9060 g
w tym białko zwierzęce 11,4700 g
Tłuszcz 103,7982 g
Węglowodany 308,6030 g
Cukry proste 55,4250 g
Błonnik pokarmowy 30,6300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 29,0285 g
Sód 4 088,84552 mg

Dieta: 89 Beztłuszczowa Dorośli

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 100g *(1), Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10)

Obiad

Zupa beztłuszczowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. - d 70g *(9), Kuskus 150g *(1), Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Jogurt Owocowy 0 % Tłuszczu 140g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 89 Beztłuszczowa Dorośli:

Wartość energetyczna 1 563,6310 kcal
Białko 86,7980 g
w tym białko zwierzęce 44,1400 g
Tłuszcz 10,1782 g
Węglowodany 273,6000 g
Cukry proste 34,1400 g
Błonnik pokarmowy 23,8400 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 1,2200 g
Sód 4 268,26612 mg

Dieta: 90 Anoreksja Dorośli

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 250 ml 250g *(1, 7), Kawa mleczna 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Ogórek Długi 50g, Rzodkiew Biała 40g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Chrupki 25g, Paprykarz Wegański 57,5g *(6, 9, 10, 11), Pomidory Szklarniowe 50g, Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Kuskus 150g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 250g, Brokuły gotowane 100g

Podwieczorek

Deser mascarpone 150g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 150g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 90 Anoreksja Dorośli:

Wartość energetyczna 3 533,6423 kcal

Białko 120,4761 g

w tym białko zwierzęce 58,1950 g

Tłuszcz 155,24793 g

Węglowodany 412,9950 g

Cukry proste 84,0850 g

Błonnik pokarmowy 32,0325 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 64,6165 g

Sód 5 589,78202 mg

Dieta: 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian

Śniadanie

Bułka Z Dynią 50g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Ogórek Długi 100g, Kawa mleczna 250g *(7), Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 250 ml 250g *(1, 7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Chrupki 25g, Paprykarz Wegański 57,5g *(6, 9, 10, 11), Pomidory Szklarniowe 50g, Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow wegetariański 150g *(1, 6, 9), Kuskus 150g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 250g, Brokuły gotowane 100g

Podwieczorek

Deser mascarpone 150g *(1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 150g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Twaróg Z Warzywami 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 100g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian:

Wartość energetyczna 3 304,0175 kcal

Białko 96,6310 g

w tym białko zwierzęce 15,5500 g

Tłuszcz 139,3707 g

Węglowodany 413,1430 g

Cukry proste 85,2000 g

Błonnik pokarmowy 33,5525 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 67,2385 g
Sód 4 882,77152 mg

Dieta: 93 Bezglutenowa Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 112g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3), Margaryna Do Kanapek 20g, Pomidory Szklarniowe 40g, Rzodkiew Biała 40g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. - d 70g *(9), Ryż gotowany - 200g 200g, Sos ziołowy bgl bml 80g, Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 112g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Jajka 50g *(3), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 93 Bezglutenowa Dorośli:

Wartość energetyczna 2 265,6897 kcal
Białko 93,6690 g
w tym białko zwierzęce 68,4750 g
Tłuszcz 73,5150 g
Węglowodany 318,4250 g
Cukry proste 41,7750 g
Błonnik pokarmowy 15,6300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 10,7950 g
Sód 4 709,02712 mg

Dieta: 95 Anoreksja Lekka Dorośli

Śniadanie

Pomidory Szklarniowe 50g, Masło Extra 30g *(7), Bułka 50g *(1), Kawa mleczna 250g *(7), Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 250 ml 250g *(1, 7), Pasta mięsno-jarzynowa - d 80g *(3)

DRUGIE ŚNIADANIE

Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Chleb Chrupki 25g, Piersz Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 80g *(10), Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. - d 70g *(9), Sos ziołowy 80g *(1, 7), Kuskus 150g *(1), Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7),
Twaróg Tłusty 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety

Wartości odżywcze diety 95 Anoreksja Lekka Dorośli:

Wartość energetyczna 3 095,4202 kcal

Białko 130,3095 g

w tym białko zwierzęce 60,0250 g

Tłuszcz 125,1165 g

Węglowodany 361,1360 g

Cukry proste 84,0700 g

Błonnik pokarmowy 28,7525 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 64,7620 g

Sód 5 962,64212 mg

Dieta: 01 Podstawowa Fizjo. 1000

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Sopocka 40g *(6), Ogórek Długi 40g, Roszponka 10g

Obiad

Zupa krupnik - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy pieczony 100g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Buraki gotowane 100g, Kompot z czerwonej porzeczki - m 150g, Sos koperkowy - m 50g *(1, 7, 9)

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 01 Podstawowa Fizjo. 1000:

Wartość energetyczna 1 434,9719 kcal

Białko 62,0879 g

w tym białko zwierzęce 31,0350 g

Tłuszcz 68,8136 g

Węglowodany 160,6038 g

Cukry proste 32,3780 g

Błonnik pokarmowy 15,6985 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 23,2905 g

Sód 2 233,32276 mg

Dieta: 02 Podstawowa Fizjo. 1400

Śniadanie

Kakao - m 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Sopocka 40g *(6), Ogórek Długi 40g, Jajka 50g *(3), Roszponka 10g

Obiad

Zupa krupnik - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy pieczony 100g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Kompot z czerwonej porzeczki - m 150g, Warzywa pieczone 120g, Sos tzatziki - m 50g *(7)

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem 50g *(7), Sałata Szklarniowa

20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 02 Podstawowa Fizjo. 1400:

Wartość energetyczna 1 729,9555 kcal
Białko 74,34741 g
w tym białko zwierzęce 32,0700 g
Tłuszcz 81,95109 g
Węglowodany 193,29802 g
Cukry proste 41,1390 g
Błonnik pokarmowy 19,9315 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 25,6315 g
Sód 2 618,71192 mg

Dieta: 03 Podstawowa Fizjo. 1600

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 15g *(7), Połudwica Sopocka 40g *(6), Kakao 250g *(7), Ogórek Długi 40g, Jajka 50g *(3), Roszponka 10g

Obiad

Zupa krupnik - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy pieczony 100g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Kompot z czerwonej porzeczki - m 150g, Warzywa pieczone 120g, Sos tzatziki - m 50g *(7)

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 03 Podstawowa Fizjo. 1600:

Wartość energetyczna 1 834,8815 kcal
Białko 78,79291 g
w tym białko zwierzęce 35,4700 g
Tłuszcz 84,15559 g
Węglowodany 210,53652 g
Cukry proste 48,3390 g
Błonnik pokarmowy 20,6815 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 27,1365 g
Sód 3 054,81692 mg

Dieta: 04 Podstawowa Fizjo. 1800

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Połudwica Sopocka 40g *(6), Ogórek Długi 40g, Jajka 50g *(3), Roszponka 10g, Mleko

got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Zupa krupnik - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy pieczony 100g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Kompot z czerwonej porzeczki - m 150g, Warzywa pieczone 120g, Sos tzatziki - m 50g *(7)

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 40g, Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem 50g *(7)

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 04 Podstawowa Fizjo. 1800:

Wartość energetyczna 2 021,5815 kcal

Białko 90,83291 g

w tym białko zwierzęce 40,5700 g

Tłuszcz 96,03559 g

Węglowodany 218,34652 g

Cukry proste 55,8190 g

Błonnik pokarmowy 20,6815 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 35,6265 g

Sód 3 495,29692 mg

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Ogórek Długi 40g, Jajka 50g *(3), Roszponka 10g

Obiad

Zupa krupnik - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy pieczony 100g *(1, 3), Sos tzatziki 80g *(7), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z czerwonej porzeczki - m 150g, Warzywa pieczone 120g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 40g, Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem 50g *(7)

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 169,6676 kcal
Białko 96,80785 g
w tym białko zwierzęce 41,4300 g
Tłuszcz 97,74885 g
Węglowodany 245,5927 g
Cukry proste 56,4190 g
Błonnik pokarmowy 23,1015 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 35,6755 g
Sód 3 778,68992 mg

Dieta: 06 Podstawowa Fizjo. 2600

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 25g *(7), Połędwica Sopocka 60g *(6), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Ogórek Długi 40g, Jajka 50g *(3), Roszponka 10g

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy pieczony 100g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Sos tzatziki 80g *(7), Kompot z czerwonej porzeczki 250g, Warzywa pieczone 120g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 25g *(7), Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem - d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 60g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 06 Podstawowa Fizjo. 2600:

Wartość energetyczna 2 597,6791 kcal
Białko 114,95235 g
w tym białko zwierzęce 44,8300 g
Tłuszcz 112,10695 g
Węglowodany 302,9622 g
Cukry proste 65,6600 g
Błonnik pokarmowy 27,4670 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 44,5985 g
Sód 4 812,51184 mg

Dieta: 07 Podstawowa Fizjo. 2900

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Połędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 40g, Jajka 50g *(3), Roszponka 10g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Kotlet mięsno-jarzynowy pieczony 100g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Sos tzatziki 80g *(7), Kompot z czerwonej porzeczki

250g, Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Warzywa pieczone 120g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 100g *(1), Masło Extra 25g *(7), Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem - d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 60g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 07 Podstawowa Fizjo. 2900:

Wartość energetyczna 2 867,8591 kcal

Białko 124,20635 g

w tym białko zwierzęce 44,8300 g

Tłuszcz 118,63895 g

Węglowodany 346,5427 g

Cukry proste 67,0150 g

Błonnik pokarmowy 31,7170 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 47,6595 g

Sód 5 202,79684 mg

Dieta: 09 Lekkostrawna 1400

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Ogórek Długi 40g, Roszponka 10g, Kakao - m 150g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Zupa krupnik - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany - m / diety 60g *(1, 3, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Buraki gotowane 100g, Kompot z czerwonej porzeczki - m 150g, Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9)

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 09 Lekkostrawna 1400:

Wartość energetyczna 1 619,4295 kcal

Białko 71,3674 g

w tym białko zwierzęce 25,3700 g

Tłuszcz 68,4202 g

Węglowodany 207,1123 g

Cukry proste 44,3500 g

Błonnik pokarmowy 16,8625 g

Dieta: 10 Lekkostrawna 1800

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Ogórek Długi 40g, Roszponka 10g, Kakao - m 150g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Pulpet gotowany - diety 80g *(1, 3, 9), Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Zupa krupnik - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kompot z czerwonej porzeczki - m 150g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 10 Lekkostrawna 1800:

Wartość energetyczna 1 798,7395 kcal

Białko 82,92375 g

w tym białko zwierzęce 29,0950 g

Tłuszcz 77,54435 g

Węglowodany 226,8730 g

Cukry proste 45,6610 g

Błonnik pokarmowy 19,2195 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 32,7890 g

Sód 3 870,0946 mg

Dieta: 11 Lekkostrawna 2300

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 40g, Roszponka 10g, Kakao 250g *(7)

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany - diety 80g *(1, 3, 9), Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 11 Lekkostrawna 2300:

Wartość energetyczna 2 248,6360 kcal
Białko 102,54075 g
w tym białko zwierzęce 35,8950 g
Tłuszcz 87,01695 g
Węglowodany 298,9540 g
Cukry proste 61,2660 g
Błonnik pokarmowy 23,9870 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 36,0520 g
Sód 4 796,80152 mg

Dieta: 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Ogórek Długi 40g, Roszponka 10g, Kakao - m 150g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z czerwonej porzeczki - m 150g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400:

Wartość energetyczna 1 792,3725 kcal
Białko 80,3349 g
w tym białko zwierzęce 32,7900 g
Tłuszcz 66,5703 g
Węglowodany 222,2593 g
Cukry proste 44,7200 g
Błonnik pokarmowy 19,9600 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 32,6040 g
Sód 4 170,23268 mg

Dieta: 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Ogórek Długi 40g, Roszponka 10g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao - m 150g *(7)

Obiad

Zupa krupnik - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z czerwonej porzeczki - m 150g, Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800:

Wartość energetyczna 1 863,3910 kcal
Białko 87,96575 g
w tym białko zwierzęce 32,7900 g
Tłuszcz 63,78035 g
Węglowodany 238,1260 g
Cukry proste 46,5100 g
Błonnik pokarmowy 21,4625 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 29,8640 g
Sód 4 296,95076 mg

Dieta: 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 40g, Roszponka 10g, Kakao 250g *(7)

Obiad

Buraki gotowane - d 150g, Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300:

Wartość energetyczna 2 264,6375 kcal
Białko 105,79275 g
w tym białko zwierzęce 39,5900 g
Tłuszcz 76,25295 g
Węglowodany 293,1770 g
Cukry proste 61,1900 g
Błonnik pokarmowy 23,8600 g

Dieta: 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Polędwica Sopocka 50g *(6), Ogórek Długi 40g, Roszponka 10g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany - diety 80g *(1, 3, 9), Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu:

Wartość energetyczna 1 728,8860 kcal

Białko 78,96975 g

w tym białko zwierzęce 27,3950 g

Tłuszcz 61,86795 g

Węglowodany 250,1070 g

Cukry proste 42,7860 g

Błonnik pokarmowy 21,7870 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 13,3720 g

Sód 3 983,39152 mg

Dieta: 20 Beztłuszczowa

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 50g *(1), Dżem Owoc. 50g, Ogórek Długi 40g, Roszponka 10g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 20 Beztłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 426,1160 kcal
Białko 74,84775 g
w tym białko zwierzęce 29,0000 g
Tłuszcz 11,21195 g
Węglowodany 260,8770 g
Cukry proste 42,9400 g
Błonnik pokarmowy 20,6800 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 2,9710 g
Sód 3 525,83768 mg

Dieta: 21 bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Dżem Owoc. 70g, Ogórek Długi 40g, Jajka 50g *(3), Roszponka 10g

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany - diety 80g *(1, 3, 9), Sos koperkowy b/gł b/ml 80g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 21 bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 791,7460 kcal
Białko 66,28475 g
w tym białko zwierzęce 24,8750 g
Tłuszcz 58,00295 g
Węglowodany 285,0470 g
Cukry proste 35,3660 g
Błonnik pokarmowy 21,5370 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 8,3410 g
Sód 3 848,60402 mg

Dieta: 22 Wegetariańska

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Jajka 50g *(3), Roszponka 10g, Ogórek Długi 40g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa krupnik wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet gryczany 130g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g, Warzywa pieczone 120g, Sos tzatziki 80g *(7)

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem - d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 22 Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 571,6817 kcal

Białko 92,92335 g

w tym białko zwierzęce 39,5800 g

Tłuszcz 99,18805 g

Węglowodany 332,8807 g

Cukry proste 65,5620 g

Błonnik pokarmowy 31,7860 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 47,2625 g

Sód 4 367,01984 mg

Dieta: 25 Niskobiałkowa

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Pku Krojony B/GI 56g *(6), Masło Extra 15g *(7), Ogórek Długi 40g, Dżem Owoc. 70g, Roszponka 10g

Obiad

Zupa niskobiałkowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Makaron b/gI pku gotowany 150g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g, Cukinia gotowana 100g

Podwieczorek

Ciastka Kruche Pku B/GI 60g *(3, 6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Pku Krojony B/GI 56g *(6), Masło Extra 15g *(7), Pomidory Szklarniowe 100g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 25 Niskobiałkowa:

Wartość energetyczna 1 782,2930 kcal

Białko 14,29975 g

Tłuszcz 47,80795 g

Węglowodany 328,9360 g

Cukry proste 32,5460 g

Błonnik pokarmowy 14,7100 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 25,3650 g

Sód 939,66768 mg

Dieta: 26 Niskokaloryczna

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Połudwica Sopocka 50g *(6)

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany - diety 80g *(1, 3, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z czerwonej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 80g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Sałata Szklarniowa 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 26 Niskokaloryczna:

Wartość energetyczna 1 570,9660 kcal

Białko 81,1334 g

w tym białko zwierzęce 27,1250 g

Tłuszcz 56,9618 g

Węglowodany 218,8548 g

Cukry proste 36,2260 g

Błonnik pokarmowy 21,3870 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 12,1660 g

Sód 4 033,80768 mg

Dieta: 27 Płynna

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7)

Obiad

Zupa rosolnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Kisiel 200g

Kolacja

Herbata 2g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 27 Płynna:

Wartość energetyczna 689,3130 kcal

Białko 29,0270 g

w tym białko zwierzęce 25,5000 g

Tłuszcz 16,0582 g

Węglowodany 111,3870 g

Cukry proste 60,1100 g

Błonnik pokarmowy 5,8400 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 11,3460 g

Dieta: 29 Wysokobiałkowa Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Jajka 50g *(3), Roszponka 10g, Ogórek Długi 40g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 200g *(7)

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy pieczony 100g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Sos tzatziki 80g *(7), Kompot z czerwonej porzeczki 250g, Warzywa pieczone 120g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem - d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 29 Wysokobiałkowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 580,7791 kcal

Białko 151,41235 g

w tym białko zwierzęce 57,9500 g

Tłuszcz 174,14695 g

Węglowodany 371,8222 g

Cukry proste 67,1200 g

Błonnik pokarmowy 30,4170 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 68,6385 g

Sód 6 023,39184 mg

Dieta: 30 Gastroenterologia

Śniadanie

Herbata 2g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 40g, Roszponka 10g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 100g *(7)

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany - diety 80g *(1, 3, 9), Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 30 Gastroenterologia:

Wartość energetyczna 2 141,2860 kcal

Białko 98,22975 g

w tym białko zwierzęce 23,9950 g

Tłuszcz 99,60795 g

Węglowodany 248,4070 g

Cukry proste 38,9860 g

Błonnik pokarmowy 21,7870 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 42,6520 g

Sód 4 718,55152 mg

Dieta: 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna

Śniadanie

Kakao b/c 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 40g, Roszponka 10g

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 100g *(7), Jabłka 280g, Papryka Świeża Czerwona 80g

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany - diety 80g *(1, 3, 9), Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Buraki got. b/c 150g, Kompot z czerwonej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata Expr. 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Ogórek Kwaszony 80g

Wartości odżywcze diety 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna:

Wartość energetyczna 3 014,1260 kcal

Białko 124,9324 g

w tym białko zwierzęce 42,1950 g

Tłuszcz 130,4258 g

Węglowodany 370,7403 g

Cukry proste 32,5760 g
Błonnik pokarmowy 40,6870 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 57,7770 g
Sód 6 832,97652 mg

Dieta: 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Kakao b/c 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 40g, Roszponka 10g

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 2g, Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 100g *(7), Jabłka 280g, Papryka Świeża Czerwona 80g

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy pieczony 100g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z czerwonej porzeczki b/c 250g, Warzywa pieczone 120g, Sos tzatziki 80g *(7)

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata Expr. 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Ogórek Kwaszony 80g

Wartości odżywcze diety 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 3 193,6481 kcal
Białko 128,20235 g
w tym białko zwierzęce 44,8800 g
Tłuszcz 142,46995 g
Węglowodany 369,9777 g
Cukry proste 36,2980 g
Błonnik pokarmowy 41,7310 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 57,4010 g
Sód 6 413,91684 mg

Dieta: 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Kakao b/c 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ogórek Długi 40g, Chleb 50g *(1, 6), Jajka 50g *(3), Polędwica Sopocka 50g *(6), Roszponka 10g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 100g *(7)

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy pieczony 100g *(1, 3), Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Buraki got. b/c 150g, Kompot z czerwonej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Wartości odżywcze diety 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 3 047,2444 kcal
Białko 119,2564 g
w tym białko zwierzęce 42,2200 g
Tłuszcz 135,5087 g
Węglowodany 356,2603 g
Cukry proste 37,0380 g
Błonnik pokarmowy 30,8210 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 55,2270 g
Sód 6 063,05218 mg

Dieta: 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Polędwica Sopotcka 80g *(6), Ogórek Długi 40g, Roszponka 10g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 100g *(7), Jabłka 280g, Papryka Świeża Czerwona 80g

Obiad

Zupa rosolnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Sos koperkowy b/gl b/ml 80g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Buraki got. b/c 150g, Kompot z czerwonej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Ogórek Kwasony 80g

Wartości odżywcze diety 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 561,6270 kcal
Białko 110,7814 g
w tym białko zwierzęce 36,6000 g
Tłuszcz 102,4388 g
Węglowodany 305,4143 g
Cukry proste 27,3600 g
Błonnik pokarmowy 24,2500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 56,0740 g
Sód 5 601,86768 mg

Dieta: 35 Bezglutenowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Dżem Owoc. 70g, Jajka 50g *(3), Ogórek Długi 40g, Roszponka 10g

Obiad

Zupa rosolnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Sos koperkowy b/gł b/ml 80g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 35 Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 1 774,5770 kcal
Białko 71,24975 g
w tym białko zwierzęce 36,2500 g
Tłuszcz 53,94595 g
Węglowodany 257,0540 g
Cukry proste 40,0900 g
Błonnik pokarmowy 13,8700 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 30,3190 g
Sód 3 477,08268 mg

Dieta: 36 Bezglutenowa Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Jajka 50g *(3), Ogórek Długi 40g, Dżem Owoc. 70g, Roszponka 10g

Obiad

Zupa rosolnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Sos koperkowy b/gł b/ml 80g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 36 Bezglutenowa Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 536,0270 kcal

Białko 57,21475 g

w tym białko zwierzęce 27,7500 g

Tłuszcz 36,97095 g

Węglowodany 247,8040 g

Cukry proste 32,4500 g

Błonnik pokarmowy 13,8700 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 7,8490 g

Sód 3 362,92018 mg

Dieta: 38 Onkologiczna Podstawowa

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Jajka 50g *(3), Pomidory Szklarniowe 50g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy pieczony 100g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g, Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Warzywa pieczone 120g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem 50g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 60g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 38 Onkologiczna Podstawowa:

Wartość energetyczna 2 474,4809 kcal

Białko 106,4430 g

w tym białko zwierzęce 42,5200 g

Tłuszcz 104,0969 g

Węglowodany 298,5800 g
Cukry proste 62,1940 g
Błonnik pokarmowy 26,0090 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 38,7255 g
Sód 4 734,03968 mg

Dieta: 39 Onkologiczna Lekkostrawna

Śniadanie

Kakao - m 150g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Połudwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany - diety 80g *(1, 3, 9), Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 60g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 39 Onkologiczna Lekkostrawna:

Wartość energetyczna 1 945,8710 kcal
Białko 84,9229 g
w tym białko zwierzęce 32,4950 g
Tłuszcz 80,3243 g
Węglowodany 256,1763 g
Cukry proste 51,6560 g
Błonnik pokarmowy 21,1170 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,3070 g
Sód 4 107,32652 mg

Dieta: 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Masło Extra 10g *(7), Połudwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany - diety 80g *(1, 3, 9), Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 10g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu:

Wartość energetyczna 1 724,5460 kcal
Białko 83,3474 g
w tym białko zwierzęce 27,3950 g
Tłuszcz 61,1098 g
Węglowodany 245,3678 g
Cukry proste 42,0460 g
Błonnik pokarmowy 21,1170 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 20,1770 g
Sód 4 224,04152 mg

Dieta: 41 Onkologiczna Mielona

Śniadanie

Kakao - m 150g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 41 Onkologiczna Mielona:

Wartość energetyczna 1 950,5725 kcal
Białko 86,0249 g
w tym białko zwierzęce 36,1900 g
Tłuszcz 69,5903 g
Węglowodany 250,0193 g
Cukry proste 51,8500 g
Błonnik pokarmowy 22,0400 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,2320 g
Sód 4 325,33268 mg

Dieta: 42 Onkologiczna Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Dżem B/C 70g, Jajka 50g *(3), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany - diety 80g *(1, 3, 9), Sos koperkowy b/gl b/ml 80g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem -

200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 42 Onkologiczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 656,1060 kcal

Białko 65,5424 g

w tym białko zwierzęce 24,8750 g

Tłuszcz 58,2448 g

Węglowodany 256,6278 g

Cukry proste 35,9860 g

Błonnik pokarmowy 20,8670 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 8,3660 g

Sód 3 808,39402 mg

Dieta: 43 Onkologiczna Beztłuszczowa

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 50g *(1), Dżem Owoc. 50g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 80g *(1), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 43 Onkologiczna Beztłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 369,5160 kcal

Białko 73,37775 g

w tym białko zwierzęce 29,0000 g

Tłuszcz 10,63195 g

Węglowodany 249,8070 g

Cukry proste 42,5200 g

Błonnik pokarmowy 20,2000 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 2,9240 g

Sód 3 443,91768 mg

Dieta: 44 Onkologiczna Wegetariańska

Śniadanie

Bułka Grahamka 140g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Jajka 50g *(3), Pomidory Szklarniowe 50g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa krupnik wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kompot z czerwonej porzeczki 250g, Kotlet gryczany 130g *(1, 3), Buraki gotowane 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem - d 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Chrupki 80g 40g

Wartości odżywcze diety 44 Onkologiczna Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 546,0480 kcal

Białko 80,4324 g

w tym białko zwierzęce 28,5000 g

Tłuszcz 87,6948 g

Węglowodany 361,2083 g

Cukry proste 53,5820 g

Błonnik pokarmowy 27,4960 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 41,7315 g

Sód 4 218,17134 mg

Dieta: 45 Onkologiczna Bezglutenowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Dżem B/C 70g, Jajka 50g *(3), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa rosolnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Sos koperkowy b/gł b/ml 80g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 45 Onkologiczna Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 1 638,9370 kcal
Białko 70,5074 g
w tym białko zwierzęce 36,2500 g
Tłuszcz 54,1878 g
Węglowodany 228,6348 g
Cukry proste 40,7100 g
Błonnik pokarmowy 13,2000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 30,3440 g
Sód 3 436,87268 mg

Dieta: 46 Anoreksja Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Jajka 50g *(3), Roszponka 10g, Ogórek Długi 40g

DRUGIE ŚNIADANIE

Twaróg Grani 200g *(7), Dżem Owoc. 60g, Pestki Dyni 15g

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy pieczony 100g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Sos tzatziki 80g *(7), Kompot z czerwonej porzeczki 250g, Warzywa pieczone 120g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem - d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 46 Anoreksja Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 444,8791 kcal
Białko 140,28735 g
w tym białko zwierzęce 53,0300 g
Tłuszcz 162,24695 g
Węglowodany 375,8972 g
Cukry proste 66,3750 g
Błonnik pokarmowy 29,4120 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 62,3885 g
Sód 5 386,94184 mg

Dieta: 48 Anoreksja Lekka

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6)

DRUGIE ŚNIADANIE

Twaróg Grani 200g *(7), Dżem Owoc. 80g

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany - diety 80g *(1, 3, 9), Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 48 Anoreksja Lekka:

Wartość energetyczna 3 129,2360 kcal
Białko 137,41075 g
w tym białko zwierzęce 35,8950 g
Tłuszcz 132,04695 g
Węglowodany 381,5340 g
Cukry proste 62,8060 g
Błonnik pokarmowy 24,9370 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 60,4900 g
Sód 6 036,20152 mg

Dieta: 49 Anoreksja wegetariańska

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Jajka 50g *(3), Ser Żółty 50g *(7), Roszponka 10g, Ogórek Długi 40g

DRUGIE ŚNIADANIE

Twaróg Grani 200g *(7), Dżem Owoc. 60g, Pestki Dyni 15g

Obiad

Zupa krupnik wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet gryczany 130g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Sos tzatziki 80g *(7), Kompot z czerwonej porzeczki 250g, Warzywa pieczone 120g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem - d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ser Topiony - Krążek 52,5g *(7), Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 49 Anoreksja wegetariańska:

Wartość energetyczna 3 604,0317 kcal
Białko 128,73835 g
w tym białko zwierzęce 39,5800 g
Tłuszcz 164,90805 g
Węglowodany 405,8132 g
Cukry proste 66,8670 g
Błonnik pokarmowy 33,1310 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 71,3875 g
Sód 5 553,74984 mg

Dieta: 50 Mukowiscydozowa Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Jajka 50g *(3), Roszponka 10g, Ogórek Długi 40g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 200g *(7)

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy pieczony 100g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Sos tzatziki 80g *(7), Kompot z czerwonej porzeczki 250g, Warzywa pieczone 120g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem - d 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 50 Mukowiscydozowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 487,7791 kcal
Białko 150,97235 g
w tym białko zwierzęce 57,9500 g
Tłuszcz 165,09695 g
Węglowodany 369,6322 g
Cukry proste 66,3600 g
Błonnik pokarmowy 30,3670 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 62,5885 g
Sód 6 123,19184 mg

Dieta: 55 Biorcy Szpiku

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Dżem B/C 50g

Obiad

Zupa rosolnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Sos koperkowy b/gł b/ml 80g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z czerwonej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 80g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 55 Biorcy Szpiku:

Wartość energetyczna 1 827,3270 kcal
Białko 76,9824 g
w tym białko zwierzęce 21,5000 g
Tłuszcz 59,8788 g
Węglowodany 248,5208 g
Cukry proste 29,7500 g
Błonnik pokarmowy 17,8200 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,6440 g
Sód 4 771,38018 mg

Dieta: 56 Mielona Roczna

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Ogórek Długi 40g, Roszponka 10g

Obiad

Zupa krupnik - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos koperkowy - m 50g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Buraki gotowane 100g, Kompot z czerwonej porzeczki - m 150g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 40g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 56 Mielona Roczna:

Wartość energetyczna 1 212,1050 kcal
Białko 60,4509 g
w tym białko zwierzęce 22,4550 g
Tłuszcz 48,7317 g
Węglowodany 136,5168 g

Cukry proste 26,4200 g
Błonnik pokarmowy 14,2975 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 21,2495 g
Sód 3 011,14076 mg

Dieta: 57 Roczna Bezmleczna

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Polędwica Sopocka 50g *(6), Ogórek Długi 40g, Roszponka 10g

Obiad

Zupa krupnik - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos koperkowy b/gł b/ml 80g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Buraki gotowane 100g, Kompot z czerwonej porzeczki - m 150g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 40g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 57 Roczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 174,0050 kcal
Białko 54,5289 g
w tym białko zwierzęce 22,3200 g
Tłuszcz 43,2507 g
Węglowodany 143,6978 g
Cukry proste 30,4050 g
Błonnik pokarmowy 14,1725 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 7,7690 g
Sód 3 010,88326 mg

Dieta: 58 Dieta bezlaktozowa

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Polędwica Sopocka 50g *(6), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Ogórek Długi 40g, Mleko Bez Laktozy 250g *(7), Jajka 50g *(3), Roszponka 10g

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy pieczony 100g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z czerwonej porzeczki - m 150g, Warzywa pieczone 120g, Sos koperkowy b/gł b/ml 80g *(9)

Podwieczorek

Chipsy Owocowe

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Ser Żółty Bez Laktozy 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 58 Dieta bezlaktozowa:

Wartość energetyczna 2 286,7699 kcal
Białko 86,8260 g
w tym białko zwierzęce 25,2500 g
Tłuszcz 103,5439 g
Węglowodany 269,7450 g
Cukry proste 46,4980 g
Błonnik pokarmowy 25,9510 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 37,2240 g
Sód 3 603,68218 mg

Dieta: 59 Roczna Mieszana Obiad

Obiad

Zupa krupnik - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos koperkowy - m 50g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Buraki gotowane 100g, Kompot z czerwonej porzeczki - m 150g

Wartości odżywcze diety 59 Roczna Mieszana Obiad:

Wartość energetyczna 507,4050 kcal
Białko 30,4709 g
w tym białko zwierzęce 22,4550 g
Tłuszcz 13,6917 g
Węglowodany 70,2768 g
Cukry proste 8,3100 g
Błonnik pokarmowy 7,8475 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 0,8655 g
Sód 2 023,20076 mg

Dieta: 60 Bogatoresztkowa

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Połędwica Sopocka 50g *(6), Papryka Świeża Czerwona 50g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Ogórek Długi 40g, Roszponka 10g

Obiad

Zupa krupnik - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy pieczony 100g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Sos tzatziki 80g *(7), Kompot z czerwonej porzeczki - m 150g, Warzywa pieczone 120g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem - d 80g *(7), Ogórek Kwasony 50g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 60 Bogatoresztkowa:

Wartość energetyczna 2 324,8076 kcal
Białko 95,73085 g
w tym białko zwierzęce 38,5800 g
Tłuszcz 96,93885 g
Węglowodany 287,0297 g
Cukry proste 64,8450 g
Błonnik pokarmowy 28,3695 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 38,1805 g
Sód 4 034,98992 mg

Dieta: 61 Papkowata

Śniadanie

miks - śniadanie 400g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

miks - obiad 400g

Podwieczorek

Kisiel 200g

Kolacja

miks - kolacja 400g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 61 Papkowata:

Wartość energetyczna 1 351,3000 kcal
Białko 82,0100 g
w tym białko zwierzęce 65,1400 g
Tłuszcz 29,2500 g
Węglowodany 195,5000 g
Cukry proste 45,9500 g
Błonnik pokarmowy 15,8700 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 3,9620 g
Sód 361,2000 mg

Dieta: 81 Podstawowa Dorośli 2300

Śniadanie

Kawa mleczna 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Polędwica Sopocka 50g *(6), Ogórek Długi 40g, Jajka 50g *(3), Roszponka 10g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy pieczony 100g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Sos tzatziki 80g *(7), Kompot z czerwonej porzeczki 250g, Warzywa pieczone 120g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem - d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 81 Podstawowa Dorośli 2300:

Wartość energetyczna 2 235,2291 kcal

Białko 97,47135 g

w tym białko zwierzęce 43,1300 g

Tłuszcz 89,41795 g

Węglowodany 277,3852 g

Cukry proste 61,6000 g

Błonnik pokarmowy 25,5670 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 13,4285 g

Sód 3 945,47184 mg

Dieta: 82 Podstawowa Dorośli 2600

Śniadanie

Kawa mleczna - d 350g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Bułka Grahamka 70g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Polędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 40g, Jajka 50g *(3), Roszponka 10g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy pieczony 100g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Sos tzatziki 80g *(7), Kompot z czerwonej porzeczki 250g, Warzywa pieczone 120g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 80g *(1, 6), Chleb Razowy 60g *(1), Margaryna Do Kanapek 30g, Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem - d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 82 Podstawowa Dorośli 2600:

Wartość energetyczna 2 680,1591 kcal

Białko 113,88335 g

w tym białko zwierzęce 46,5300 g

Tłuszcz 100,71195 g

Węglowodany 345,9357 g

Cukry proste 69,9800 g

Błonnik pokarmowy 30,9270 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 15,0695 g

Sód 4 657,36784 mg

Dieta: 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli

Śniadanie

Kawa mleczna 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 15g, Polędwica Sopocka 50g *(6), Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany - diety 80g *(1, 3, 9), Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 15g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli:

Wartość energetyczna 2 024,7860 kcal

Białko 94,32975 g

w tym białko zwierzęce 34,1950 g

Tłuszcz 66,40795 g

Węglowodany 292,7770 g

Cukry proste 58,1260 g

Błonnik pokarmowy 22,7370 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 11,2900 g

Sód 4 584,28152 mg

Dieta: 85 Lekkostrawna Dorośli

Śniadanie

Kawa mleczna 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Polędwica Sopocka 50g *(6), Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany - diety 80g *(1, 3, 9), Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Sałata Szklarniowa 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 85 Lekkostrawna Dorośli:

Wartość energetyczna 2 046,3860 kcal
Białko 88,92975 g
w tym białko zwierzęce 34,1950 g
Tłuszcz 71,39795 g
Węglowodany 292,5370 g
Cukry proste 57,8860 g
Błonnik pokarmowy 22,7370 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 11,1100 g
Sód 4 305,22152 mg

Dieta: 86 Mielona Dorośli

Śniadanie

Kawa mleczna 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Polędwica Sopotcka 50g *(6), Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Sałata Szklarniowa 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 86 Mielona Dorośli:

Wartość energetyczna 2 062,3875 kcal
Białko 92,18175 g
w tym białko zwierzęce 37,8900 g
Tłuszcz 60,63395 g
Węglowodany 286,7600 g
Cukry proste 57,8100 g
Błonnik pokarmowy 22,6100 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 11,0950 g
Sód 4 654,94768 mg

Dieta: 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Dorośli

Śniadanie

Kawa mleczna b/c 250g *(7), Bułka Grahamka 140g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Ogórek Długi 40g, Polędwica Sopotcka 50g *(6), Roszponka 10g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Grani 100g *(7), Ogórek Długi 40g

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy pieczony 100g *(1, 3), Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Buraki got. b/c 150g, Kompot z czerwonej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Sałata Szklarniowa 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Ogórek Kwaszony 50g

Wartości odżywcze diety 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Dorośli:

Wartość energetyczna 2 939,1444 kcal

Białko 124,9404 g

w tym białko zwierzęce 45,7900 g

Tłuszcz 118,1447 g

Węglowodany 356,3333 g

Cukry proste 24,9880 g

Błonnik pokarmowy 36,1310 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 9,7290 g

Sód 6 555,99468 mg

Dieta: 88 Wegetariańska Dorośli

Śniadanie

Kawa mleczna 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Ser Żółty 50g *(7), Jajka 50g *(3), Roszponka 10g, Ogórek Długi 40g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa krupnik wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet gryczany 130g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Sos tzatziki 80g *(7), Kompot z czerwonej porzeczki 250g, Warzywa pieczone 120g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem - d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 88 Wegetariańska Dorośli:

Wartość energetyczna 2 442,8317 kcal

Białko 90,36235 g

w tym białko zwierzęce 37,8800 g

Tłuszcz 86,98905 g
Węglowodany 326,1437 g
Cukry proste 62,7720 g
Błonnik pokarmowy 31,1860 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 22,4875 g
Sód 4 344,59984 mg

Dieta: 89 Beztłuszczowa Dorośli

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 100g *(1), Dżem Owoc. 80g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 89 Beztłuszczowa Dorośli:

Wartość energetyczna 1 614,3160 kcal
Białko 73,00775 g
w tym białko zwierzęce 29,0000 g
Tłuszcz 11,98195 g
Węglowodany 307,1070 g
Cukry proste 43,4000 g
Błonnik pokarmowy 21,6300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 2,9290 g
Sód 3 474,87768 mg

Dieta: 90 Anoreksja Dorośli

Śniadanie

Kawa mleczna 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Ogórek Długi 40g, Roszponka 10g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Twaróg Grani 200g *(7), Pestki Dyni 15g, Dżem Owoc. 60g

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet mięsno-jarzynowy pieczony 100g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Sos tzatziki 80g *(7), Kompot z czerwonej porzeczki 250g, Warzywa pieczone 120g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 150g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem - d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 90 Anoreksja Dorośli:

Wartość energetyczna 3 105,0291 kcal
Białko 123,85635 g
w tym białko zwierzęce 36,8800 g
Tłuszcz 130,69795 g
Węglowodany 374,1402 g
Cukry proste 62,9050 g
Błonnik pokarmowy 28,9620 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 49,6885 g
Sód 4 929,32184 mg

Dieta: 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian

Śniadanie

Kawa mleczna 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Ogórek Długi 40g, Roszponka 10g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Twaróg Grani 200g *(7), Pestki Dyni 15g, Dżem Owoc. 60g

Obiad

Zupa krupnik wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet gryczany 130g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Sos tzatziki 80g *(7), Kompot z czerwonej porzeczki 250g, Warzywa pieczone 120g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 150g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Pasta twarogowa z koperkiem i koncentratem - d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian:

Wartość energetyczna 3 215,8317 kcal
Białko 114,20735 g
w tym białko zwierzęce 31,6300 g
Tłuszcz 127,80905 g
Węglowodany 402,7187 g
Cukry proste 63,3970 g
Błonnik pokarmowy 32,6810 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 58,6875 g
Sód 5 117,64984 mg

Dieta: 93 Bezglutenowa Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 112g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Margaryna Do Kanapek 20g, Dżem Owoc. 50g, Jajka 50g *(3)

Obiad

Zupa rosolnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Sos koperkowy b/gł b/ml 80g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 112g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Margaryna Do Kanapek 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 93 Bezglutenowa Dorośli:

Wartość energetyczna 1 893,9370 kcal

Białko 71,10975 g

w tym białko zwierzęce 36,2500 g

Tłuszcz 47,16995 g

Węglowodany 302,0980 g

Cukry proste 39,6500 g

Błonnik pokarmowy 13,6700 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 6,3070 g

Sód 3 469,08268 mg

Dieta: 95 Anoreksja Lekka Dorośli

Śniadanie

Kawa mleczna 250g *(7), Bułka 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Twaróg Grani 200g *(7), Dżem Owoc. 80g

Obiad

Zupa krupnik 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany - diety 80g *(1, 3, 9), Sos koperkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z czerwonej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek Owocowy - Tubka 120g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Koktajl warzywno-owocowy 220g

Wartości odżywcze diety 95 Anoreksja Lekka Dorośli:

Wartość energetyczna 2 687,4460 kcal

Białko 115,6374 g

w tym białko zwierzęce 34,1950 g

Tłuszcz 109,1998 g

Węglowodany 340,2678 g

Cukry proste 57,7860 g

Błonnik pokarmowy 21,3070 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 47,2770 g

Sód 5 098,47152 mg

Dieta: 01 Podstawowa Fizjo. 1000

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 40g *(7, 10), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z pieczonego buraka - m 200g *(7, 9), Roladka z indyka 80g *(10), Ryż gotowany - 70g 70g, Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Brokuły gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Sopocka 40g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 01 Podstawowa Fizjo. 1000:

Wartość energetyczna 1 287,9530 kcal
Białko 69,2271 g
w tym białko zwierzęce 45,0550 g
Tłuszcz 52,75196 g
Węglowodany 138,4108 g
Cukry proste 33,0430 g
Błonnik pokarmowy 15,5268 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 26,0933 g
Sód 1 945,92347 mg

Dieta: 02 Podstawowa Fizjo. 1400

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 15g *(7), Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Szyńka Konserwowa Drobiowa 30g *(6, 7, 10)

Obiad

Zupa krem z pieczonego buraka - m 200g *(7, 9), Ryż gotowany - 70g 70g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g, Filet z kurczaka w sosie curry 250g *(1, 7), Brokuły pieczone 100g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Graham 30g *(1, P76), Chleb 20g *(1, 6), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Sopocka 30g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 02 Podstawowa Fizjo. 1400:

Wartość energetyczna 1 595,75685 kcal
Białko 70,71819 g
w tym białko zwierzęce 35,9900 g
Tłuszcz 66,28729 g
Węglowodany 184,8624 g
Cukry proste 36,4710 g
Błonnik pokarmowy 18,3027 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 28,3684 g
Sód 1 955,77894 mg

Dieta: 03 Podstawowa Fizjo. 1600

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 15g *(7), Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami 50g *(7), Szyńka Konserwowa Drobiowa 30g *(6, 7, 10), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z pieczonego buraka - m 200g *(7, 9), Filet z kurczaka w sosie curry 250g *(1, 7), Ryż gotowany - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g, Brokuły pieczone 100g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Graham 30g *(1, P76), Chleb 20g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 30g *(6), Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 03 Podstawowa Fizjo. 1600:

Wartość energetyczna 1 854,20715 kcal
Białko 78,73819 g
w tym białko zwierzęce 35,9900 g
Tłuszcz 76,38729 g
Węglowodany 217,9324 g
Cukry proste 37,8060 g
Błonnik pokarmowy 18,3027 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,6484 g
Sód 2 072,50294 mg

Dieta: 04 Podstawowa Fizjo. 1800

Śniadanie

Kakao - m 150g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami-d 80g *(7), Szyńka Konserwowa Drobiowa 50g *(6, 7, 10), Sałata

Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z pieczonego buraka - m 200g *(7, 9), Filet z kurczaka w sosie curry 250g *(1, 7), Ryż gotowany - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g, Brokuły pieczone 100g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Graham 30g *(1, P76), Chleb 20g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 04 Podstawowa Fizjo. 1800:

Wartość energetyczna 2 060,0643 kcal

Białko 93,50769 g

w tym białko zwierzęce 44,8900 g

Tłuszcz 86,42479 g

Węglowodany 232,0179 g

Cukry proste 47,6860 g

Błonnik pokarmowy 18,7597 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 40,1129 g

Sód 2 505,18994 mg

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Masło Extra 20g *(7), Pasta z soczewicy,twarogu z suszonymi pomidorami-d 80g *(7), Szyunka Konserwowa Drobiowa 50g *(6, 7, 10), Sałata Szklarniowa 20g, Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1)

Obiad

Filet z kurczaka w sosie curry 250g *(1, 7), Ryż gotowany - 150g 150g, Zupa krem z pieczonego buraka - m 200g *(7, 9), Brokuły pieczone 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Graham 50g *(1, P76), Chleb 30g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 277,8893 kcal
Białko 102,50319 g
w tym białko zwierzęce 51,6900 g
Tłuszcz 91,05929 g
Węglowodany 267,3564 g
Cukry proste 64,7060 g
Błonnik pokarmowy 19,1897 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 43,1349 g
Sód 2 762,88494 mg

Dieta: 06 Podstawowa Fizjo. 2600

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Konserwowa Drobiowa 50g *(6, 7, 10), Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami-d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z pieczonego buraka 300g *(7, 9), Filet z kurczaka w sosie curry 250g *(1, 7), Ryż gotowany - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Brokuły pieczone 100g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Graham 80g *(1, P76), Masło Extra 25g *(7), Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 06 Podstawowa Fizjo. 2600:

Wartość energetyczna 2 674,0046 kcal
Białko 115,80849 g
w tym białko zwierzęce 51,8150 g
Tłuszcz 103,16435 g
Węglowodany 325,2244 g
Cukry proste 65,4510 g
Błonnik pokarmowy 22,7297 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 47,1299 g
Sód 3 640,10488 mg

Dieta: 07 Podstawowa Fizjo. 2900

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 25g *(7), Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami-d 80g *(7), Szyńka Konserwowa Drobiowa 50g *(6, 7, 10), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z pieczonego buraka 300g *(7, 9), Filet z kurczaka w sosie curry 250g *(1, 7), Ryż gotowany - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej

250g, Brokuły pieczone 100g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Graham 100g *(1, P76), Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 25g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Twaróg Z Warzywami 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 07 Podstawowa Fizjo. 2900:

Wartość energetyczna 2 969,8546 kcal
Białko 125,00849 g
w tym białko zwierzęce 51,8150 g
Tłuszcz 114,23435 g
Węglowodany 364,6444 g
Cukry proste 67,1860 g
Błonnik pokarmowy 24,8797 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 53,5099 g
Sód 4 043,57488 mg

Dieta: 09 Lekkostrawna 1400

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 40g *(7, 10), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z cukinii - m 200g *(9), Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 70g 70g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Roladka z indyka 80g *(10)

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 09 Lekkostrawna 1400:

Wartość energetyczna 1 602,13615 kcal
Białko 77,3753 g
w tym białko zwierzęce 46,3800 g
Tłuszcz 54,7820 g
Węglowodany 204,2578 g
Cukry proste 27,4230 g
Błonnik pokarmowy 12,3418 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 25,0348 g
Sód 2 226,01238 mg

Dieta: 10 Lekkostrawna 1800

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Kakao - m 150g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z cukinii - m 200g *(9), Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Roladka z indyka 80g *(10)

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 10 Lekkostrawna 1800:

Wartość energetyczna 2 067,16145 kcal

Białko 91,6108 g

w tym białko zwierzęce 53,3800 g

Tłuszcz 67,8865 g

Węglowodany 275,5063 g

Cukry proste 38,1330 g

Błonnik pokarmowy 14,5418 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 33,4348 g

Sód 2 682,03138 mg

Dieta: 11 Lekkostrawna 2300

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka 50g *(1), Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Roladka z indyka 80g *(10), Brokuły gotowane - d 150g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 11 Lekkostrawna 2300:

Wartość energetyczna 2 436,1851 kcal
Białko 111,8685 g
w tym białko zwierzęce 63,1350 g
Tłuszcz 78,7454 g
Węglowodany 323,8752 g
Cukry proste 52,8180 g
Błonnik pokarmowy 17,5668 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 36,5053 g
Sód 3 448,44122 mg

Dieta: 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 70g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z cukinii - m 200g *(9), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 70g 70g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g, Brokuły gotowane - d 150g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 70g *(1), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400:

Wartość energetyczna 1 751,69465 kcal
Białko 78,5499 g
w tym białko zwierzęce 45,1600 g
Tłuszcz 60,8551 g
Węglowodany 226,4858 g
Cukry proste 28,6050 g
Błonnik pokarmowy 14,7400 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 25,1470 g
Sód 2 588,95238 mg

Dieta: 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao - m 150g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g, Brokuły gotowane - d 150g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Sałata Lodowa 20g, Polędwica Sopocka 50g *(6)

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800:

Wartość energetyczna 2 244,9766 kcal

Białko 98,4919 g

w tym białko zwierzęce 59,2400 g

Tłuszcz 78,9625 g

Węglowodany 289,4243 g

Cukry proste 43,3850 g

Błonnik pokarmowy 16,7600 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 35,0450 g

Sód 2 978,07746 mg

Dieta: 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Brokuły gotowane - d 150g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300:

Wartość energetyczna 2 557,2436 kcal

Białko 117,3931 g

w tym białko zwierzęce 68,9950 g

Tłuszcz 87,9585 g

Węglowodany 327,8832 g

Cukry proste 57,5100 g

Błonnik pokarmowy 17,1550 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 37,9975 g

Sód 3 680,82122 mg

Dieta: 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu

Śniadanie

Kakao - m 150g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Roladka z indyka 80g *(10), Brokuły gotowane - d 150g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu:

Wartość energetyczna 2 106,3601 kcal

Białko 101,9830 g

w tym białko zwierzęce 71,6350 g

Tłuszcz 55,5609 g

Węglowodany 303,7567 g

Cukry proste 50,6480 g

Błonnik pokarmowy 16,2468 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 17,9653 g

Sód 2 749,48622 mg

Dieta: 20 Beztłuszczowa

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 100g *(1), Dżem Owoc. 80g, Twaróg Chudy 0,5% 30g *(7)

Obiad

Zupa beztłuszczowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. 60g, Ryż gotowany - 150g 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Owoc - diety 1 szt.

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny „0” % 140g *(7)

Wartości odżywcze diety 20 Beztłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 650,1029 kcal
Białko 82,3430 g
w tym białko zwierzęce 41,5600 g
Tłuszcz 7,0572 g
Węglowodany 315,8100 g
Cukry proste 30,8100 g
Błonnik pokarmowy 13,0900 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 0,9400 g
Sód 1 588,29968 mg

Dieta: 21 bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Roladka z indyka 80g *(10)

Podwieczorek

Deser Wegański 125g *(6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Połudwica Sopocka 50g *(6), Jajka 50g *(3), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 21 bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 962,0251 kcal
Białko 92,5575 g
w tym białko zwierzęce 47,7650 g
Tłuszcz 53,0764 g
Węglowodany 282,4142 g
Cukry proste 27,5180 g
Błonnik pokarmowy 16,6218 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 7,6693 g
Sód 2 895,79622 mg

Dieta: 22 Wegetariańska

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami-d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Zielona 15g

Obiad

Zupa krem z pieczonego buraka - wege 300g, Tofu w sosie curry 200g *(6), Ryż gotowany - 200g 200g, Brokuły pieczone 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Graham 50g *(1, P76), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 100g, Sałata Lodowa 35g, Ser Żółty Wysokobiałkowy 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 22 Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 574,5391 kcal
Białko 106,91655 g
w tym białko zwierzęce 24,4800 g
Tłuszcz 91,88883 g
Węglowodany 335,6945 g
Cukry proste 63,4200 g
Błonnik pokarmowy 27,6410 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 43,7150 g
Sód 2 516,5130 mg

Dieta: 25 Niskobiałkowa

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Pku Krojony B/GI 56g *(6), Masło Extra 10g *(7), Pomidory Szklarniowe 100g, Ogórek Kwaszony 100g, Sałata Szklarniowa 20g, Miód Pszczeli Mały 25g

Obiad

Zupa niskobiałkowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Marchew gotowana 100g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Makaron b/gi pku gotowany 150g

Podwieczorek

Sok Jabłkowy B/C Kartonik

Kolacja

Herbata 2g, Masło Extra 10g *(7), Dżem Owoc. 50g, Pomidory Szklarniowe 100g, Chleb Pku Krojony B/GI 56g *(6), Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 25 Niskobiałkowa:

Wartość energetyczna 1 559,5430 kcal
Białko 14,9780 g
Tłuszcz 27,7672 g
Węglowodany 318,4450 g
Cukry proste 68,3860 g
Błonnik pokarmowy 18,9900 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 13,9880 g
Sód 1 624,63768 mg

Dieta: 26 Niskokaloryczna

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Zielona 15g, Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Bułka Grahamka 70g *(1)

Obiad

Zupa krem z cukinii - m 200g *(9), Ryż gotowany - 150g 150g, Roladka z indyka 80g *(10), Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Graham 70g *(1, P76), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Polędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 26 Niskokaloryczna:

Wartość energetyczna 1 636,43645 kcal

Białko 85,4603 g

w tym białko zwierzęce 46,5800 g

Tłuszcz 46,5870 g

Węglowodany 224,0528 g

Cukry proste 33,9930 g

Błonnik pokarmowy 16,8218 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 11,8113 g

Sód 2 623,92638 mg

Dieta: 27 Płynna

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Kompot z mieszanki owocowej 250g, Zupa jarzynowa B/GL B/ML 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Kisiel 200g

Kolacja

Herbata 2g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

DRUGA KOLACJA

Herbata, Sok Jabłkowy B/C Kartonik

Wartości odżywcze diety 27 Płynna:

Wartość energetyczna 691,6430 kcal

Białko 28,3240 g

w tym białko zwierzęce 25,5000 g

Tłuszcz 15,6802 g
Węglowodany 112,4770 g
Cukry proste 72,7300 g
Błonnik pokarmowy 3,8600 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 11,2740 g
Sód 948,31384 mg

Dieta: 29 Wysokobiałkowa Podstawowa

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 50g *(1), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 30g *(7), Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami 50g *(7), Szyńka Konserwowa Drobiowa 30g *(6, 7, 10), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Zielona 15g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Powidła 50g

Obiad

Filet z kurczaka w sosie curry 250g *(1, 7), Ryż gotowany - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Brokuły pieczone 100g, Zupa krem z pieczonego buraka 300g *(7, 9)

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Poledwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Sałata Lodowa 35g, Ser Żółty Wysokobiałkowy 40g *(7)

DRUGA KOLACJA

Chleb Graham 50g *(1, P76), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 29 Wysokobiałkowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 312,57245 kcal
Białko 124,43949 g
w tym białko zwierzęce 54,2650 g
Tłuszcz 140,96635 g
Węglowodany 390,5674 g
Cukry proste 66,1410 g
Błonnik pokarmowy 25,9227 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 73,3059 g
Sód 3 540,16288 mg

Dieta: 30 Gastroenterologia

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10)

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 50g *(7)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Roladka z indyka 80g *(10)

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 30 Gastroenterologia:

Wartość energetyczna 2 439,4351 kcal

Białko 105,0975 g

w tym białko zwierzęce 54,6350 g

Tłuszcz 96,9364 g

Węglowodany 289,0782 g

Cukry proste 35,6580 g

Błonnik pokarmowy 16,2468 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 44,6653 g

Sód 3 240,76122 mg

Dieta: 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g, Sałata Szklarniowa 20g, Kakao b/c 250g *(7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ogórek Kwaszony 50g, Herbata 2g, Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Sos potrawkowy b/c 80g *(1, 3, 7, 9), Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g, Roladka z indyka 80g *(10), Ryż gotowany brązowy - 200g 200g

Podwieczorek

Sernik kokosowy B/C 120g *(1, 3, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 40g *(6), Pomidory Szklarniowe 80g, Ser Żółty Wysokobiałkowy 40g *(7)

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Graham 50g *(1, P76), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Sałata Lodowa 35g, Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna:

Wartość energetyczna 3 133,9454 kcal
Białko 148,90251 g
w tym białko zwierzęce 70,9600 g
Tłuszcz 120,8285 g
Węglowodany 368,07521 g
Cukry proste 39,5180 g
Błonnik pokarmowy 33,3608 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 62,8043 g
Sód 4 395,43722 mg

Dieta: 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami-d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 50g, Kakao b/c 250g *(7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Ogórek Kwaszony 50g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Filet z kurczaka w sosie curry 250g *(1, 7), Ryż gotowany brązowy - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g, Brokuły pieczone 100g

Podwieczorek

Sernik kokosowy B/C 120g *(1, 3, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 40g *(6), Pomidory Szklarniowe 80g, Ser Żółty Wysokobiałkowy 40g *(7)

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Graham 50g *(1, P76), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Sałata Lodowa 35g, Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 3 203,9894 kcal
Białko 134,6019 g
w tym białko zwierzęce 48,1100 g
Tłuszcz 132,89533 g
Węglowodany 374,97341 g
Cukry proste 39,1260 g
Błonnik pokarmowy 35,0187 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 63,4984 g
Sód 4 199,80592 mg

Dieta: 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 140g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g, Kakao b/c 250g *(7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Sos potrawkowy b/c 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany brązowy - 200g 200g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g, Roladka z indyka 80g *(10)

Podwieczorek

Sernik kokosowy B/C 120g *(1, 3, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Połędwica Sopocka 40g *(6), Pomidory Szklarniowe 80g, Ser Żółty Wysokobiałkowy 40g *(7)

DRUGA KOLACJA

Chleb Graham 50g *(1, P76), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 3 474,2454 kcal
Białko 165,81251 g
w tym białko zwierzęce 86,1600 g
Tłuszcz 126,4585 g
Węglowodany 422,82021 g
Cukry proste 38,9280 g
Błonnik pokarmowy 29,4108 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 65,1553 g
Sód 4 688,88722 mg

Dieta: 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 3g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Ogórek Kwasony 50g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Sos potrawkowy b/gl b/ml 80g *(3, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g, Roladka z indyka 80g *(10)

Podwieczorek

Sernik kokosowy B/C 120g *(1, 3, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 40g *(6), Pomidory Szklarniowe 80g, Ser Żółty Wysokobiałkowy 40g *(7)

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 3g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Sałata Lodowa 35g, Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 603,0252 kcal
Białko 114,78151 g
w tym białko zwierzęce 58,7900 g
Tłuszcz 116,3575 g
Węglowodany 280,88621 g
Cukry proste 27,8380 g
Błonnik pokarmowy 17,6408 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 57,6233 g
Sód 2 496,35622 mg

Dieta: 35 Bezglutenowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Roladka z indyka 80g *(10)

Podwieczorek

Deser Wegański 125g *(6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Polędwica Sopocka 50g *(6), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 35 Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 2 035,7851 kcal
Białko 89,9525 g
w tym białko zwierzęce 56,2650 g
Tłuszcz 70,0704 g
Węglowodany 267,3332 g
Cukry proste 36,9080 g
Błonnik pokarmowy 11,0718 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 28,6693 g
Sód 2 391,79622 mg

Dieta: 36 Bezglutenowa Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Sos potrawkowy b/gl b/ml 80g *(3, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Roladka z indyka 80g *(10)

Podwieczorek

Deser Wegański 125g *(6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Jajka 50g *(3), Polędwica Sopocka 50g *(6), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 36 Bezglutenowa Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 824,7851 kcal

Białko 81,9925 g

w tym białko zwierzęce 47,7650 g

Tłuszcz 55,8704 g

Węglowodany 254,7232 g

Cukry proste 24,7180 g

Błonnik pokarmowy 11,0718 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 8,1193 g

Sód 2 275,69622 mg

Dieta: 38 Onkologiczna Podstawowa

Śniadanie

Kakao - m 150g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami-d 80g *(7), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 50g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g, Bułka 50g *(1)

Obiad

Zupa krem z pieczonego buraka 300g *(7, 9), Filet z kurczaka w sosie curry 250g *(1, 7), Ryż gotowany - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Brokuły pieczone 100g

Podwieczorek

Sernik kokosowy B/C 120g *(1, 3, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 38 Onkologiczna Podstawowa:

Wartość energetyczna 2 614,2897 kcal
Białko 111,2970 g
w tym białko zwierzęce 44,0600 g
Tłuszcz 101,87295 g
Węglowodany 316,25591 g
Cukry proste 39,4060 g
Błonnik pokarmowy 20,3537 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 43,4459 g
Sód 3 062,83988 mg

Dieta: 39 Onkologiczna Lekkostrawna

Śniadanie

Kakao - m 150g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Roladka z indyka 80g *(10)

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 39 Onkologiczna Lekkostrawna:

Wartość energetyczna 2 411,8901 kcal
Białko 106,6180 g
w tym białko zwierzęce 55,6550 g
Tłuszcz 74,9909 g
Węglowodany 330,2777 g
Cukry proste 45,3980 g
Błonnik pokarmowy 21,4068 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 33,3153 g
Sód 3 424,10622 mg

Dieta: 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 10g *(7), Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Roladka z indyka 80g *(10)

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 10g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu:

Wartość energetyczna 2 122,4651 kcal
Białko 95,4725 g
w tym białko zwierzęce 50,5550 g
Tłuszcz 52,7064 g
Węglowodany 319,0392 g
Cukry proste 35,6280 g
Błonnik pokarmowy 21,4068 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 19,0653 g
Sód 3 130,38122 mg

Dieta: 41 Onkologiczna Mielona

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 41 Onkologiczna Mielona:

Wartość energetyczna 2 548,8736 kcal
Białko 112,4381 g
w tym białko zwierzęce 61,5150 g
Tłuszcz 84,3585 g
Węglowodany 337,6242 g
Cukry proste 52,5900 g
Błonnik pokarmowy 20,9950 g

Dieta: 42 Onkologiczna Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Zupa krem z cukinii 300g *(9), Roladka z indyka 80g *(10)

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Jajka 50g *(3), Polędwica Sopočka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 42 Onkologiczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 2 087,6751 kcal

Białko 93,0025 g

w tym białko zwierzęce 47,7650 g

Tłuszcz 55,6164 g

Węglowodany 306,7092 g

Cukry proste 22,8180 g

Błonnik pokarmowy 21,1568 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 8,3943 g

Sód 3 086,79622 mg

Dieta: 43 Onkologiczna Beztłuszczowa

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 50g *(1), Dżem B/C 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. 60g, Ryż gotowany - 150g 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 43 Onkologiczna Beztłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 447,3029 kcal
Białko 65,1730 g
w tym białko zwierzęce 36,4600 g
Tłuszcz 6,0072 g
Węglowodany 291,5000 g
Cukry proste 33,5600 g
Błonnik pokarmowy 17,2400 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 0,8000 g
Sód 1 684,40968 mg

Dieta: 44 Onkologiczna Wegetariańska

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Pomidory Szklarniowe 80g, Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami 50g *(7)

Obiad

Zupa krem z pieczonego buraka - wege 300g, Tofu w sosie curry 200g *(6), Kompot z mieszanki owocowej 250g, Ryż gotowany - 200g 200g, Brokuły pieczone 100g

Podwieczorek

Sernik kokosowy B/C 120g *(1, 3, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Twaróg Z Warzywami 100g *(7), Pomidory Szklarniowe 100g

DRUGA KOLACJA

Chrupki 80g 80g

Wartości odżywcze diety 44 Onkologiczna Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 685,26705 kcal
Białko 100,18056 g
w tym białko zwierzęce 17,8750 g
Tłuszcz 103,21493 g
Węglowodany 340,00051 g
Cukry proste 33,7750 g
Błonnik pokarmowy 24,6980 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 35,8360 g
Sód 2 375,7810 mg

Dieta: 45 Onkologiczna Bezglutenowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Ryż

gotowany - 150g 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Roladka z indyka 80g *(10)

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Polędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 45 Onkologiczna Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 1 988,4351 kcal

Białko 86,7725 g

w tym białko zwierzęce 56,2650 g

Tłuszcz 68,1604 g

Węglowodany 262,6032 g

Cukry proste 31,1580 g

Błonnik pokarmowy 13,4068 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 28,3443 g

Sód 2 388,99622 mg

Dieta: 46 Anoreksja Podstawowa

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 50g *(1), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 30g *(7), Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami 50g *(7), Szyunka Konserwowa Drobiowa 50g *(6, 7, 10), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Zielona 15g

DRUGIE ŚNIADANIE

Powidła 50g, Banany 200g, Sernik kokosowy B/C 120g *(1, 3, 6, 7, 8, 9, 10)

Obiad

Filet z kurczaka w sosie curry 250g *(1, 7), Ryż gotowany - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Brokuły pieczone 100g, Zupa krem z pieczonego buraka 300g *(7, 9)

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Lodowa 35g, Ser Żółty Wysokobiałkowy 40g *(7)

DRUGA KOLACJA

Chleb Graham 50g *(1, P76), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 46 Anoreksja Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 500,70255 kcal

Białko 143,1585 g
w tym białko zwierzęce 61,1900 g
Tłuszcz 144,01945 g
Węglowodany 415,24141 g
Cukry proste 68,9410 g
Błonnik pokarmowy 24,6867 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 71,3409 g
Sód 3 580,32288 mg

Dieta: 48 Anoreksja Lekka

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Banany 200g, Biskopty 40g *(1, 3), Jogurt Owocowy D 150g *(7)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Roladka z indyka 80g *(10)

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 48 Anoreksja Lekka:

Wartość energetyczna 3 675,7851 kcal
Białko 142,9185 g
w tym białko zwierzęce 81,2850 g
Tłuszcz 126,6654 g
Węglowodany 495,5352 g
Cukry proste 61,5280 g
Błonnik pokarmowy 21,7968 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 62,5153 g
Sód 3 926,36122 mg

Dieta: 49 Anoreksja wegetariańska

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 50g *(1), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 30g *(7), Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami-d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Zielona 15g

DRUGIE ŚNIADANIE

Powidła 50g, Banany 200g, Sernik kokosowy B/C 120g *(1, 3, 6, 7, 8, 9, 10)

Obiad

Tofu w sosie curry 200g *(6), Ryż gotowany - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Brokuły pieczone 100g, Zupa krem z pieczonego buraka - wege 300g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Lodowa 35g, Ser Żółty Wysokobiałkowy 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Chleb Graham 50g *(1, P76), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 49 Anoreksja wegetariańska:

Wartość energetyczna 3 484,2690 kcal

Białko 133,54556 g

w tym białko zwierzęce 33,8550 g

Tłuszcz 143,07193 g

Węglowodany 423,76851 g

Cukry proste 68,5200 g

Błonnik pokarmowy 29,0350 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 72,0200 g

Sód 2 826,9170 mg

Dieta: 50 Mukowiscydozowa Podstawowa

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka 50g *(1), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Konserwowa Drobiowa 50g *(6, 7, 10), Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Papryka Świeża Zielona 15g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Powidła 50g

Obiad

Filet z kurczaka w sosie curry 250g *(1, 7), Ryż gotowany - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Brokuły pieczone 100g, Zupa krem z pieczonego buraka 300g *(7, 9)

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Lodowa 35g, Ser Żółty Wysokobiałkowy 40g *(7)

DRUGA KOLACJA

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 50 Mukowiscydozowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 259,97245 kcal
Białko 127,53949 g
w tym białko zwierzęce 58,0650 g
Tłuszcz 133,13635 g
Węglowodany 391,7274 g
Cukry proste 66,4310 g
Błonnik pokarmowy 28,1927 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 67,4109 g
Sód 3 717,50288 mg

Dieta: 55 Biorcy Szpiku

Śniadanie

Herbata 2g, Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1)

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata 2g, Masło Bez Laktozy 20g *(7), Dżem Owoc. 50g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1)

Obiad

Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g, Zupa krem z cukinii 300g *(9), Sos pietruszkowy b/gł b/ml 80g *(9), Ryż gotowany - 200g 200g, Filet z indyka got. 60g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik

Wartości odżywcze diety 55 Biorcy Szpiku:

Wartość energetyczna 2 051,2966 kcal
Białko 74,6520 g
w tym białko zwierzęce 30,5600 g
Tłuszcz 63,8160 g
Węglowodany 292,8200 g
Cukry proste 38,3200 g
Błonnik pokarmowy 19,0650 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,1865 g
Sód 2 790,97376 mg

Dieta: 56 Mielona Roczna

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 10g *(7), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 40g *(7, 10), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z cukinii - m 200g *(9), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 70g 70g, Brokuły gotowane

- d 150g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 10g *(7),
Polędwica Sopocka 40g *(6), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 56 Mielona Roczna:

Wartość energetyczna 1 340,59465 kcal

Białko 64,0599 g

w tym białko zwierzęce 38,1600 g

Tłuszcz 46,0951 g

Węglowodany 172,2858 g

Cukry proste 19,7650 g

Błonnik pokarmowy 11,2200 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 16,6570 g

Sód 2 058,15238 mg

Dieta: 57 Roczna Bezmleczna

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 10g,
Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 40g *(7, 10), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos
potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Ryż gotowany - 70g 70g, Brokuły gotowane
- d 150g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g

Podwieczorek

Deser Wegański 125g *(6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna
B/MI 10g, Polędwica Sopocka 40g *(6), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 57 Roczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 344,7833 kcal

Białko 62,8771 g

w tym białko zwierzęce 30,7950 g

Tłuszcz 39,3595 g

Węglowodany 190,2672 g

Cukry proste 20,9300 g

Błonnik pokarmowy 13,3000 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 4,6895 g

Sód 2 105,43222 mg

Dieta: 58 Dieta bezlaktozowa

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Roladka z indyka 80g *(10), Ryż gotowany - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Brokuły gotowane - d 150g, Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9)

Podwieczorek

Jogurt Naturalny Bez Laktozy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Chleb Graham 50g *(1, P76), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 58 Dieta bezlaktozowa:

Wartość energetyczna 1 972,1751 kcal
Białko 97,5325 g
w tym białko zwierzęce 41,5150 g
Tłuszcz 64,2064 g
Węglowodany 255,8942 g
Cukry proste 31,0680 g
Błonnik pokarmowy 20,5868 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 26,1083 g
Sód 3 327,97622 mg

Dieta: 59 Roczna Mieszana Obiad

Obiad

Zupa krem z cukinii - m 200g *(9), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 70g 70g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g

Wartości odżywcze diety 59 Roczna Mieszana Obiad:

Wartość energetyczna 535,52465 kcal
Białko 33,9049 g
w tym białko zwierzęce 23,0800 g
Tłuszcz 17,9051 g
Węglowodany 61,2568 g
Cukry proste 4,7450 g
Błonnik pokarmowy 8,3400 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 1,1770 g
Sód 1 110,18238 mg

Dieta: 60 Bogatoresztkowa

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb Graham 50g *(1, P76), Masło Extra 20g *(7), Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi

pomidorami-d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Ogórek Kwaszony 50g, Papryka Świeża Zielona 15g

Obiad

Filet z kurczaka w sosie curry 250g *(1, 7), Ryż gotowany brązowy - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Brokuły pieczone 100g, Zupa krem z pieczonego buraka 300g *(7, 9)

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Graham 100g *(1, P76), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 60 Bogatoresztkowa:

Wartość energetyczna 2 266,2048 kcal
Białko 83,96249 g
w tym białko zwierzęce 30,4150 g
Tłuszcz 82,41035 g
Węglowodany 303,8074 g
Cukry proste 41,8660 g
Błonnik pokarmowy 23,0997 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 35,4304 g
Sód 3 089,94088 mg

Dieta: 61 Papkowata

Śniadanie

Kakao 250g *(7), miks - śniadanie 400g *(7)

Obiad

miks - obiad 400g *(7)

Podwieczorek

Kisiel 200g

Kolacja

miks - kolacja 400g *(7)

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 61 Papkowata:

Wartość energetyczna 1 678,7500 kcal
Białko 84,0810 g
w tym białko zwierzęce 67,2000 g
Tłuszcz 44,0090 g
Węglowodany 245,1470 g
Cukry proste 42,5900 g
Błonnik pokarmowy 12,5000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 13,9300 g
Sód 550,0000 mg

Dieta: 81 Podstawowa Dorośli 2300

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami-d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Kompot z mieszanki owocowej 250g, Filet z kurczaka w sosie curry 250g *(1, 7), Ryż gotowany - 200g 200g, Brokuły pieczone 100g, Zupa krem z pieczonego buraka 300g *(7, 9)

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Graham 50g *(1, P76), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Pomidory Szklarniowe 40g, Kiełbaski Śląskie Delikatesowe 100g, Musztarda *(10), Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 81 Podstawowa Dorośli 2300:

Wartość energetyczna 2 393,0548 kcal

Białko 96,94349 g

w tym białko zwierzęce 52,2150 g

Tłuszcz 84,51435 g

Węglowodany 315,6244 g

Cukry proste 51,9260 g

Błonnik pokarmowy 22,7297 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 13,0999 g

Sód 3 451,29088 mg

Dieta: 82 Podstawowa Dorośli 2600

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 25g, Szynka Konserwowa Drobiowa 20g *(6, 7, 10), Sałata Szklarniowa 20g, Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami-d 80g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa krem z pieczonego buraka 300g *(7, 9), Filet z kurczaka w sosie curry 250g *(1, 7), Kompot z mieszanki owocowej 250g, Ryż gotowany - 200g 200g, Brokuły pieczone 100g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 80g *(1, 6), Chleb Graham 50g *(1, P76), Margaryna Do Kanapek 25g, Pomidory Szklarniowe 40g, Musztarda 20g *(10), Kiełbaski Śląskie Delikatesowe 150g, Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 82 Podstawowa Dorośli 2600:

Wartość energetyczna 2 778,8548 kcal
Białko 120,14849 g
w tym białko zwierzęce 73,7150 g
Tłuszcz 103,87435 g
Węglowodany 345,5844 g
Cukry proste 63,9160 g
Błonnik pokarmowy 24,0197 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 16,9099 g
Sód 4 376,03088 mg

Dieta: 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 15g, Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Roladka z indyka 80g *(10)

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 15g, Polędwica Sopocka 50g *(6), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli:

Wartość energetyczna 2 209,1851 kcal
Białko 101,1285 g
w tym białko zwierzęce 56,4350 g
Tłuszcz 55,5154 g
Węglowodany 328,6352 g
Cukry proste 47,6380 g
Błonnik pokarmowy 17,3968 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 10,5553 g
Sód 2 679,96122 mg

Dieta: 85 Lekkostrawna Dorośli

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyunka Konserwowa Drobiowa 50g *(6, 7, 10), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki

owocowej 250g, Roladka z indyka 80g *(10)

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Mielony Homogenizowany 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 85 Lekkostrawna Dorośli:

Wartość energetyczna 2 313,4851 kcal

Białko 105,3585 g

w tym białko zwierzęce 52,3350 g

Tłuszcz 65,7954 g

Węglowodany 328,1052 g

Cukry proste 46,1180 g

Błonnik pokarmowy 17,3968 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 11,0753 g

Sód 3 268,74122 mg

Dieta: 86 Mielona Dorośli

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyunka Konserwowa Drobiowa 50g *(6, 7, 10), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Mielony Homogenizowany 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 86 Mielona Dorośli:

Wartość energetyczna 2 384,5436 kcal

Białko 107,6831 g

w tym białko zwierzęce 54,7950 g

Tłuszcz 73,0085 g

Węglowodany 327,2132 g

Cukry proste 46,1100 g

Błonnik pokarmowy 16,9850 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 11,0675 g

Dieta: 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Dorośli

Śniadanie

Kakao b/c 250g *(7), Bułka Grahamka 140g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Mielony Homogenizowany 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 80g, Papryka Świeża Zielona 15g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Ogórek Kwaszony 50g, Szynka Konserwowa Drobiowa 50g *(6, 7, 10)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Ryż gotowany brązowy - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g, Filet z kurczaka w sosie curry 250g *(1, 7), Brokuły pieczone 100g

Podwieczorek

Sernik kokosowy B/C 120g *(1, 3, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Kiełbaski Śląskie Delikatesowe 100g, Musztarda 15g *(10), Pomidory Szklarniowe 80g

DRUGA KOLACJA

Chleb Graham 50g *(1, P76), Margaryna Do Kanapek 20g, Jajka 50g *(3), Rzodkiewka 50g, Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Dorośli:

Wartość energetyczna 3 098,1429 kcal
Białko 133,7049 g
w tym białko zwierzęce 63,1100 g
Tłuszcz 119,92633 g
Węglowodany 379,32241 g
Cukry proste 37,1660 g
Błonnik pokarmowy 34,5827 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 13,9079 g
Sód 4 655,40092 mg

Dieta: 88 Wegetariańska Dorośli

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami-d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Zielona 15g

Obiad

Zupa krem z pieczonego buraka - wege 300g, Tofu w sosie curry 200g *(6), Kompot z mieszanki owocowej 250g, Ryż gotowany - 200g 200g, Brokuły pieczone 100g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Graham 50g *(1, P76), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Pomidory Szklarniowe 100g, Ser Żółty Wysokobiałkowy 40g *(7), Paszтет Sojowy 57,5g *(1, 6, 9, 10, 11), Sałata Lodowa 35g

DRUGA KOLACJA

Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 88 Wegetariańska Dorośli:

Wartość energetyczna 2 415,8141 kcal

Białko 89,46155 g

w tym białko zwierzęce 15,9800 g

Tłuszcz 86,03383 g

Węglowodany 323,9370 g

Cukry proste 51,7475 g

Błonnik pokarmowy 28,7910 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 14,4675 g

Sód 2 400,4130 mg

Dieta: 89 Beztłuszczowa Dorośli

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 100g *(1), Dżem Owoc. 60g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. 60g, Ryż gotowany - 150g 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny „O” % 140g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 89 Beztłuszczowa Dorośli:

Wartość energetyczna 1 702,2029 kcal

Białko 76,1330 g

w tym białko zwierzęce 31,3600 g

Tłuszcz 8,3172 g

Węglowodany 332,3000 g

Cukry proste 30,1800 g

Błonnik pokarmowy 15,8900 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 0,9350 g

Sód 1 758,87968 mg

Dieta: 90 Anoreksja Dorośli

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka 50g *(1), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szyunka Konserwowa Drobiowa 20g *(6, 7, 10), Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami-d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Zielona 15g

DRUGIE ŚNIADANIE

Powidła 50g, Banany 200g, Sernik kokosowy B/C 120g *(1, 3, 6, 7, 8, 9, 10)

Obiad

Filet z kurczaka w sosie curry 250g *(1, 7), Ryż gotowany - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Brokuły pieczone 100g, Zupa krem z pieczonego buraka - wege 300g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 150g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Lodowa 35g, Polędwica Sopocka 80g *(6), Ser Żółty Wysokobiałkowy 40g *(7)

DRUGA KOLACJA

Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 90 Anoreksja Dorośli:

Wartość energetyczna 3 202,9545 kcal
Białko 131,2419 g
w tym białko zwierzęce 40,2400 g
Tłuszcz 116,63233 g
Węglowodany 413,99241 g
Cukry proste 57,1260 g
Błonnik pokarmowy 29,3437 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 53,3364 g
Sód 3 473,2870 mg

Dieta: 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Pasta z soczewicy, twarogu z suszonymi pomidorami-d 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Zielona 15g

DRUGIE ŚNIADANIE

Powidła 50g, Banany 200g, Sernik kokosowy B/C 120g *(1, 3, 6, 7, 8, 9, 10)

Obiad

Tofu w sosie curry 200g *(6), Kompot z mieszanki owocowej 250g, Ryż gotowany - 200g 200g, Brokuły pieczone 100g, Zupa krem z pieczonego buraka - wege 300g

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 150g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Pomidory Szklarniowe

100g, Sałata Lodowa 35g, Pasztet Sojowy 57,5g *(1, 6, 9, 10, 11), Ser Żółty Wysokobiałkowy 40g *(7)

DRUGA KOLACJA

Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian:

Wartość energetyczna 3 304,5442 kcal

Białko 111,87056 g

w tym białko zwierzęce 19,1050 g

Tłuszcz 126,71693 g

Węglowodany 433,99101 g

Cukry proste 57,4675 g

Błonnik pokarmowy 32,9350 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 54,8975 g

Sód 2 742,8330 mg

Dieta: 93 Bezglutenowa Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 112g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Margaryna Do Kanapek 20g, Sałata Szklarniowa 20g, Szyinka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10)

Obiad

Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Zupa krem z cukinii 300g *(9), Roladka z indyka 80g *(10)

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 112g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Margaryna Do Kanapek 20g, Jajka 50g *(3), Polędwica Sopocka 50g *(6), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 93 Bezglutenowa Dorośli:

Wartość energetyczna 2 233,1651 kcal

Białko 93,5675 g

w tym białko zwierzęce 63,7450 g

Tłuszcz 65,7044 g

Węglowodany 323,4862 g

Cukry proste 36,0580 g

Błonnik pokarmowy 10,4468 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 7,5943 g

Sód 2 487,22622 mg

Dieta: 95 Anoreksja Lekka Dorośli

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szyinka Konserwowa

Drobiowa 50g *(6, 7, 10), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGIE ŚNIADANIE

Banany 200g, Biskvopty 40g *(1, 3), Jogurt Owocowy D 150g *(7)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g *(9), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Roladka z indyka 80g *(10)

Podwieczorek

Mleczko waniliowe 220g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Polędwica Sopočka 80g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 20g *(7), Sałata Lodowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 95 Anoreksja Lekka Dorośli:

Wartość energetyczna 2 998,4851 kcal

Białko 114,7185 g

w tym białko zwierzęce 52,3350 g

Tłuszcz 98,6454 g

Węglowodany 419,3652 g

Cukry proste 45,4780 g

Błonnik pokarmowy 17,2968 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 46,9753 g

Sód 3 535,59122 mg

Dieta: 01 Podstawowa Fizjo. 1000

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Kielbasa Krakowska Drobiowa Bgl 40g *(10), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa krem szparagowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet drobiowy panierowany - m 70g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Bukiet warzyw mrożonych 100g, Kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Rzodkiewka 40g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 40g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 01 Podstawowa Fizjo. 1000:

Wartość energetyczna 1 218,47355 kcal

Białko 51,3445 g

w tym białko zwierzęce 15,6990 g

Tłuszcz 55,7386 g

Węglowodany 129,8945 g

Cukry proste 34,2360 g

Błonnik pokarmowy 7,1840 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 23,5865 g

Sód 2 533,79092 mg

Dieta: 02 Podstawowa Fizjo. 1400

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 15g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Kielbasa Żywiecka 40g *(6), Kakao - m 150g *(7), Ser Żółty 30g *(7)

Obiad

Zupa krem szparagowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet drobiowy panierowany - m 70g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Kompot z truskawek - m 150g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką - d 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 60g, Rzodkiewka 40g

DRUGA KOLACJA

Napój z nasionami chia 220g

Wartości odżywcze diety 02 Podstawowa Fizjo. 1400:

Wartość energetyczna 1 695,34955 kcal
Białko 69,6830 g
w tym białko zwierzęce 24,8990 g
Tłuszcz 79,5461 g
Węglowodany 177,3733 g
Cukry proste 25,4460 g
Błonnik pokarmowy 16,3540 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 30,2660 g
Sód 3 313,45592 mg

Dieta: 03 Podstawowa Fizjo. 1600

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 15g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Kakao - m 150g *(7), Kiełbasa Żywiecka 50g *(6), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 130 ml 130g *(7), Ser Żółty 30g *(7)

Obiad

Zupa krem szparagowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Kotlet drobiowy panierowany - m 70g *(1, 3), Kompot z truskawek - m 150g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką - d 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 60g, Rzodkiewka 40g

DRUGA KOLACJA

Napój z nasionami chia 220g

Wartości odżywcze diety 03 Podstawowa Fizjo. 1600:

Wartość energetyczna 1 834,54955 kcal
Białko 76,6150 g
w tym białko zwierzęce 29,3190 g
Tłuszcz 84,9511 g
Węglowodany 193,2083 g
Cukry proste 33,6730 g
Błonnik pokarmowy 16,3540 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 32,2400 g
Sód 3 371,97592 mg

Dieta: 04 Podstawowa Fizjo. 1800

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Kakao - m 150g *(7), Kiełbasa Żywiecka 50g *(6), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 130 ml 130g *(7), Ser Żółty 30g *(7)

Obiad

Zupa krem szparagowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kotlet drobiowy panierowany - m 70g *(1, 3), Kompot z truskawek - m 150g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką - d 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 60g, Rzodkiewka 40g

DRUGA KOLACJA

Napój z nasionami chia 220g

Wartości odżywcze diety 04 Podstawowa Fizjo. 1800:

Wartość energetyczna 1 955,97955 kcal
Białko 77,8090 g
w tym białko zwierzęce 29,3190 g
Tłuszcz 93,2131 g
Węglowodany 204,1788 g
Cukry proste 33,7830 g
Błonnik pokarmowy 17,2540 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 38,2460 g
Sód 3 377,11092 mg

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 130 ml 130g *(7), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Żywiecka 50g *(6), Ser Żółty 30g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa krem szparagowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek - m 150g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką - d 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 60g, Rzodkiewka 40g

DRUGA KOLACJA

Napój z nasionami chia 220g

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 238,4548 kcal
Białko 89,1195 g
w tym białko zwierzęce 37,6440 g
Tłuszcz 105,6126 g

Węglowodany 235,0373 g
Cukry proste 41,6330 g
Błonnik pokarmowy 18,9940 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 40,4360 g
Sód 3 750,98092 mg

Dieta: 06 Podstawowa Fizjo. 2600

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Kielbasa Żywiecka 50g *(6), Ser Żółty 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 130 ml 130g *(7)

Obiad

Zupa krem szparagowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Kompot z truskawek 250g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką - d 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Rzodkiewka 40g

DRUGA KOLACJA

Napój z nasionami chia 220g

Wartości odżywcze diety 06 Podstawowa Fizjo. 2600:

Wartość energetyczna 2 643,5360 kcal
Białko 105,28075 g
w tym białko zwierzęce 42,7590 g
Tłuszcz 114,2862 g
Węglowodany 300,6620 g
Cukry proste 45,3830 g
Błonnik pokarmowy 24,7000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 45,1550 g
Sód 4 738,15007 mg

Dieta: 07 Podstawowa Fizjo. 2900

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 25g *(7), Kielbasa Żywiecka 50g *(6), Ser Żółty 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 130 ml 130g *(7)

Obiad

Zupa krem szparagowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Kompot z truskawek 250g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką - d 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 100g *(1), Masło Extra 25g *(7),

Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Rzodkiewka 40g

DRUGA KOLACJA

Napój z nasionami chia 220g

Wartości odżywcze diety 07 Podstawowa Fizjo. 2900:

Wartość energetyczna 2 832,0360 kcal

Białko 108,47075 g

w tym białko zwierzęce 42,7590 g

Tłuszcz 122,9862 g

Węglowodany 324,3020 g

Cukry proste 46,7930 g

Błonnik pokarmowy 27,3000 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 51,2050 g

Sód 4 971,55007 mg

Dieta: 09 Lekkostrawna 1400

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szynka Konserwowa Drobiowa 40g *(6, 7, 10), Pomidory Szklarniowe 40g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Zupa Solferino - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Filet drobiowy got. 60g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Sos beszamelowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chipsy Warzywno-Owocowe 18g

Wartości odżywcze diety 09 Lekkostrawna 1400:

Wartość energetyczna 1 363,1455 kcal

Białko 70,25585 g

w tym białko zwierzęce 34,8750 g

Tłuszcz 46,10875 g

Węglowodany 168,1837 g

Cukry proste 25,4160 g

Błonnik pokarmowy 12,2120 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 22,5825 g

Sód 3 400,94576 mg

Dieta: 10 Lekkostrawna 1800

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Konserwowa Drobiowa 80g *(6, 7, 10), Pomidory Szklarniowe 40g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 130 ml 130g *(7)

Obiad

Zupa Solferino - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Sos beszamelowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chipsy Warzywno-Owocowe 18g

Wartości odżywcze diety 10 Lekkostrawna 1800:

Wartość energetyczna 1 781,5755 kcal
Białko 87,55185 g
w tym białko zwierzęce 46,8950 g
Tłuszcz 59,64575 g
Węglowodany 224,8692 g
Cukry proste 34,8030 g
Błonnik pokarmowy 15,3120 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 30,7125 g
Sód 3 968,48076 mg

Dieta: 11 Lekkostrawna 2300

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 25g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Szyńka Konserwowa Drobiowa 80g *(6, 7, 10), Pomidory Szklarniowe 80g, Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 130 ml 130g *(7)

Obiad

Zupa Solferino 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Filet drobiowy got. - d 90g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 25g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chipsy Warzywno-Owocowe 18g

Wartości odżywcze diety 11 Lekkostrawna 2300:

Wartość energetyczna 2 251,1973 kcal
Białko 111,54345 g
w tym białko zwierzęce 59,3450 g
Tłuszcz 77,1055 g
Węglowodany 278,7439 g
Cukry proste 44,6670 g

Błonnik pokarmowy 19,4860 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 39,6260 g
Sód 4 835,12291 mg

Dieta: 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szyńka
Konserwowa Drobiowa 50g *(6, 7, 10), Pomidory Szklarniowe 40g, Mleko got.
- 150 ml 150g *(7)

Obiad

Zupa Solferino - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z
koperkiem - 150g 150g, Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos
beszamelowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g,
Kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7),
Polędwica Sopocka 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chipsy Warzywno-Owocowe 18g

Wartości odżywcze diety 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400:

Wartość energetyczna 1 462,4465 kcal
Białko 72,62585 g
w tym białko zwierzęce 37,5950 g
Tłuszcz 56,41875 g
Węglowodany 168,1037 g
Cukry proste 25,7660 g
Błonnik pokarmowy 13,2620 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 22,5825 g
Sód 3 845,54576 mg

Dieta: 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka
Konserwowa Drobiowa 80g *(6, 7, 10), Pomidory Szklarniowe 40g, Mleko got.
- 150 ml 150g *(7), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 130 ml 130g *(7)

Obiad

Zupa Solferino 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony
80g, Sos beszamelowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem
- 150g 150g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek - m
150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7),

Polędwica Sopocka 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chipsy Warzywno-Owocowe 18g

Wartości odżywcze diety 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800:

Wartość energetyczna 1 921,9183 kcal
Białko 93,7421 g
w tym białko zwierzęce 53,3700 g
Tłuszcz 73,09635 g
Węglowodany 224,0672 g
Cukry proste 35,8520 g
Błonnik pokarmowy 16,6310 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 31,1075 g
Sód 4 726,99791 mg

Dieta: 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 25g *(7),
Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Szyńka Konserwowa Drobiowa 80g *(6, 7, 10),
Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 130 ml 130g *(7), Pomidory
Szklarniowe 80g

Obiad

Zupa Solferino 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z
koperkiem - 200g 200g, Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos beszamelowy
80g *(1, 3, 7, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek
250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 25g *(7),
Polędwica Sopocka 80g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chipsy Warzywno-Owocowe 18g

Wartości odżywcze diety 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300:

Wartość energetyczna 2 349,5983 kcal
Białko 109,34345 g
w tym białko zwierzęce 57,1450 g
Tłuszcz 89,2355 g
Węglowodany 278,7439 g
Cukry proste 44,6670 g
Błonnik pokarmowy 19,4860 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 39,6260 g
Sód 5 237,20291 mg

Dieta: 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna

B/MI 10g, Szynka Konserwowa Drobiowa 80g *(6, 7, 10), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa Solferino 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Filet drobiowy got. 60g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 10g, Połudwica Sopocka 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chipsy Warzywno-Owocowe 18g

Wartości odżywcze diety 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu:

Wartość energetyczna 1 583,3968 kcal

Białko 84,81145 g

w tym białko zwierzęce 42,9250 g

Tłuszcz 38,3005 g

Węglowodany 226,4989 g

Cukry proste 30,1400 g

Błonnik pokarmowy 16,8060 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 9,5820 g

Sód 4 093,11291 mg

Dieta: 20 Beztłuszczowa

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 50g *(1), Dżem B/C 80g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Filet drobiowy got. 60g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 60g *(10)

DRUGA KOLACJA

Chipsy Warzywno-Owocowe 18g

Wartości odżywcze diety 20 Beztłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 246,8060 kcal

Białko 66,8890 g

w tym białko zwierzęce 29,0000 g

Tłuszcz 8,9372 g

Węglowodany 233,3180 g

Cukry proste 40,0000 g
Błonnik pokarmowy 18,0660 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 0,5340 g
Sód 3 257,41768 mg

Dieta: 21 bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Pomidory Szklarniowe 40g, Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10)

Obiad

Zupa Solferino B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Filet drobiowy got. 60g, Sos beszamelowy b/gl b/ml 80g *(3, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chipsy Warzywno-Owocowe 18g

Wartości odżywcze diety 21 bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 427,0068 kcal
Białko 68,32145 g
w tym białko zwierzęce 22,1250 g
Tłuszcz 35,0005 g
Węglowodany 211,0389 g
Cukry proste 30,6400 g
Błonnik pokarmowy 18,3060 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 7,7500 g
Sód 3 885,66791 mg

Dieta: 22 Wegetariańska

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 100g, Papryka Świeża Zielona 15g

Obiad

Zupa krem szparagowa wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek 250g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Sos pieczarkowy 120g *(1, 7), Pieczone pulpeciki z tofu 100g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7),

Twaróg Tłusty 80g *(7), Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Napój z nasionami chia 220g

Wartości odżywcze diety 22 Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 654,0875 kcal
Białko 101,0508 g
w tym białko zwierzęce 37,8740 g
Tłuszcz 117,83155 g
Węglowodany 302,0715 g
Cukry proste 45,7940 g
Błonnik pokarmowy 24,1930 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 56,0695 g
Sód 4 571,01507 mg

Dieta: 25 Niskobiałkowa

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Pku Krojony B/GI 50g *(6), Masło Extra 10g *(7), Dżem B/C 50g, Pomidory Szklarniowe 100g, Sałata Lodowa 35g, Ogórek Kwaszony 50g, Papryka Świeża Zielona 15g

Obiad

Zupa niskobiałkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Marchew mini got. b/c 150g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek 250g, Makaron b/gi pku gotowany 150g

Podwieczorek

Ciastka Kruche Pku B/GI 60g *(3, 6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Pku Krojony B/GI 50g *(6), Masło Extra 10g *(7), Pomidory Szklarniowe 100g, Ogórek Długi 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chipsy Warzywno-Owocowe 18g

Wartości odżywcze diety 25 Niskobiałkowa:

Wartość energetyczna 1 553,9445 kcal
Białko 15,1260 g
Tłuszcz 39,8682 g
Węglowodany 293,6920 g
Cukry proste 32,3400 g
Błonnik pokarmowy 16,2460 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 19,3995 g
Sód 1 881,77768 mg

Dieta: 26 Niskokaloryczna

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Szynka Konserwowa Drobiowa 60g *(6, 7, 10), Papryka Świeża Zielona 15g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa Solferino 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g,
Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Sos beszamelowy - m 50g *(1,
3, 7, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek b/c 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 80g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g,
Pomidory Szklarniowe 50g, Połędwica Sopocka 50g *(6), Sałata Szklarniowa
20g

DRUGA KOLACJA

Napój z nasionami chia 220g

Wartości odżywcze diety 26 Niskokaloryczna:

Wartość energetyczna 1 584,1568 kcal

Białko 84,2881 g

w tym białko zwierzęce 42,1500 g

Tłuszcz 42,73935 g

Węglowodany 220,1707 g

Cukry proste 21,3350 g

Błonnik pokarmowy 18,6950 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 12,1085 g

Sód 4 002,77291 mg

Dieta: 27 Płynna

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Kompot z truskawek 250g, Zupa Solferino B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9,
10, 11)

Podwieczorek

Kisiel 200g

Kolacja

Herbata 2g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 27 Płynna:

Wartość energetyczna 560,9628 kcal

Białko 19,69575 g

w tym białko zwierzęce 17,0000 g

Tłuszcz 10,4032 g

Węglowodany 99,3825 g

Cukry proste 63,3400 g

Błonnik pokarmowy 4,3600 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 7,5220 g

Sód 717,72907 mg

Dieta: 29 Wysokobiałkowa Podstawowa

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Żywiecka 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Papryka Świeża Zielona 15g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 10g *(7), Ser Żółty 50g *(7)

Obiad

Zupa krem szparagowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Kompot z truskawek 250g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką - d 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 10g *(7), Twaróg Tłusty 50g *(7), Napój z nasionami chia 220g

Wartości odżywcze diety 29 Wysokobiałkowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 398,0360 kcal

Białko 127,08775 g

w tym białko zwierzęce 60,4390 g

Tłuszcz 151,2262 g

Węglowodany 381,9870 g

Cukry proste 54,8100 g

Błonnik pokarmowy 28,0200 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 59,1045 g

Sód 4 589,51007 mg

Dieta: 30 Gastroenterologia

Śniadanie

Herbata 2g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Konserwowa Drobiowa 80g *(6, 7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Tłusty 50g *(7)

Obiad

Zupa Solferino 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Filet drobiowy got. 60g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 80g *(10), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chipsy Warzywno-Owocowe 18g

Wartości odżywcze diety 30 Gastroenterologia:

Wartość energetyczna 2 000,0468 kcal
Białko 96,57145 g
w tym białko zwierzęce 42,9250 g
Tłuszcz 77,0705 g
Węglowodany 229,8189 g
Cukry proste 30,7450 g
Błonnik pokarmowy 16,9260 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 38,9870 g
Sód 4 518,61291 mg

Dieta: 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna

Śniadanie

Kakao b/c 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 80g *(10), Ogórek Kwaszony 50g

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7)

Obiad

Zupa Solferino 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Filet drobiowy got. 60g, Sos beszamelowy b/c 80g *(1, 3, 7, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek b/c 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ogórek Długi 50g, Kiwi, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 50g

Wartości odżywcze diety 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna:

Wartość energetyczna 2 849,3568 kcal
Białko 132,52645 g
w tym białko zwierzęce 59,6250 g
Tłuszcz 110,4555 g
Węglowodany 335,4447 g

Cukry proste 23,6450 g
Błonnik pokarmowy 27,6800 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 67,0270 g
Sód 6 246,19291 mg

Dieta: 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Kakao b/c 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 80g *(10), Ogórek Kwaszony 50g

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7)

Obiad

Kompot z truskawek b/c 250g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Zupa krem szparagowa b/c 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ogórek Długi 50g, Kiwi, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g

Wartości odżywcze diety 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 3 012,2045 kcal
Białko 126,9380 g
w tym białko zwierzęce 54,3390 g
Tłuszcz 134,7410 g
Węglowodany 325,8598 g
Cukry proste 22,3610 g
Błonnik pokarmowy 26,5500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 69,1565 g
Sód 6 387,52507 mg

Dieta: 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Kakao b/c 250g *(7), Bułka Grahamka 140g *(1), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 80g *(10), Pomidory Szklarniowe 80g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7)

Obiad

Zupa Solferino 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Sos beszamelowy b/c 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek b/c 250g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Konserwowa Drobiowa 80g *(6, 7, 10), Pomidory Szklarniowe 80g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6)

Wartości odżywcze diety 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 658,1068 kcal

Białko 119,90645 g

w tym białko zwierzęce 63,0250 g

Tłuszcz 100,2955 g

Węglowodany 319,9139 g

Cukry proste 32,5800 g

Błonnik pokarmowy 26,8700 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 56,2560 g

Sód 5 891,90291 mg

Dieta: 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Herbata Expr. 1,5g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 80g *(10), Ogórek Kwaszony 50g

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7)

Obiad

Zupa Solferino B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Filet drobiowy got. - d 90g, Sos beszamelowy b/gl b/ml 80g *(3, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek b/c 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 1,5g, Masło Extra 20g *(7), Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml

50g *(10), Ogórek Długi 50g, Kiwi, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11)

Wartości odżywcze diety 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 523,3873 kcal
Białko 116,90545 g
w tym białko zwierzęce 64,3250 g
Tłuszcz 111,5945 g
Węglowodany 270,5957 g
Cukry proste 15,6700 g
Błonnik pokarmowy 13,1100 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 64,2450 g
Sód 4 755,47791 mg

Dieta: 35 Bezglutenowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11),
Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Pomidory
Szkłarniowe 40g

Obiad

Zupa Solferino B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane
z koperkiem - 200g 200g, Filet drobiowy got. - d 90g, Sos beszamelowy b/gl
b/ml 80g *(3, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek
250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7),
Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chipsy Warzywno-Owocowe 18g

Wartości odżywcze diety 35 Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 1 568,8673 kcal
Białko 80,69145 g
w tym białko zwierzęce 39,2250 g
Tłuszcz 53,3645 g
Węglowodany 195,3329 g
Cukry proste 31,8300 g
Błonnik pokarmowy 10,7560 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 27,8500 g
Sód 3 673,45791 mg

Dieta: 36 Bezglutenowa Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna
Roślinna B/MI 20g, Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Pomidory
Szkłarniowe 40g

Obiad

Zupa Solferino B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Filet drobiowy got. - d 90g, Sos beszamelowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chipsy Warzywno-Owocowe 18g

Wartości odżywcze diety 36 Bezglutenowa Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 302,8673 kcal

Białko 66,33145 g

w tym białko zwierzęce 30,7250 g

Tłuszcz 35,3645 g

Węglowodany 183,3229 g

Cukry proste 27,8400 g

Błonnik pokarmowy 12,7560 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 7,3000 g

Sód 3 481,35791 mg

Dieta: 38 Onkologiczna Podstawowa

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka 50g *(1), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 130 ml 130g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Pomidory Szklarniowe 50g, Ser Żółty 50g *(7)

Obiad

Zupa krem szparagowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Kompot z truskawek 250g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g

Podwieczorek

Twaróg Grani 200g *(7), Wafle Kukurydziane 20g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Napój z nasionami chia 220g

Wartości odżywcze diety 38 Onkologiczna Podstawowa:

Wartość energetyczna 2 561,8365 kcal

Białko 120,56275 g

w tym białko zwierzęce 42,7590 g

Tłuszcz 106,1182 g

Węglowodany 283,5370 g
Cukry proste 37,2130 g
Błonnik pokarmowy 18,5700 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 44,7720 g
Sód 5 699,60007 mg

Dieta: 39 Onkologiczna Lekkostrawna

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Kielbasa Krakowska Drobiowa Bgl 80g *(10), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa Solferino 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Filet drobiowy got. 60g, Kompot z truskawek 250g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g

Podwieczorek

Twaróg Grani 200g *(7), Wafle Kukurydziane 20g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Konserwowa Drobiowa 80g *(6, 7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 39 Onkologiczna Lekkostrawna:

Wartość energetyczna 2 051,8568 kcal
Białko 111,95545 g
w tym białko zwierzęce 46,3250 g
Tłuszcz 67,1965 g
Węglowodany 253,0969 g
Cukry proste 48,7800 g
Błonnik pokarmowy 15,7100 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 31,5560 g
Sód 4 955,43291 mg

Dieta: 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Masło Extra 10g *(7), Kielbasa Krakowska Drobiowa Bgl 80g *(10), Pomidory Szklarniowe 50g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa Solferino 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Filet drobiowy got. 60g, Kompot z truskawek 250g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g

Podwieczorek

Twaróg Grani 200g *(7), Wafle Kukurydziane 20g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 10g *(7), Szyńka Konserwowa Drobiowa 80g *(6, 7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu:

Wartość energetyczna 1 902,8568 kcal
Białko 111,87545 g
w tym białko zwierzęce 46,3250 g
Tłuszcz 50,7965 g
Węglowodany 252,8169 g
Cukry proste 48,5600 g
Błonnik pokarmowy 15,7100 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 19,5560 g
Sód 4 953,63291 mg

Dieta: 41 Onkologiczna Mielona

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa Solferino 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony 80g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Kompot z truskawek 250g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g

Podwieczorek

Twaróg Grani 200g *(7), Wafle Kukurydziane 20g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Konserwowa Drobiowa 80g *(6, 7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 41 Onkologiczna Mielona:

Wartość energetyczna 2 149,1583 kcal
Białko 111,70545 g
w tym białko zwierzęce 52,7250 g
Tłuszcz 78,5465 g
Węglowodany 252,7969 g
Cukry proste 49,1300 g
Błonnik pokarmowy 16,7600 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 31,5560 g
Sód 5 267,18291 mg

Dieta: 42 Onkologiczna Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa Solferino B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 90g, Sos beszamelowy b/gl b/ml 80g *(3, 9), Ziemniaki gotowane z

koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 80g *(10), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 42 Onkologiczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 548,6673 kcal

Białko 87,65545 g

w tym białko zwierzęce 30,7250 g

Tłuszcz 35,1765 g

Węglowodany 222,3069 g

Cukry proste 44,4800 g

Błonnik pokarmowy 16,4100 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 8,2240 g

Sód 4 688,61791 mg

Dieta: 43 Onkologiczna Beztłuszczowa

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 50g *(1), Dżem B/C 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 43 Onkologiczna Beztłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 295,5660 kcal

Białko 68,0830 g

w tym białko zwierzęce 42,6000 g

Tłuszcz 7,9832 g

Węglowodany 247,2660 g

Cukry proste 55,6400 g

Błonnik pokarmowy 16,8900 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 0,7880 g

Dieta: 44 Onkologiczna Wegetariańska

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 250 ml 250g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g, Paszтет Sojowy 56,5g *(1, 6, 9, 10, 11)

Obiad

Zupa krem szparagowa wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kompot z truskawek 250g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Pieczone pulpeciki z tofu 100g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos pieczarkowy 120g *(1, 7), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g

Podwieczorek

Chrupki 80g 40g

Kolacja

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g, Humus Sante 62,5g *(1, 6, 9, 10, 11)

DRUGA KOLACJA

Napój z nasionami chia 220g

Wartości odżywcze diety 44 Onkologiczna Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 594,6575 kcal

Białko 72,4108 g

w tym białko zwierzęce 9,3740 g

Tłuszcz 106,79755 g

Węglowodany 339,0922 g

Cukry proste 32,1600 g

Błonnik pokarmowy 29,9305 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 41,1925 g

Sód 3 851,80507 mg

Dieta: 45 Onkologiczna Bezglutenowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Kielbasa Krakowska Drobiowa Bgl 80g *(10), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa Solferino B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. - d 90g, Sos beszamelowy b/gl b/ml 80g *(3, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Twaróg Grani 200g *(7), Wafle Kukurydziane 20g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 80g *(10), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 45 Onkologiczna Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 1 848,7273 kcal
Białko 110,62545 g
w tym białko zwierzęce 39,2250 g
Tłuszcz 62,0605 g
Węglowodany 217,5609 g
Cukry proste 45,3300 g
Błonnik pokarmowy 9,6600 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 27,9240 g
Sód 4 706,17791 mg

Dieta: 46 Anoreksja Podstawowa

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 250 ml 250g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Papryka Świeża Zielona 15g, Kielbasa Żywiecka 80g *(6)

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Chrupki 25g, Masło Extra 10g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Miód Pszczeli Mały 25g

Obiad

Zupa krem szparagowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z truskawek 250g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką - d 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Napój z nasionami chia 220g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g

Wartości odżywcze diety 46 Anoreksja Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 608,1860 kcal
Białko 136,11525 g
w tym białko zwierzęce 60,4390 g
Tłuszcz 167,8537 g
Węglowodany 388,5620 g
Cukry proste 76,0950 g
Błonnik pokarmowy 26,9525 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 77,4245 g
Sód 5 061,22007 mg

Dieta: 48 Anoreksja Lekka

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 100g *(1), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 250 ml 250g *(7), Masło Extra 30g *(7), Szyunka Konserwowa Drobiowa 80g *(6, 7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Chrupki 25g, Masło Extra 10g *(7), Twaróg Tłusty 50g *(7), Dżem Owoc. 50g, Miód Pszczeli Mały 25g

Obiad

Zupa Solferino 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Połędwica Sopocka 80g *(6)

DRUGA KOLACJA

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Chipsy Warzywno-Owocowe 18g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 80g

Wartości odżywcze diety 48 Anoreksja Lekka:

Wartość energetyczna 3 221,9468 kcal

Białko 131,87295 g

w tym białko zwierzęce 54,8250 g

Tłuszcz 122,9780 g

Węglowodany 393,9739 g

Cukry proste 73,6690 g

Błonnik pokarmowy 20,9585 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 66,1050 g

Sód 5 672,95291 mg

Dieta: 49 Anoreksja wegetariańska

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 250 ml 250g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Papryka Świeża Zielona 15g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Chrupki 25g, Masło Extra 10g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Miód Pszczeli Mały 25g

Obiad

Zupa krem szparagowa wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z truskawek 250g, Sos pieczarkowy 120g *(1, 7), Pieczone pulpeciki z tofu 100g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Paszтет Sojowy 56,5g *(1, 6, 9, 10, 11), Napój z nasionami chia 220g

Wartości odżywcze diety 49 Anoreksja wegetariańska:

Wartość energetyczna 3 646,1825 kcal
Białko 131,8093 g
w tym białko zwierzęce 63,9740 g
Tłuszcz 174,05405 g
Węglowodany 390,9105 g
Cukry proste 70,2575 g
Błonnik pokarmowy 28,2055 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 95,8330 g
Sód 5 108,21507 mg

Dieta: 50 Mukowiscydozowa Podstawowa

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Kiełbasa Żywiecka 80g *(6), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Papryka Świeża Zielona 15g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 15g *(7), Ser Żółty 50g *(7)

Obiad

Zupa krem szparagowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z truskawek 250g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką - d 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 50g *(7), Napój z nasionami chia 220g

Wartości odżywcze diety 50 Mukowiscydozowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 509,7860 kcal
Białko 127,14775 g
w tym białko zwierzęce 60,4390 g
Tłuszcz 163,5262 g
Węglowodany 382,1970 g
Cukry proste 54,9750 g
Błonnik pokarmowy 28,0200 g

Dieta: 55 Biorcy Szpiku

Śniadanie

Herbata 2g, Kielbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Bułka 50g *(1)

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata 2g, Dżem B/C 80g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7)

Obiad

Zupa Solferino B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek b/c 250g, Sos pietruszkowy b/gł b/ml 80g *(9)

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 55 Biorcy Szpiku:

Wartość energetyczna 1 720,2668 kcal

Białko 67,91775 g

w tym białko zwierzęce 21,5000 g

Tłuszcz 61,2672 g

Węglowodany 232,7185 g

Cukry proste 38,4000 g

Błonnik pokarmowy 15,2100 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 33,7190 g

Sód 3 877,70791 mg

Dieta: 56 Mielona Roczna

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 10g *(7), Szyunka Konserwowa Drobiowa 30g *(6, 7, 10), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa Solferino - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos beszamelowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Bukiet warzyw mrożonych 100g, Kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 10g *(7),
Polędwica Sopocka 40g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 56 Mielona Roczna:

Wartość energetyczna 1 132,9050 kcal
Białko 57,06985 g
w tym białko zwierzęce 28,6950 g
Tłuszcz 42,36475 g
Węglowodany 133,2367 g
Cukry proste 31,1660 g
Błonnik pokarmowy 8,3760 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 14,1715 g
Sód 2 807,39576 mg

Dieta: 57 Roczna Bezmleczna

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 10g,
Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 40g *(10), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos beszamelowy b/gl b/ml 80g *(3, 9),
Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Bukiet warzyw mrożonych
100g, Kompot z truskawek - m 150g, Zupa Solferino B/GL B/ML 300g *(1, 3,
5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna
B/MI 10g, Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 30g *(10), Sałata Szklarniowa
20g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 57 Roczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 021,8363 kcal
Białko 52,84145 g
w tym białko zwierzęce 22,9450 g
Tłuszcz 28,2145 g
Węglowodany 141,6014 g
Cukry proste 40,3600 g
Błonnik pokarmowy 11,1700 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 3,8310 g
Sód 3 062,78291 mg

Dieta: 58 Dieta bezlaktozowa

Śniadanie

Mleko Bez Laktozy 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 30g *(1, 6),

Masło Bez Laktozy 20g *(7), Kiełbasa Żywiecka 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa Solferino B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Kompot z truskawek 250g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Twaróg Półtłusty Bez Laktozy 80g *(7), Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Napój z nasionami chia 220g

Wartości odżywcze diety 58 Dieta bezlaktozowa:

Wartość energetyczna 2 217,6268 kcal

Białko 85,06075 g

w tym białko zwierzęce 16,9250 g

Tłuszcz 95,0342 g

Węglowodany 260,1585 g

Cukry proste 35,3550 g

Błonnik pokarmowy 21,6150 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 31,3765 g

Sód 3 380,57907 mg

Dieta: 59 Roczna Mieszana Obiad

Obiad

Zupa Solferino - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos beszamelowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Bukiet warzyw mrożonych 100g, Kompot z truskawek 250g

Wartości odżywcze diety 59 Roczna Mieszana Obiad:

Wartość energetyczna 516,5050 kcal

Białko 31,51985 g

w tym białko zwierzęce 22,9950 g

Tłuszcz 15,71475 g

Węglowodany 65,7167 g

Cukry proste 9,2260 g

Błonnik pokarmowy 5,2160 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 1,9735 g

Sód 1 963,39576 mg

Dieta: 60 Bogatoresztkowa

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g, Sałata Lodowa 35g, Papryka Świeża Zielona 15g, Kiełbasa Żywiecka 80g *(6), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 130 ml 130g *(7)

Obiad

Zupa krem szparagowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Rzodkiewka 50g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Napój z nasionami chia 220g

Wartości odżywcze diety 60 Bogatoresztkowa:

Wartość energetyczna 2 318,7365 kcal

Białko 96,65775 g

w tym białko zwierzęce 30,2590 g

Tłuszcz 103,6932 g

Węglowodany 254,0815 g

Cukry proste 39,3430 g

Błonnik pokarmowy 18,8500 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 36,1675 g

Sód 4 212,30007 mg

Dieta: 61 Papkowata

Śniadanie

Herbata, Mleko got. - 250 ml 250g *(7), miks - śniadanie *(7)

Obiad

miks - obiad 400g *(7)

Podwieczorek

Kisiel 200g

Kolacja

miks - kolacja 400g *(7)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 61 Papkowata:

Wartość energetyczna 1 524,4000 kcal

Białko 81,2900 g

w tym białko zwierzęce 67,2000 g

Tłuszcz 42,9500 g

Węglowodany 205,5200 g

Cukry proste 64,9900 g

Błonnik pokarmowy 12,9000 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 13,9300 g

Sód 481,5000 mg

Dieta: 81 Podstawowa Dorośli 2300

Śniadanie

Kawa mleczna 250g *(7), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Kielbasa Piwna 30g, Ser Topiony 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek 250g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką - d 150g, Zupa krem szparagowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 60g, Ogórek Kwaszony 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 81 Podstawowa Dorośli 2300:

Wartość energetyczna 2 336,0360 kcal

Białko 87,24675 g

w tym białko zwierzęce 44,5790 g

Tłuszcz 96,9572 g

Węglowodany 276,2195 g

Cukry proste 53,6100 g

Błonnik pokarmowy 23,5100 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 22,0505 g

Sód 5 149,39007 mg

Dieta: 82 Podstawowa Dorośli 2600

Śniadanie

Chleb 50g *(1, 6), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Kielbasa Piwna 30g, Ser Topiony 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Kawa mleczna 250g *(7)

Obiad

Kompot z truskawek 250g, Kotlet drobiowy panierowany - d 110g *(1, 3), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką - d 150g, Zupa krem szparagowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 3g, Chleb 80g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 30g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Ogórek Kwaszony 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 82 Podstawowa Dorośli 2600:

Wartość energetyczna 2 839,9160 kcal
Białko 102,44175 g
w tym białko zwierzęce 49,1290 g
Tłuszcz 119,2962 g
Węglowodany 336,4415 g
Cukry proste 54,7150 g
Błonnik pokarmowy 28,4850 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 23,3615 g
Sód 5 775,45007 mg

Dieta: 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli

Śniadanie

Kawa mleczna 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 15g, Szynka Konserwowa Drobiowa 80g *(6, 7, 10), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa Solferino 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Filet drobiowy got. 60g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 15g, Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chipsy Warzywno-Owocowe 18g

Wartości odżywcze diety 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli:

Wartość energetyczna 1 822,8968 kcal
Białko 94,15145 g
w tym białko zwierzęce 58,2250 g
Tłuszcz 41,1605 g
Węglowodany 264,4989 g
Cukry proste 39,4300 g
Błonnik pokarmowy 17,9560 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 7,1220 g
Sód 4 008,79291 mg

Dieta: 85 Lekkostrawna Dorośli

Śniadanie

Kawa mleczna 250g *(7), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 250 ml 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Szynka Konserwowa Drobiowa 80g *(6, 7, 10), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa Solferino 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chipsy Warzywno-Owocowe 18g

Wartości odżywcze diety 85 Lekkostrawna Dorośli:

Wartość energetyczna 2 081,1968 kcal

Białko 104,43545 g

w tym białko zwierzęce 53,1250 g

Tłuszcz 52,9705 g

Węglowodany 292,5189 g

Cukry proste 52,8140 g

Błonnik pokarmowy 17,9560 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 11,1600 g

Sód 4 834,52291 mg

Dieta: 86 Mielona Dorośli

Śniadanie

Kawa mleczna 250g *(7), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 250 ml 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Szynka Konserwowa Drobiowa 80g *(6, 7, 10), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa Solferino 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony 80g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chipsy Owocowe 18g

Wartości odżywcze diety 86 Mielona Dorośli:

Wartość energetyczna 2 216,1383 kcal

Białko 110,90745 g

w tym białko zwierzęce 59,5250 g

Tłuszcz 65,7285 g

Węglowodany 291,0069 g

Cukry proste 56,5940 g

Błonnik pokarmowy 15,5800 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 11,1240 g

Sód 5 453,78791 mg

Dieta: 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych

węglowodanów Dorośli

Śniadanie

Bułka Grahamka 140g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Kawa mleczna b/c 250g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 80g *(10), Pomidory Szklarniowe 50g, Jabłka 200g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Papryka Świeża Zielona 15g

Obiad

Zupa Solferino 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Filet drobiowy got. 60g, Sos beszamelowy b/c 80g *(1, 3, 7, 9), Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek b/c 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Ogórek Kwaszony 50g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Pomidory Szklarniowe 50g, Kiwi, Twaróg Tłusty 80g *(7)

Wartości odżywcze diety 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Dorośli:

Wartość energetyczna 2 704,7568 kcal

Białko 128,20045 g

w tym białko zwierzęce 43,0250 g

Tłuszcz 85,6315 g

Węglowodany 352,7769 g

Cukry proste 27,9300 g

Błonnik pokarmowy 30,8000 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 8,2715 g

Sód 6 039,45291 mg

Dieta: 88 Wegetariańska Dorośli

Śniadanie

Kawa mleczna 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 250 ml 250g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Ser Topiony 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 100g, Sałata Lodowa 35g

Obiad

Zupa krem szparagowa wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z truskawek 250g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Sos pieczarkowy 120g *(1, 7), Pieczone pulpeciki z tofu 100g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Tłusty 80g *(7), Ogórek Kwaszony 100g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 88 Wegetariańska Dorośli:

Wartość energetyczna 2 523,7875 kcal
Białko 86,9398 g
w tym białko zwierzęce 22,9240 g
Tłuszcz 98,47255 g
Węglowodany 324,0587 g
Cukry proste 48,1040 g
Błonnik pokarmowy 28,1530 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 26,2475 g
Sód 5 211,68507 mg

Dieta: 89 Beztłuszczowa Dorośli

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 100g *(1), Dżem B/C 80g, Pomidory Szklarniowe 40g, Mleko got. 0 % 250g *(7)

Obiad

Zupa beztłuszczowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Chipsy Warzywno-Owocowe 18g

Wartości odżywcze diety 89 Beztłuszczowa Dorośli:

Wartość energetyczna 1 404,5060 kcal
Białko 71,5990 g
w tym białko zwierzęce 42,6000 g
Tłuszcz 9,2172 g
Węglowodany 265,9780 g
Cukry proste 42,9400 g
Błonnik pokarmowy 19,6960 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 0,9440 g
Sód 2 939,47768 mg

Dieta: 90 Anoreksja Dorośli

Śniadanie

Kawa mleczna 250g *(7), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szyńka Konserwowa Drobiowa 80g *(6, 7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g,

Papryka Świeża Zielona 15g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Chrupki 25g, Masło Extra 10g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Miód Pszczeli Mały 25g

Obiad

Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kotlet drobiowy panierowany 90g *(1, 3), Kompot z truskawek 250g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką - d 150g, Zupa krem szparagowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 150g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Ogórek Kwaszony 50g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 90 Anoreksja Dorośli:

Wartość energetyczna 3 231,2860 kcal
Białko 119,57925 g
w tym białko zwierzęce 60,3390 g
Tłuszcz 130,7197 g
Węglowodany 390,6650 g
Cukry proste 73,9850 g
Błonnik pokarmowy 28,8625 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 64,4970 g
Sód 6 041,79007 mg

Dieta: 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 30g *(7), Kawa mleczna 250g *(7), Ser Topiony 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g, Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 250 ml 250g *(7), Papryka Świeża Zielona 15g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Chrupki 25g, Masło Extra 10g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Miód Pszczeli Mały 25g

Obiad

Zupa krem szparagowa wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z truskawek 250g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Sos pieczarkowy 120g *(1, 7), Pieczone pulpeciki z tofu 100g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 30g *(7),

Twaróg Tłusty 80g *(7), Ogórek Kwaszony 100g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian:

Wartość energetyczna 3 308,4375 kcal
Białko 104,4723 g
w tym białko zwierzęce 35,4240 g
Tłuszcz 147,77505 g
Węglowodany 390,0592 g
Cukry proste 69,7390 g
Błonnik pokarmowy 31,0455 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 76,8880 g
Sód 5 803,58507 mg

Dieta: 93 Bezglutenowa Dorośli

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 112g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Margaryna Do Kanapek 20g, Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 80g *(10), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa Solferino B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Bukiet warzyw mrożonych - d 150g, Sos beszamelowy b/gl b/ml 80g *(3, 9), Filet drobiowy got. - d 90g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 112g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Margaryna Do Kanapek 20g, Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10), Ogórek Kwaszony 50g

DRUGA KOLACJA

Chipsy Warzywno-Owocowe 18g

Wartości odżywcze diety 93 Bezglutenowa Dorośli:

Wartość energetyczna 1 663,0273 kcal
Białko 79,69145 g
w tym białko zwierzęce 30,7250 g
Tłuszcz 43,2385 g
Węglowodany 242,5569 g
Cukry proste 19,4400 g
Błonnik pokarmowy 10,7660 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 0,1150 g
Sód 4 174,27791 mg

Dieta: 95 Anoreksja Lekka Dorośli

Śniadanie

Bułka 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Kawa

mleczna 250g *(7), Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą - 250 ml 250g *(7),
Szynka Konserwowa Drobiowa 80g *(6, 7, 10)

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Chrupki 25g, Masło Extra 10g *(7), Twaróg Tłusty 50g *(7), Dżem
Owoc. 30g, Miód Pszczeli Mały 25g

Obiad

Zupa Solferino 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z
koperkiem - 200g 200g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Bukiet warzyw
mrożonych - d 150g, Filet drobiowy got. 60g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7),
Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chipsy Warzywno-Owocowe 18g

Wartości odżywcze diety 95 Anoreksja Lekka Dorośli:

Wartość energetyczna 2 753,0468 kcal
Białko 110,85295 g
w tym białko zwierzęce 53,1250 g
Tłuszcz 96,7680 g
Węglowodany 353,0639 g
Cukry proste 74,0490 g
Błonnik pokarmowy 18,7585 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 53,2050 g
Sód 4 860,17291 mg

Dieta: 01 Podstawowa Fizjo. 1000

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 10g *(7), Pasta z jaj 50g *(3), Pomidory Szklarniowe 30g

Obiad

Kotleciki rybne pieczone - m 70g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos grecki - m 80g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Napój owocowy - m 150g, Zupa kalafiorowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 10g *(7), Ser Żółty 40g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 01 Podstawowa Fizjo. 1000:

Wartość energetyczna 1 483,9645 kcal

Białko 63,81777 g

w tym białko zwierzęce 34,1460 g

Tłuszcz 73,24084 g

Węglowodany 149,0802 g

Cukry proste 27,9731 g

Błonnik pokarmowy 16,24107 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 26,33591 g

Sód 2 001,74692 mg

Dieta: 02 Podstawowa Fizjo. 1400

Śniadanie

Bułka Mleczna 50g *(1, 7), Masło Extra 15g *(7), Pasta z jaj 50g *(3), Pomidory Szklarniowe 40g, Połędwica Z Kurczaka Prasowana 20g *(6), Szczypiorek 5g, Mleko got. - 100 ml 100g *(7)

Obiad

Zupa kalafiorowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone - m 70g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos grecki - m 80g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 30g *(1), Chleb 20g *(1, 6), Masło Extra 15g *(7), Ser Żółty 40g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 02 Podstawowa Fizjo. 1400:

Wartość energetyczna 1 665,1145 kcal
Białko 71,05277 g
w tym białko zwierzęce 34,1460 g
Tłuszcz 82,68084 g
Węglowodany 167,4052 g
Cukry proste 27,7631 g
Błonnik pokarmowy 16,14107 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 32,73091 g
Sód 2 418,48692 mg

Dieta: 03 Podstawowa Fizjo. 1600

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Pasta z jaj 50g *(3), Bułka Mleczna 50g *(1, 7), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Polędwica Z Kurczaka Prasowana 30g *(6), Szczypiorek 5g

Obiad

Zupa kalafiorowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone - m 70g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos grecki - m 80g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 03 Podstawowa Fizjo. 1600:

Wartość energetyczna 1 846,7155 kcal
Białko 78,04277 g
w tym białko zwierzęce 38,3460 g
Tłuszcz 94,74084 g
Węglowodany 178,9953 g
Cukry proste 30,2231 g
Błonnik pokarmowy 16,89107 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 41,18591 g
Sód 2 961,96692 mg

Dieta: 04 Podstawowa Fizjo. 1800

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Bułka Mleczna 50g *(1, 7), Masło Extra 15g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Polędwica Z Kurczaka Prasowana 30g *(6), Szczypiorek 5g, Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Pasta z jaj 50g *(3)

Obiad

Zupa kalafiorowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone 90g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos grecki - m 80g *(1, 3, 6, 7, 9, 10),

Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 04 Podstawowa Fizjo. 1800:

Wartość energetyczna 1 961,2141 kcal

Białko 87,36574 g

w tym białko zwierzęce 46,5460 g

Tłuszcz 93,87206 g

Węglowodany 200,3552 g

Cukry proste 35,9192 g

Błonnik pokarmowy 17,31044 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 36,76822 g

Sód 3 248,15392 mg

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Masło Extra 15g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Polędwica Z Kurczaka Prasowana 30g *(6), Szczypiorek 5g, Bułka Mleczna 50g *(1, 7), Pasta z jaj 50g *(3)

Obiad

Zupa kalafiorowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone 90g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 242,4420 kcal

Białko 100,32874 g

w tym białko zwierzęce 55,7460 g

Tłuszcz 105,22906 g

Węglowodany 234,0190 g

Cukry proste 39,4772 g

Błonnik pokarmowy 21,72644 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 42,80642 g

Dieta: 06 Podstawowa Fizjo. 2600

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Bułka Mleczna 50g *(1, 7), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pasta z jaj - d 80g *(3), Połędwica Z Kurczaka Prasowana 30g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Szczypiorek 5g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone 90g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 80g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 06 Podstawowa Fizjo. 2600:

Wartość energetyczna 2 690,3732 kcal

Białko 112,39224 g

w tym białko zwierzęce 59,5500 g

Tłuszcz 120,34166 g

Węglowodany 300,0150 g

Cukry proste 43,4032 g

Błonnik pokarmowy 28,28144 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 49,14862 g

Sód 4 401,68184 mg

Dieta: 07 Podstawowa Fizjo. 2900

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 250 ml 250g *(7), Bułka Mleczna 50g *(1, 7), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 25g *(7), Pasta z jaj - d 80g *(3), Połędwica Z Kurczaka Prasowana 30g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Szczypiorek 5g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone 90g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 100g *(1), Masło Extra 25g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 07 Podstawowa Fizjo. 2900:

Wartość energetyczna 2 994,8034 kcal
Białko 120,30624 g
w tym białko zwierzęce 63,6300 g
Tłuszcz 131,32366 g
Węglowodany 344,1555 g
Cukry proste 50,6932 g
Błonnik pokarmowy 31,07144 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 56,99962 g
Sód 4 635,44284 mg

Dieta: 09 Lekkostrawna 1400

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Tłusty 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Zupa kalafiorowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet rybny 80g *(1, 3, 4, 9), Sos jarzynowy - m 70g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szyunka Konserwowa Wieprzowa 40g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 09 Lekkostrawna 1400:

Wartość energetyczna 1 458,2453 kcal
Białko 50,1625 g
w tym białko zwierzęce 27,4860 g
Tłuszcz 48,6342 g
Węglowodany 197,4975 g
Cukry proste 42,3630 g
Błonnik pokarmowy 15,7530 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 24,9703 g
Sód 2 884,44914 mg

Dieta: 10 Lekkostrawna 1800

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Zupa kalafiorowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet rybny 80g *(1, 3, 4, 9), Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 10 Lekkostrawna 1800:

Wartość energetyczna 1 853,7053 kcal
Białko 60,4245 g
w tym białko zwierzęce 29,3110 g
Tłuszcz 65,2182 g
Węglowodany 248,6850 g
Cukry proste 45,6380 g
Błonnik pokarmowy 21,0680 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 32,0868 g
Sód 3 207,10414 mg

Dieta: 11 Lekkostrawna 2300

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 250 ml 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 25g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet rybny 80g *(1, 3, 4, 9), Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 25g *(7), Szynka Konserwowa Wieprzowa 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 11 Lekkostrawna 2300:

Wartość energetyczna 2 406,6065 kcal
Białko 80,8340 g
w tym białko zwierzęce 41,9450 g
Tłuszcz 80,8798 g
Węglowodany 329,6715 g
Cukry proste 58,6840 g
Błonnik pokarmowy 27,0030 g

Dieta: 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Tłusty 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa kalafiorowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos jarzynowy - m 70g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szyńka Konserwowa Wieprzowa 40g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400:

Wartość energetyczna 1 531,7541 kcal

Białko 60,7055 g

w tym białko zwierzęce 38,9810 g

Tłuszcz 58,4696 g

Węglowodany 190,4575 g

Cukry proste 42,6090 g

Błonnik pokarmowy 16,6300 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 24,9493 g

Sód 2 695,37376 mg

Dieta: 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa kalafiorowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Konserwowa Wieprzowa 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800:

Wartość energetyczna 2 118,0743 kcal
Białko 86,2785 g
w tym białko zwierzęce 54,8860 g
Tłuszcz 81,4006 g
Węglowodany 256,7230 g
Cukry proste 49,0540 g
Błonnik pokarmowy 22,8250 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 33,9858 g
Sód 3 570,86476 mg

Dieta: 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 250 ml 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 25g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Konserwowa Wieprzowa 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300:

Wartość energetyczna 2 492,2655 kcal
Białko 97,2870 g
w tym białko zwierzęce 59,0200 g
Tłuszcz 89,2052 g
Węglowodany 322,8615 g
Cukry proste 58,5250 g
Błonnik pokarmowy 26,8300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 39,0790 g
Sód 3 980,08268 mg

Dieta: 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet rybny 80g *(1, 3, 4, 9),

Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g,
Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna
B/MI 15g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 40g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu:

Wartość energetyczna 1 741,8763 kcal

Białko 78,8900 g

w tym białko zwierzęce 37,8650 g

Tłuszcz 39,9578 g

Węglowodany 266,5810 g

Cukry proste 53,1040 g

Błonnik pokarmowy 23,2930 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 15,2990 g

Sód 3 547,09106 mg

Dieta: 20 Beztłuszczowa

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 50g *(1), Dżem Owoc. 80g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g,
Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Marchew gotowana 100g,
Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Jogurt Ovocowy 0 % Tłuszczu 140g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 50g *
(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 20 Beztłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 417,8653 kcal

Białko 65,8110 g

w tym białko zwierzęce 35,3500 g

Tłuszcz 8,4212 g

Węglowodany 265,4810 g

Cukry proste 34,5000 g

Błonnik pokarmowy 20,6600 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 1,2060 g

Sód 2 965,91168 mg

Dieta: 21 bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Połudwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa kalafiorowa B/GL B/ML 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet rybny 80g *(1, 3, 4, 9), Sos jarzynowy b/gl b/ml 150g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Ryżanka na mleku roślinnym z musem mango B/C 200g *(6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 40g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 21 bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 654,90665 kcal

Białko 68,07502 g

w tym białko zwierzęce 10,8250 g

Tłuszcz 36,91095 g

Węglowodany 260,79652 g

Cukry proste 16,2140 g

Błonnik pokarmowy 25,1530 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 8,3680 g

Sód 3 698,38706 mg

Dieta: 22 Wegetariańska

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 250 ml 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Mleczna 50g *(1, 7), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pasta z jaj - d 80g *(3), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 100g, Szczypiorek 5g

Obiad

Zupa kalafiorowa wege 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet sojowy panierowany 80g *(1, 3, 6, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g, Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10)

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ogórek Długi 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Ser Żółty 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 22 Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 858,3495 kcal
Białko 112,9462 g
w tym białko zwierzęce 48,5200 g
Tłuszcz 133,6476 g
Węglowodany 309,4848 g
Cukry proste 54,2020 g
Błonnik pokarmowy 27,5657 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 53,1836 g
Sód 4 380,66384 mg

Dieta: 25 Niskobiałkowa

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Pku Krojony B/GI 56g *(6), Masło Extra 15g *(7), Dżem Owoc. 50g, Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa niskobiałkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Makaron b/gI pku gotowany 150g, Brokuły gotowane - d 150g, Marchew gotowana 100g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Pku Krojony B/GI 56g *(6), Masło Extra 15g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Ogórek Kwaszony 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 25 Niskobiałkowa:

Wartość energetyczna 1 452,7423 kcal
Białko 13,1130 g
Tłuszcz 32,6372 g
Węglowodany 281,6000 g
Cukry proste 46,7760 g
Błonnik pokarmowy 17,5500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 19,7060 g
Sód 1 005,45168 mg

Dieta: 26 Niskokaloryczna

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 40g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet rybny 80g *(1, 3, 4, 9), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g, Sos jarzynowy - m 70g *(1, 7, 9)

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami B/C 150g *(7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 80g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Szynka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6), Ogórek Długi 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 26 Niskokaloryczna:

Wartość energetyczna 1 604,8363 kcal
Białko 78,9060 g
w tym białko zwierzęce 38,4200 g
Tłuszcz 42,7688 g
Węglowodany 223,8810 g
Cukry proste 28,2590 g
Błonnik pokarmowy 26,4580 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 15,1075 g
Sód 3 318,37106 mg

Dieta: 27 Płynna

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 250 ml 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Kisiel 200g

Kolacja

Herbata 2g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

DRUGA KOLACJA

Herbata, Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 27 Płynna:

Wartość energetyczna 843,7030 kcal
Białko 31,2520 g
w tym białko zwierzęce 25,7700 g
Tłuszcz 16,9002 g
Węglowodany 144,9450 g
Cukry proste 88,9400 g
Błonnik pokarmowy 5,3600 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 12,1250 g
Sód 961,63384 mg

Dieta: 29 Wysokobiałkowa Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 250 ml 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Mleczna 50g *(1, 7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Pasta z jaj - d 80g *(3), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 50g, Szczypiorek 5g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6)

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone 90g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Ogórek Długi 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 200g *(7), Owoc

Wartości odżywcze diety 29 Wysokobiałkowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 554,8734 kcal

Białko 151,89224 g

w tym białko zwierzęce 59,5300 g

Tłuszcz 162,54166 g

Węglowodany 381,1647 g

Cukry proste 57,2032 g

Błonnik pokarmowy 32,21144 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 71,80862 g

Sód 5 733,40784 mg

Dieta: 30 Gastroenterologia

Śniadanie

Herbata 2g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 100g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata 1g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 30g *(6)

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet rybny 80g *(1, 3, 4, 9), Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 30 Gastroenterologia:

Wartość energetyczna 1 987,1260 kcal
Białko 70,7600 g
w tym białko zwierzęce 16,4450 g
Tłuszcz 78,8778 g
Węglowodany 245,0110 g
Cukry proste 38,8390 g
Błonnik pokarmowy 23,0730 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 39,1740 g
Sód 3 552,88706 mg

Dieta: 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Dżem B/C 50g, Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Bułka Grahamka 70g *(1)

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Połudwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Rzodkiewka 50g

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet rybny 80g *(1, 3, 4, 9), Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami B/C 150g *(7, 8)

Kolacja

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Konserwowa Wieprzowa 80g *(6), Ogórek Długi 50g

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 100g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Owoc

Wartości odżywcze diety 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna:

Wartość energetyczna 2 771,6560 kcal
Białko 112,2190 g
w tym białko zwierzęce 36,8450 g
Tłuszcz 100,7698 g
Węglowodany 353,4865 g
Cukry proste 28,2340 g
Błonnik pokarmowy 33,6430 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 58,4060 g
Sód 5 106,63206 mg

Dieta: 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pasta

z jaj - d 80g *(3), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 50g, Szcypiorek 5g, Bułka Grahamka *(1)

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Rzodkiewka 50g

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone 90g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami B/C 150g *(7, 8)

Kolacja

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Konserwowa Wieprzowa 80g *(6), Ogórek Długi 50g

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Grani 100g *(7), Owoc

Wartości odżywcze diety 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 3 148,0529 kcal

Białko 123,97524 g

w tym białko zwierzęce 47,0300 g

Tłuszcz 137,05366 g

Węglowodany 357,7497 g

Cukry proste 27,4632 g

Błonnik pokarmowy 35,06144 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 57,82962 g

Sód 5 535,12284 mg

Dieta: 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Masło Extra 20g *(7), Dżem B/C 50g, Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Pasta z jaj - d 80g *(3), Bułka Grahamka 70g *(1)

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet rybny 80g *(1, 3, 4, 9), Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami B/C 150g *(7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Konserwowa Wieprzowa 80g *(6)

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 100g *(7), Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 975,5565 kcal
Białko 123,4340 g
w tym białko zwierzęce 51,9450 g
Tłuszcz 123,1998 g
Węglowodany 342,2965 g
Cukry proste 31,3540 g
Błonnik pokarmowy 33,1330 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 60,6200 g
Sód 5 235,32206 mg

Dieta: 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Herbata 2g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Dżem B/C 50g, Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Krojony Bgl *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Rzodkiewka 50g

Obiad

Zupa kalafiorowa B/GL B/ML 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany 140g, Sos jarzynowy b/gl b/ml 150g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami B/C 150g *(7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Ogórek Długi 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb Krojony Bgl *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 100g *(7), Owoc

Wartości odżywcze diety 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 692,9855 kcal
Białko 126,4580 g
w tym białko zwierzęce 59,7800 g
Tłuszcz 121,4392 g
Węglowodany 290,6845 g
Cukry proste 29,5700 g
Błonnik pokarmowy 18,6600 g

Dieta: 35 Bezglutenowa

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 250 ml 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Połędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa kalafiorowa B/GL B/ML 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany 140g, Sos jarzynowy b/gl b/ml 150g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 35 Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 1 954,8460 kcal

Białko 98,1990 g

w tym białko zwierzęce 59,7800 g

Tłuszcz 72,9432 g

Węglowodany 236,0850 g

Cukry proste 54,4900 g

Błonnik pokarmowy 17,0500 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 32,3310 g

Sód 3 573,91268 mg

Dieta: 36 Bezglutenowa Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Połędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa kalafiorowa B/GL B/ML 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany 140g, Sos jarzynowy b/gl b/ml 150g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Ryżanka na mleku roślinnym z musem mango B/C 200g *(6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 36 Bezglutenowa Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 656,54565 kcal
Białko 86,82402 g
w tym białko zwierzęce 42,7800 g
Tłuszcz 56,52835 g
Węglowodany 206,92002 g
Cukry proste 13,3100 g
Błonnik pokarmowy 17,9000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 7,8910 g
Sód 3 064,79268 mg

Dieta: 38 Onkologiczna Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pasta z jaj - d 80g *(3), Pomidory Szklarniowe 50g, Dżem B/C 50g, Bułka Mleczna 50g *(1, 7)

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone 90g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 38 Onkologiczna Podstawowa:

Wartość energetyczna 2 719,8232 kcal
Białko 110,40724 g
w tym białko zwierzęce 55,4500 g
Tłuszcz 116,31166 g
Węglowodany 322,6197 g
Cukry proste 45,2432 g
Błonnik pokarmowy 28,33144 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 46,00262 g
Sód 4 347,18184 mg

Dieta: 39 Onkologiczna Lekkostrawna

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 100g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet rybny 80g *(1, 3, 4, 9), Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Konserwowa Wieprzowa 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 39 Onkologiczna Lekkostrawna:

Wartość energetyczna 2 159,7763 kcal

Białko 83,5560 g

w tym białko zwierzęce 34,4650 g

Tłuszcz 81,5478 g

Węglowodany 263,9210 g

Cukry proste 38,0640 g

Błonnik pokarmowy 26,2030 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 36,6890 g

Sód 3 616,84106 mg

Dieta: 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 10g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 100g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet rybny 80g *(1, 3, 4, 9), Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 10g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu:

Wartość energetyczna 1 863,5763 kcal

Białko 93,4760 g

w tym białko zwierzęce 37,8650 g

Tłuszcz 48,4478 g

Węglowodany 263,7610 g

Cukry proste 41,2840 g
Błonnik pokarmowy 26,2030 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 24,5090 g
Sód 3 467,20106 mg

Dieta: 41 Onkologiczna Mielona

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 100g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Konserwowa Wieprzowa 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 41 Onkologiczna Mielona:

Wartość energetyczna 2 280,6853 kcal
Białko 99,6790 g
w tym białko zwierzęce 51,5400 g
Tłuszcz 94,1732 g
Węglowodany 256,8810 g
Cukry proste 38,3100 g
Błonnik pokarmowy 27,0800 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 36,6680 g
Sód 3 523,58168 mg

Dieta: 42 Onkologiczna Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Połudwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa kalafiorowa B/GL B/ML 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet rybny 80g *(1, 3, 4, 9), Sos jarzynowy b/gl b/ml 150g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Ryżanka na mleku roślinnym z musem mango B/C 200g *(6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 42 Onkologiczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 693,20665 kcal
Białko 74,11502 g
w tym białko zwierzęce 10,8250 g
Tłuszcz 37,64095 g
Węglowodany 262,75652 g
Cukry proste 16,0140 g
Błonnik pokarmowy 25,6330 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 8,3980 g
Sód 3 907,88706 mg

Dieta: 43 Onkologiczna Beztłuszczowa

Śniadanie

Herbata 2g, Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 50g *(1), Dżem Owoc. 50g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Marchew gotowana 100g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 43 Onkologiczna Beztłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 379,8653 kcal
Białko 66,3710 g
w tym białko zwierzęce 35,3500 g
Tłuszcz 8,3212 g
Węglowodany 264,4410 g
Cukry proste 50,6000 g
Błonnik pokarmowy 21,2600 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 1,0910 g
Sód 2 965,91168 mg

Dieta: 44 Onkologiczna Wegetariańska

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 250 ml 250g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Mleczna 50g *(1, 7), Masło Extra 20g *(7), Pasta z jaj - d 80g *(3), Dżem B/C 50g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa kalafiorowa wege 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet sojowy

panierowany 80g *(1, 3, 6, 9), Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 100g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 44 Onkologiczna Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 780,6995 kcal

Białko 106,4112 g

w tym białko zwierzęce 45,1200 g

Tłuszcz 131,9076 g

Węglowodany 304,6298 g

Cukry proste 45,7720 g

Błonnik pokarmowy 26,3657 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 51,6976 g

Sód 4 096,26384 mg

Dieta: 45 Onkologiczna Bezglutenowa

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 250 ml 250g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Chleb Krojony Bgl *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 100g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa kalafiorowa B/GL B/ML 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany 140g, Sos jarzynowy b/gl b/ml 150g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 45 Onkologiczna Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 2 221,2460 kcal

Białko 107,8250 g

w tym białko zwierzęce 56,3800 g

Tłuszcz 97,6232 g

Węglowodany 235,6650 g

Cukry proste 41,6900 g

Błonnik pokarmowy 20,0800 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 34,8960 g

Dieta: 46 Anoreksja Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Masło Extra 30g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 50g, Pasta z jaj 50g *(3), Szczypiorek 5g, Połędwica Z Kurczaka Prasowana 30g *(6), Bułka Mleczna 50g *(1, 7), Bułka Grahamka 70g *(1)

DRUGIE ŚNIADANIE

Zupa mleczna z ryżem - 250 ml 250g *(7), Żurawina Owoce *(1), Pestki Dyni

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone 90g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Ogórek Długi 50g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1)

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 200g *(7), Owoc

Wartości odżywcze diety 46 Anoreksja Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 646,8532 kcal
Białko 153,09524 g
w tym białko zwierzęce 55,7800 g
Tłuszcz 167,47166 g
Węglowodany 390,1567 g
Cukry proste 62,4732 g
Błonnik pokarmowy 35,30144 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 72,17862 g
Sód 5 615,01184 mg

Dieta: 48 Anoreksja Lekka

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 250 ml 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Masło Extra 30g *(7), Bułka 100g *(1), Twaróg Tłusty 100g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGIE ŚNIADANIE

Mleko Uht - Smakowe 200g *(7), Chleb Chrupki 25g, Masło Extra 15g *(7), Dżem 60g

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet rybny 80g *(1, 3, 4, 9), Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szynka Konserwowa Drobiowa *(6, 7, 10)

DRUGA KOLACJA

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 100g *(7), Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 48 Anoreksja Lekka:

Wartość energetyczna 3 365,4065 kcal

Białko 107,4365 g

w tym białko zwierzęce 43,5450 g

Tłuszcz 130,1773 g

Węglowodany 436,7365 g

Cukry proste 111,6940 g

Błonnik pokarmowy 28,9555 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 70,3350 g

Sód 4 357,44206 mg

Dieta: 49 Anoreksja wegetariańska

Śniadanie

Bułka Mleczna 50g *(1, 7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 30g *(7), Pasta z jaj - d 80g *(3), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 50g, Dżem Owoc. 50g, Szczypiorek 5g

DRUGIE ŚNIADANIE

Zupa mleczna z ryżem - 250 ml 250g *(7), Żurawina Owoce *(1), Pestki Dyni

Obiad

Zupa kalafiorowa wege 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet sojowy panierowany 80g *(1, 3, 6, 9), Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Ogórek Długi 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 200g *(7), Owoc

Wartości odżywcze diety 49 Anoreksja wegetariańska:

Wartość energetyczna 3 684,3495 kcal

Białko 137,5782 g

w tym białko zwierzęce 40,0200 g

Tłuszcz 182,2476 g

Węglowodany 379,4048 g

Cukry proste 49,2920 g

Dieta: 50 Mukowiscydozowa Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 250 ml 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Masło Extra 20g *(7), Pasta z jaj - d 80g *(3), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 50g, Szczypiorek 5g, Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka Mleczna 50g *(1, 7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6)

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone 90g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Ogórek Długi 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 200g *(7), Owoc

Wartości odżywcze diety 50 Mukowiscydozowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 632,7734 kcal
Białko 146,68224 g
w tym białko zwierzęce 59,5300 g
Tłuszcz 171,11166 g
Węglowodany 386,8047 g
Cukry proste 57,0632 g
Błonnik pokarmowy 31,81144 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 77,90862 g
Sód 5 484,10784 mg

Dieta: 55 Biorcy Szpiku

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka Mleczna 50g *(1, 7), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6)

DRUGIE ŚNIADANIE

Bułka 50g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Dżem B/C 50g

Obiad

Zupa kalafiorowa B/GL B/ML 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos jarzynowy b/gl b/ml 150g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g, Filet drobiowy got. - d 80g

Podwieczorek

Ryżanka na mleku roślinnym z musem mango B/C 200g *(6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 80g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 55 Biorcy Szpiku:

Wartość energetyczna 1 934,72615 kcal

Białko 89,04092 g

w tym białko zwierzęce 25,8000 g

Tłuszcz 64,63475 g

Węglowodany 258,38432 g

Cukry proste 10,7700 g

Błonnik pokarmowy 21,7300 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 34,5560 g

Sód 4 210,64468 mg

Dieta: 56 Mielona Roczna

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 10g *(7), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa kalafiorowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos jarzynowy - m 70g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 10g *(7), Szyńka Konserwowa Wieprzowa 40g *(6), Pomidory Szklarniowe 30g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 56 Mielona Roczna:

Wartość energetyczna 1 077,1528 kcal

Białko 49,1155 g

w tym białko zwierzęce 29,4610 g

Tłuszcz 38,3296 g

Węglowodany 135,0975 g

Cukry proste 28,2790 g

Błonnik pokarmowy 13,9000 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 16,4993 g

Sód 1 905,45976 mg

Dieta: 57 Roczna Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Połędwica Z Kurczaka Prasowana 40g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa kalafiorowa B/GL B/ML 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos jarzynowy b/gl b/ml 50g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Ryżanka na mleku roślinnym z musem mango B/C 200g *(6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 40g, Pomidory Szklarniowe 40g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 57 Roczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 192,95445 kcal

Białko 58,78002 g

w tym białko zwierzęce 22,3200 g

Tłuszcz 37,03235 g

Węglowodany 161,52552 g

Cukry proste 14,2500 g

Błonnik pokarmowy 18,7700 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 6,0150 g

Sód 2 314,84168 mg

Dieta: 58 Dieta bezlaktozowa

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Pasta z jaj - d 80g *(3), Pomidory Szklarniowe 40g, Masło Bez Laktozy 20g *(7), Mleko Bez Laktozy 250g *(7), Szczypiorek 5g

Obiad

Zupa kalafiorowa B/GL B/ML 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone 90g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Ryżanka na mleku roślinnym z musem mango B/C 200g *(6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Ser Żółty Bez Laktozy 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 58 Dieta bezlaktozowa:

Wartość energetyczna 2 523,43355 kcal
Białko 94,13226 g
w tym białko zwierzęce 29,7600 g
Tłuszcz 111,19381 g
Węglowodany 291,65722 g
Cukry proste 29,2832 g
Błonnik pokarmowy 28,29144 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 42,82162 g
Sód 3 491,25784 mg

Dieta: 59 Roczna Mieszana Obiad

Obiad

Zupa kalafiorowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos jarzynowy - m 70g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Napój owocowy - m 150g

Wartości odżywcze diety 59 Roczna Mieszana Obiad:

Wartość energetyczna 464,2528 kcal
Białko 29,5455 g
w tym białko zwierzęce 22,6610 g
Tłuszcz 14,8196 g
Węglowodany 56,8275 g
Cukry proste 5,9490 g
Błonnik pokarmowy 6,6600 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 1,6943 g
Sód 1 112,74976 mg

Dieta: 60 Bogatoresztkowa

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 20g *(7), Pasta z jaj - d 80g *(3), Pomidory Szklarniowe 50g, Szczypiorek 5g, Bułka Grahamka 70g *(1)

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone 90g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 60 Bogatoresztkowa:

Wartość energetyczna 2 538,2732 kcal
Białko 100,86224 g
w tym białko zwierzęce 55,4500 g
Tłuszcz 112,39166 g

Węglowodany 289,6347 g
Cukry proste 50,9832 g
Błonnik pokarmowy 29,57144 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 45,25362 g
Sód 3 724,08184 mg

Dieta: 61 Papkowata

Śniadanie

miks - śniadanie 400g *(7)

Obiad

miks - obiad 400g *(7)

Podwieczorek

Kisiel 200g, Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

miks - kolacja 400g *(7)

DRUGA KOLACJA

Jabłko pieczone

Wartości odżywcze diety 61 Papkowata:

Wartość energetyczna 1 497,6000 kcal
Białko 74,9600 g
w tym białko zwierzęce 58,7000 g
Tłuszcz 38,8900 g
Węglowodany 218,3500 g
Cukry proste 59,6900 g
Błonnik pokarmowy 16,5000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 10,4100 g
Sód 526,0000 mg

Dieta: 81 Podstawowa Dorośli 2300

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Kawa mleczna 250g *(7), Bułka Mleczna 50g *(1, 7), Margaryna Do Kanapek 20g, Pasta z jaj - d 80g *(3), Pomidory Szklarniowe 40g, Dżem Owoc. 50g, Szcypiorek 5g

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone 90g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Ser Żółty 80g *(7), Ogórek Długi 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 81 Podstawowa Dorośli 2300:

Wartość energetyczna 2 512,0732 kcal
Białko 102,37024 g
w tym białko zwierzęce 61,2500 g
Tłuszcz 108,90366 g
Węglowodany 287,5550 g
Cukry proste 47,4132 g
Błonnik pokarmowy 23,54144 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 25,76362 g
Sód 3 690,03784 mg

Dieta: 82 Podstawowa Dorośli 2600

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 250 ml 250g *(7), Kawa mleczna - d 350g *(7), Bułka Mleczna 50g *(1, 7), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Pasta z jaj - d 80g *(3), Pomidory Szklarniowe 40g, Dżem Owoc. 50g, Szcypiorek 5g

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone 90g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 80g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 30g, Ser Żółty 80g *(7), Ogórek Długi 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 82 Podstawowa Dorośli 2600:

Wartość energetyczna 3 064,7034 kcal
Białko 118,75624 g
w tym białko zwierzęce 68,7300 g
Tłuszcz 120,23366 g
Węglowodany 380,5755 g
Cukry proste 60,9332 g
Błonnik pokarmowy 29,77144 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 29,27462 g
Sód 4 442,05284 mg

Dieta: 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Kawa mleczna 250g *(7), Bułka 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Dżem Owoc. 50g

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet rybny 80g *(1, 3, 4, 9), Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli:

Wartość energetyczna 1 889,2763 kcal

Białko 72,4080 g

w tym białko zwierzęce 31,0650 g

Tłuszcz 43,1798 g

Węglowodany 297,3510 g

Cukry proste 54,1140 g

Błonnik pokarmowy 23,1730 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 9,0440 g

Sód 3 519,43706 mg

Dieta: 85 Lekkostrawna Dorośli

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Kawa mleczna 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Tłusty 50g *(7), Dżem Owoc. 50g, Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet rybny 80g *(1, 3, 4, 9), Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyńka Konserwowa Wieprzowa 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 85 Lekkostrawna Dorośli:

Wartość energetyczna 2 130,9763 kcal

Białko 70,9580 g

w tym białko zwierzęce 36,1650 g

Tłuszcz 53,4298 g

Węglowodany 327,0310 g

Cukry proste 52,7740 g

Błonnik pokarmowy 24,3230 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 9,5240 g

Sód 3 899,77706 mg

Dieta: 86 Mielona Dorośli

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Kawa mleczna 250g *(7), Bułka 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Tłusty 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Dżem Owoc. 50g

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyńka Konserwowa Wieprzowa 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 86 Mielona Dorośli:

Wartość energetyczna 2 105,3853 kcal

Białko 83,4810 g

w tym białko zwierzęce 53,2400 g

Tłuszcz 64,5552 g

Węglowodany 290,9910 g

Cukry proste 51,9700 g

Błonnik pokarmowy 23,0000 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 9,3530 g

Sód 3 612,71768 mg

Dieta: 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Dorośli

Śniadanie

Kawa mleczna b/c 250g *(7), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 50g, Dżem B/C 50g, Bułka Grahamka 70g *(1)

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Połędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Rzodkiewka 50g

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet rybny 80g *(1, 3, 4, 9), Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami B/C 150g *(7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyńka Konserwowa Wieprzowa 80g *(6), Ogórek Długi 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Grani 100g *(7), Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Dorośli:

Wartość energetyczna 2 616,7560 kcal
Białko 123,0070 g
w tym białko zwierzęce 45,3450 g
Tłuszcz 81,8518 g
Węglowodany 341,0065 g
Cukry proste 29,1640 g
Błonnik pokarmowy 33,0230 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 11,9500 g
Sód 5 080,15806 mg

Dieta: 88 Wegetariańska Dorośli

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 130 ml 130g *(7), Kawa mleczna 250g *(7), Bułka Mleczna 50g *(1, 7), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Pasta z jaj - d 80g *(3), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 50g, Szczypiorek 5g

Obiad

Zupa kalafiorowa wege 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet sojowy panierowany 80g *(1, 3, 6, 9), Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Ser Żółty 80g *(7), Ogórek Długi 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 88 Wegetariańska Dorośli:

Wartość energetyczna 2 659,7493 kcal
Białko 106,3142 g
w tym białko zwierzęce 42,7400 g
Tłuszcz 119,2696 g
Węglowodany 293,1548 g
Cukry proste 48,5520 g
Błonnik pokarmowy 26,6257 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 26,5886 g
Sód 4 224,89384 mg

Dieta: 89 Beztłuszczowa Dorośli

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 100g *(1), Dżem Owoc. 80g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g,

Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Marchew gotowana 100g,
Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Jogurt Owocowy 0 % Tłuszczu 140g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 89 Beztłuszczowa Dorośli:

Wartość energetyczna 1 546,8653 kcal

Białko 65,8610 g

w tym białko zwierzęce 40,4500 g

Tłuszcz 9,0212 g

Węglowodany 295,4310 g

Cukry proste 35,6400 g

Błonnik pokarmowy 21,8100 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 1,1460 g

Sód 2 744,92168 mg

Dieta: 90 Anoreksja Dorośli

Śniadanie

Kawa mleczna 250g *(7), Masło Extra 30g *(7), Pasta z jaj - d 80g *(3), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 50g, Szczypiorek 5g, Polędwica Z Kurczaka Prasowana 30g *(6), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka Mleczna 50g *(1, 7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Zupa mleczna z ryżem - 250 ml 250g *(7), Żurawina Owoce *(1), Pestki Dyni

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotleciki rybne pieczone 90g *(1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 150g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Ogórek Długi 50g, Szyunka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6)

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 90 Anoreksja Dorośli:

Wartość energetyczna 3 271,5734 kcal

Białko 129,44224 g

w tym białko zwierzęce 66,3300 g

Tłuszcz 144,76366 g

Węglowodany 362,6847 g

Cukry proste 61,5532 g
Błonnik pokarmowy 32,65144 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 59,62862 g
Sód 5 144,86384 mg

Dieta: 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian

Śniadanie

Kawa mleczna 250g *(7), Masło Extra 30g *(7), Pasta z jaj - d 80g *(3), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 50g, Dżem Owoc. 50g, Szczypiorek 5g, Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka Mleczna 50g *(1, 7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Zupa mleczna z ryżem - 250 ml 250g *(7), Żurawina Owoce *(1), Pestki Dyni

Obiad

Zupa kalafiorowa wege 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet sojowy panierowany 80g *(1, 3, 6, 9), Sos grecki 150g *(1, 3, 6, 7, 9, 10), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Twarożek mango z bakaliami 150g *(1, 7, 8)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 150g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Ogórek Długi 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian:

Wartość energetyczna 3 492,9495 kcal
Białko 122,2362 g
w tym białko zwierzęce 46,8200 g
Tłuszcz 160,0096 g
Węglowodany 392,3748 g
Cukry proste 61,5720 g
Błonnik pokarmowy 32,1857 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 64,8286 g
Sód 4 696,71984 mg

Dieta: 93 Bezglutenowa Dorośli

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 250 ml 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Margaryna Do Kanapek 20g, Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 40g, Dżem Owoc. 50g

Obiad

Zupa kalafiorowa B/GL B/ML 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany 140g, Sos jarzynowy b/gl b/ml 150g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Margaryna Do Kanapek 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 40g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 93 Bezglutenowa Dorośli:

Wartość energetyczna 1 986,8460 kcal

Białko 98,4590 g

w tym białko zwierzęce 59,7800 g

Tłuszcz 62,3032 g

Węglowodany 267,9050 g

Cukry proste 54,0500 g

Błonnik pokarmowy 17,4100 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 8,3460 g

Sód 3 570,31268 mg

Dieta: 95 Anoreksja Lekka Dorośli

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem - 250 ml 250g *(7), Kawa mleczna 250g *(7), Bułka 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Twaróg Tłusty 100g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGIE ŚNIADANIE

Mleko Uht - Smakowe 200g *(7), Chleb Chrupki 25g, Masło Extra 15g *(7), Dżem Owoc. 60g

Obiad

Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet rybny 80g *(1, 3, 4, 9), Sos jarzynowy 150g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Napój owocowy 250g

Podwieczorek

Serwatka Smakowa 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szynka Konserwowa Wieprzowa 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 200g

Wartości odżywcze diety 95 Anoreksja Lekka Dorośli:

Wartość energetyczna 2 935,5765 kcal

Białko 88,0405 g

w tym białko zwierzęce 40,2450 g

Tłuszcz 106,8173 g

Węglowodany 388,9360 g

Cukry proste 78,4740 g

Błonnik pokarmowy 25,5855 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 58,4040 g

Sód 4 135,40306 mg

Dieta: 01 Podstawowa Fizjo. 1000

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 40g, Rukola

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany - m 60g *(1, 3), Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 70g 70g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g, Buraki gotowane 100g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Batonik Zbożowy B/C 25g *(1, 6, 7)

Wartości odżywcze diety 01 Podstawowa Fizjo. 1000:

Wartość energetyczna 1 352,6620 kcal

Białko 64,6370 g

w tym białko zwierzęce 30,7625 g

Tłuszcz 60,2680 g

Węglowodany 143,6216 g

Cukry proste 21,9750 g

Błonnik pokarmowy 15,7250 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 26,3045 g

Sód 2 621,58468 mg

Dieta: 02 Podstawowa Fizjo. 1400

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 40g, Rukola

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany - m 60g *(1, 3), Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 30g *(1), Chleb 20g *(1, 6), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 40g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 20g *(7), Sałata Szklarniowa, Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Batonik Zbożowy B/C 25g *(1, 6, 7)

Wartości odżywcze diety 02 Podstawowa Fizjo. 1400:

Wartość energetyczna 1 660,0625 kcal
Białko 75,6270 g
w tym białko zwierzęce 23,9625 g
Tłuszcz 63,1780 g
Węglowodany 203,1116 g
Cukry proste 25,7050 g
Błonnik pokarmowy 18,3750 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 27,9045 g
Sód 3 409,40468 mg

Dieta: 03 Podstawowa Fizjo. 1600

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Połudwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 40g, Rukola

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany - m 60g *(1, 3), Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 30g *(1), Chleb 20g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Połudwica Z Kurczaka Prasowana 40g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 20g *(7), Sałata Szklarniowa, Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Batonik Zbożowy B/C 25g *(1, 6, 7)

Wartości odżywcze diety 03 Podstawowa Fizjo. 1600:

Wartość energetyczna 1 941,4125 kcal
Białko 87,4580 g
w tym białko zwierzęce 35,8625 g
Tłuszcz 78,6870 g
Węglowodany 227,0786 g
Cukry proste 47,2650 g
Błonnik pokarmowy 18,3750 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 39,1545 g
Sód 3 567,85468 mg

Dieta: 04 Podstawowa Fizjo. 1800

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Połudwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 40g, Rukola

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 20g *(7), Sałata Szklarniowa, Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Batonik Zbożowy B/C 25g *(1, 6, 7)

Wartości odżywcze diety 04 Podstawowa Fizjo. 1800:

Wartość energetyczna 1 999,3030 kcal
Białko 93,1680 g
w tym białko zwierzęce 39,5875 g
Tłuszcz 83,2810 g
Węglowodany 228,5096 g
Cukry proste 47,2810 g
Błonnik pokarmowy 18,4020 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 39,1575 g
Sód 3 849,65468 mg

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopočka 80g *(6), Ogórek Długi 40g, Rukola 10g

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Sałatka z buraków - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Sałata Szklarniowa, Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Batonik Zbożowy B/C 25g *(1, 6, 7)

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 320,6760 kcal
Białko 103,2974 g
w tym białko zwierzęce 39,9725 g
Tłuszcz 87,0026 g

Węglowodany 290,1234 g
Cukry proste 58,8660 g
Błonnik pokarmowy 20,9170 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 40,9500 g
Sód 5 230,04468 mg

Dieta: 06 Podstawowa Fizjo. 2600

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 25g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 40g, Rukola

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Sałatka z buraków - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 25g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Sałata Szklarniowa, Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Batonik Zbożowy B/C 25g *(1, 6, 7)

Wartości odżywcze diety 06 Podstawowa Fizjo. 2600:

Wartość energetyczna 2 643,6545 kcal
Białko 115,6232 g
w tym białko zwierzęce 40,0400 g
Tłuszcz 97,2150 g
Węglowodany 335,0664 g
Cukry proste 60,0460 g
Błonnik pokarmowy 25,4620 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 47,2920 g
Sód 6 238,25652 mg

Dieta: 07 Podstawowa Fizjo. 2900

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 40g, Kakao 250g *(7), Rukola 10g

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Sałatka z buraków - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 100g *(1), Masło Extra 30g *(7),
Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Twaróg Mielony
Homogenizowany 50g *(7), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Batonik Zbożowy B/C 25g *(1, 6, 7)

Wartości odżywcze diety 07 Podstawowa Fizjo. 2900:

Wartość energetyczna 2 960,1545 kcal
Białko 122,0132 g
w tym białko zwierzęce 40,0400 g
Tłuszcz 106,5650 g
Węglowodany 385,6564 g
Cukry proste 61,8560 g
Błonnik pokarmowy 30,2120 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 53,4420 g
Sód 6 766,15652 mg

Dieta: 09 Lekkostrawna 1400

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Jajka 50g *(3), Polędwica Sopocka 20g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany - m 60g *(1, 3), Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 40g *(6), Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 09 Lekkostrawna 1400:

Wartość energetyczna 1 554,8045 kcal
Białko 62,1648 g
w tym białko zwierzęce 30,2125 g
Tłuszcz 59,8993 g
Węglowodany 196,4791 g
Cukry proste 44,6375 g
Błonnik pokarmowy 14,1050 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 24,99025 g
Sód 2 803,24076 mg

Dieta: 10 Lekkostrawna 1800

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra

20g *(7), Jajka 50g *(3), Polędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 10 Lekkostrawna 1800:

Wartość energetyczna 2 233,4860 kcal

Białko 92,8455 g

w tym białko zwierzęce 46,2225 g

Tłuszcz 85,6626 g

Węglowodany 279,4875 g

Cukry proste 68,4885 g

Błonnik pokarmowy 16,4570 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 36,97375 g

Sód 4 052,32076 mg

Dieta: 11 Lekkostrawna 2300

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 20g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Polędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Kakao 250g *(7)

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 11 Lekkostrawna 2300:

Wartość energetyczna 2 393,7215 kcal

Białko 102,0320 g

w tym białko zwierzęce 46,2900 g
Tłuszcz 87,6051 g
Węglowodany 306,3680 g
Cukry proste 71,3060 g
Błonnik pokarmowy 18,6470 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 37,2520 g
Sód 4 643,65768 mg

Dieta: 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Jajka 50g *(3), Połędwica Sopocka 20g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Rukola

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Szyńka wieprz. gotowana zmielona 60g, Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g, Buraki gotowane 100g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Połędwica Z Kurczaka Prasowana 40g *(6), Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400:

Wartość energetyczna 1 550,3050 kcal
Białko 68,5168 g
w tym białko zwierzęce 36,9125 g
Tłuszcz 68,1953 g
Węglowodany 192,6331 g
Cukry proste 44,9275 g
Błonnik pokarmowy 15,2150 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 24,97825 g
Sód 2 961,79076 mg

Dieta: 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Połędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Rukola

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Szyńka wieprz. gotowana zmielona 60g, Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 150g 150g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g, Buraki gotowane 100g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7),
Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800:

Wartość energetyczna 2 037,3550 kcal
Białko 91,8178 g
w tym białko zwierzęce 48,8125 g
Tłuszcz 88,1443 g
Węglowodany 245,8701 g
Cukry proste 67,5375 g
Błonnik pokarmowy 17,4150 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 36,37825 g
Sód 3 608,94076 mg

Dieta: 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Polędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Rukola

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Szyunka wieprz. gotowana zmielona 60g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Buraki gotowane 100g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7),
Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300:

Wartość energetyczna 2 430,9315 kcal
Białko 107,0840 g
w tym białko zwierzęce 49,2650 g
Tłuszcz 92,2171 g
Węglowodany 318,7910 g
Cukry proste 71,8600 g
Błonnik pokarmowy 20,0000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 37,3270 g
Sód 4 745,88768 mg

Dieta: 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 10g, Połudwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Ryż gotowany - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Buraki gotowane 100g, Zupa koperkowa z makaronem - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Połudwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu:

Wartość energetyczna 1 777,2460 kcal
Białko 74,3695 g
w tym białko zwierzęce 27,8025 g
Tłuszcz 52,5636 g
Węglowodany 258,6255 g
Cukry proste 48,1785 g
Błonnik pokarmowy 16,3270 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 10,88975 g
Sód 3 821,10576 mg

Dieta: 20 Beztłuszczowa

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 50g *(1), Dżem Owoc. 50g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 80g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 20 Beztłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 460,8070 kcal
Białko 68,0274 g
w tym białko zwierzęce 42,6000 g
Tłuszcz 6,3088 g
Węglowodany 280,0268 g

Cukry proste 62,3500 g
Błonnik pokarmowy 11,9300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 0,7010 g
Sód 2 848,41134 mg

Dieta: 21 bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Jajka 50g *(3), Polędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem BML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy b/gl b/ml 80g *(3, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 21 bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 906,0675 kcal
Białko 77,1505 g
w tym białko zwierzęce 37,3500 g
Tłuszcz 59,4067 g
Węglowodany 275,2260 g
Cukry proste 52,1060 g
Błonnik pokarmowy 13,0170 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 7,7710 g
Sód 4 395,80018 mg

Dieta: 22 Wegetariańska

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ser Topiony-Plastry 48,75g *(7), Ogórek Długi, Rukola

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Wegański gulasz meksykański 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ryż gotowany - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 50g *(7), Jajka 50g *(3), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Batonik Zbożowy B/C 25g *(1, 6, 7)

Wartości odżywcze diety 22 Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 475,0455 kcal
Białko 93,2426 g
w tym białko zwierzęce 36,70125 g
Tłuszcz 81,4669 g
Węglowodany 331,22565 g
Cukry proste 55,05125 g
Błonnik pokarmowy 30,2750 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 45,2020 g
Sód 3 634,23018 mg

Dieta: 25 Niskobiałkowa

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Pku Krojony B/GI 56g *(6), Masło Extra 15g *(7), Dżem Owoc. 50g, Ogórek Długi, Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Szklarniowa

Obiad

Zupa niskobiałkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Makaron b/gI pku gotowany 150g, Buraki gotowane 100g, Marchew gotowana 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Pku Krojony B/GI 56g *(6), Masło Extra 15g *(7), Miód Pszczeli Mały 25g, Sałata Szklarniowa, Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 25 Niskobiałkowa:

Wartość energetyczna 1 602,6540 kcal
Białko 11,3524 g
Tłuszcz 33,0148 g
Węglowodany 313,9368 g
Cukry proste 75,9060 g
Błonnik pokarmowy 12,2000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 19,7660 g
Sód 1 292,75518 mg

Dieta: 26 Niskokaloryczna

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Połędwica Sopocka 30g *(6), Jajka 50g *(3), Ogórek Długi, Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Szklarniowa

Obiad

Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki got. b/c 150g, Kompot z mieszanki

owocowej b/c 250g, Filet drobiowy got. 60g, Zupa jarzynowa z soczewicą 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 80g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Połudwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 26 Niskokaloryczna:

Wartość energetyczna 1 750,6620 kcal
Białko 90,3204 g
w tym białko zwierzęce 43,1200 g
Tłuszcz 41,8178 g
Węglowodany 250,5718 g
Cukry proste 46,4400 g
Błonnik pokarmowy 21,8000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 13,5440 g
Sód 3 927,48268 mg

Dieta: 27 Płynna

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Herbata 2g

Obiad

Kompot z mieszanki owocowej 250g, Zupa jarzynowa 400g *(9)

Podwieczorek

Kisiel 200g

Kolacja

Herbata 2g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 27 Płynna:

Wartość energetyczna 760,3610 kcal
Białko 29,5200 g
w tym białko zwierzęce 25,5000 g
Tłuszcz 15,9080 g
Węglowodany 128,9120 g
Cukry proste 87,7300 g
Błonnik pokarmowy 5,3400 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 11,3100 g
Sód 780,1200 mg

Dieta: 29 Wysokobiałkowa Podstawowa

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Ogórek Długi, Rukola

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ser Topiony-Plastry 32,5g *(7)

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Rzodkiewka 50g

Wartości odżywcze diety 29 Wysokobiałkowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 087,6125 kcal
Białko 121,57585 g
w tym białko zwierzęce 50,6775 g
Tłuszcz 127,75185 g
Węglowodany 371,0147 g
Cukry proste 54,0135 g
Błonnik pokarmowy 27,0870 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 66,2450 g
Sód 6 155,92152 mg

Dieta: 30 Gastroenterologia

Śniadanie

Herbata 2g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Tłusty 50g *(7)

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 30 Gastroenterologia:

Wartość energetyczna 2 319,0215 kcal
Białko 92,4810 g
w tym białko zwierzęce 28,1400 g
Tłuszcz 97,8761 g
Węglowodany 272,3710 g
Cukry proste 49,6010 g
Błonnik pokarmowy 17,7670 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 40,9420 g
Sód 4 583,18768 mg

Dieta: 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 80g, Kakao b/c 250g *(7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Jabłka 200g

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy b/c 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany brązowy - 200g 200g, Buraki got. b/c 150g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Sałata Szklarniowa, Kiwi 100g

Wartości odżywcze diety 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna:

Wartość energetyczna 3 089,8700 kcal
Białko 123,0920 g
w tym białko zwierzęce 49,6900 g
Tłuszcz 117,9751 g
Węglowodany 396,4580 g
Cukry proste 38,0010 g
Błonnik pokarmowy 38,4870 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 56,7010 g
Sód 5 268,13768 mg

Dieta: 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych

węglowodanów

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 80g, Kakao b/c 250g *(7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Jabłka 200g

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy b/c 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany brązowy - 200g 200g, Buraki got. b/c 150g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Sałata Szklarniowa, Kiwi 100g

Wartości odżywcze diety 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 3 077,4210 kcal

Białko 125,5285 g

w tym białko zwierzęce 49,6900 g

Tłuszcz 117,7387 g

Węglowodany 392,2330 g

Cukry proste 37,4210 g

Błonnik pokarmowy 39,2270 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 56,7290 g

Sód 5 488,17652 mg

Dieta: 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 140g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Kakao b/c 250g *(7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7)

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy b/c 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany brązowy - 200g 200g, Buraki got. b/c 100g, Kompot z mieszanki owocowej

b/c 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Jajka 50g *(3)

Wartości odżywcze diety 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 3 017,7200 kcal

Białko 116,3370 g

w tym białko zwierzęce 48,1900 g

Tłuszcz 115,2801 g

Węglowodany 388,6480 g

Cukry proste 52,5310 g

Błonnik pokarmowy 27,9670 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 55,9770 g

Sód 5 083,67518 mg

Dieta: 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 80g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Jabłka 200g

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem BGL 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Szyńka wieprzowa gotowana - d 80g, Sos potrawkowy b/gl b/ml 80g *(3, 9), Ryż gotowany brązowy - 200g 200g, Buraki got. b/c 100g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Sałata Szklarniowa, Kiwi 100g

Wartości odżywcze diety 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 650,8460 kcal

Białko 93,6050 g
w tym białko zwierzęce 57,8275 g
Tłuszcz 123,0267 g
Węglowodany 338,4620 g
Cukry proste 33,7450 g
Błonnik pokarmowy 18,1800 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 50,6140 g
Sód 3 538,55518 mg

Dieta: 35 Bezglutenowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Połudwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem BGL 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Szynka wieprzowa gotowana - d 80g, Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 35 Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 1 943,7875 kcal
Białko 81,1550 g
w tym białko zwierzęce 54,4275 g
Tłuszcz 83,8727 g
Węglowodany 255,1780 g
Cukry proste 61,0550 g
Błonnik pokarmowy 6,5800 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 28,4800 g
Sód 3 891,82518 mg

Dieta: 36 Bezglutenowa Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Jajka 50g *(3), Połudwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem BGL BML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Szynka wieprzowa gotowana - d 80g, Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyńka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 36 Bezglutenowa Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 722,7375 kcal

Białko 72,9925 g

w tym białko zwierzęce 45,7250 g

Tłuszcz 68,7727 g

Węglowodany 242,2830 g

Cukry proste 48,5800 g

Błonnik pokarmowy 6,5800 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 7,3450 g

Sód 3 775,72518 mg

Dieta: 38 Onkologiczna Podstawowa

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopočka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Twaróg Grani 100g *(7)

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Buraki gotowane 100g

Podwieczorek

Kaszka Manna Z Owocami 150g *(1, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Kawiorek Pszeny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Batonik Zbożowy B/C 25g *(1, 6, 7)

Wartości odżywcze diety 38 Onkologiczna Podstawowa:

Wartość energetyczna 2 526,5225 kcal

Białko 109,6035 g

w tym białko zwierzęce 33,4400 g

Tłuszcz 90,0937 g

Węglowodany 329,9430 g

Cukry proste 59,0560 g

Błonnik pokarmowy 18,3420 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 38,6700 g

Dieta: 39 Onkologiczna Lekkostrawna

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Polędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Kaszka Manna Z Owocami 150g *(1, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 39 Onkologiczna Lekkostrawna:

Wartość energetyczna 2 217,8715 kcal

Białko 92,6510 g

w tym białko zwierzęce 39,6900 g

Tłuszcz 79,8961 g

Węglowodany 292,6410 g

Cukry proste 63,5860 g

Błonnik pokarmowy 13,6270 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 31,0670 g

Sód 4 259,43768 mg

Dieta: 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Masło Extra 10g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Twaróg Grani 100g *(7)

Obiad

Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Zupa koperkowa z makaronem - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Kaszka Manna Z Owocami 150g *(1, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 10g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu:

Wartość energetyczna 1 943,3360 kcal
Białko 83,7445 g
w tym białko zwierzęce 21,4725 g
Tłuszcz 60,7336 g
Węglowodany 275,7505 g
Cukry proste 56,9085 g
Błonnik pokarmowy 12,4370 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 17,20575 g
Sód 4 091,99076 mg

Dieta: 41 Onkologiczna Mielona

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Połędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Szyńka wieprz. gotowana zmielona 60g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Kaszka Manna Z Owocami 150g *(1, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Połędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 41 Onkologiczna Mielona:

Wartość energetyczna 2 117,1815 kcal
Białko 86,3630 g
w tym białko zwierzęce 34,1650 g
Tłuszcz 83,4881 g
Węglowodany 285,1140 g
Cukry proste 62,4600 g
Błonnik pokarmowy 14,5500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 30,9020 g
Sód 4 187,33768 mg

Dieta: 42 Onkologiczna Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Jajka 50g *(3), Połędwica Sopocka 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem BML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 42 Onkologiczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 962,7675 kcal

Białko 83,3705 g

w tym białko zwierzęce 37,3500 g

Tłuszcz 62,2167 g

Węglowodany 277,0460 g

Cukry proste 51,9060 g

Błonnik pokarmowy 13,3770 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 7,7960 g

Sód 4 618,20018 mg

Dieta: 43 Onkologiczna Beztłuszczowa

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 50g *(1), Dżem Owoc. 50g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki got. b/c 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 80g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 43 Onkologiczna Beztłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 481,8070 kcal

Białko 68,9274 g

w tym białko zwierzęce 42,6000 g

Tłuszcz 6,3588 g

Węglowodany 284,7768 g

Cukry proste 62,3500 g

Błonnik pokarmowy 13,0300 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 0,7110 g

Sód 2 874,41134 mg

Dieta: 44 Onkologiczna Wegetariańska

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6),

Masło Extra 20g *(7), Ser Topiony-Plastry 48,75g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Wegański gulasz meksykański 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ryż gotowany - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Kaszka Manna Z Owocami 150g *(1, 7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Jajka 50g *(3), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Batonik Zbożowy B/C 25g *(1, 6, 7)

Wartości odżywcze diety 44 Onkologiczna Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 302,3955 kcal

Białko 83,4716 g

w tym białko zwierzęce 21,60125 g

Tłuszcz 69,7179 g

Węglowodany 328,24865 g

Cukry proste 47,25125 g

Błonnik pokarmowy 25,6250 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 40,8720 g

Sód 3 565,18018 mg

Dieta: 45 Onkologiczna Bezglutenowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Połędwica Sopocka 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem BGL 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Szynka wieprzowa gotowana - d 80g, Sos potrawkowy b/gl b/ml 80g *(3, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 45 Onkologiczna Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 2 000,4875 kcal

Białko 87,3750 g
w tym białko zwierzęce 54,4275 g
Tłuszcz 86,6827 g
Węglowodany 256,9980 g
Cukry proste 60,8550 g
Błonnik pokarmowy 6,9400 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 28,5050 g
Sód 4 114,22518 mg

Dieta: 46 Anoreksja Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 25g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 80g, Kakao 250g *(7), Sałata Szklarniowa

DRUGIE ŚNIADANIE

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7), Biskopki 40g *(1, 3), Miód Pszczeli Mały 25g

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Sałatka z buraków - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 100g *(1), Masło Extra 25g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Twaróg Mielony Homogenizowany 50g *(7), Sałata Szklarniowa, Dżem Owoc. 30g

DRUGA KOLACJA

Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Rzodkiewka 50g, Chleb Razowy 50g *(1)

Wartości odżywcze diety 46 Anoreksja Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 533,4045 kcal
Białko 141,2632 g
w tym białko zwierzęce 46,2900 g
Tłuszcz 130,1900 g
Węglowodany 455,8664 g
Cukry proste 101,5660 g
Błonnik pokarmowy 28,6670 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 63,6040 g
Sód 6 778,00652 mg

Dieta: 48 Anoreksja Lekka

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 80g

DRUGIE ŚNIADANIE

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7), Biskopki 40g *(1, 3), Miód Pszczeli

Mały 25g

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Dżem Owoc. 30g, Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3)

Wartości odżywcze diety 48 Anoreksja Lekka:

Wartość energetyczna 3 410,7215 kcal

Białko 127,6770 g

w tym białko zwierzęce 46,2900 g

Tłuszcz 137,9051 g

Węglowodany 420,4880 g

Cukry proste 90,4260 g

Błonnik pokarmowy 21,4770 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 67,6570 g

Sód 5 278,48768 mg

Dieta: 49 Anoreksja wegetariańska

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Ser Topiony-Plastry 48,75g *(7), Ogórek Długi 80g, Sałata Szklarniowa

DRUGIE ŚNIADANIE

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7), Biskopki 40g *(1, 3), Miód Pszczeli Mały 25g

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Wegański gulasz meksykański 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ryż gotowany - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Rzodkiewka 50g

Wartości odżywcze diety 49 Anoreksja wegetariańska:

Wartość energetyczna 3 428,4955 kcal
Białko 125,2026 g
w tym białko zwierzęce 56,70125 g
Tłuszcz 138,3219 g
Węglowodany 410,27645 g
Cukry proste 94,59125 g
Błonnik pokarmowy 30,1300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 87,0960 g
Sód 4 376,83018 mg

Dieta: 50 Mukowiscydozowa Podstawowa

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 50g *(1), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 30g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Ogórek Długi, Rukola

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ser Topiony-Plastry 32,5g *(7)

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Buraki gotowane - d 150g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Kawiorek Pszeny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Jajka 50g *(3), Rzodkiewka 50g

Wartości odżywcze diety 50 Mukowiscydozowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 180,6125 kcal
Białko 122,01585 g
w tym białko zwierzęce 50,6775 g
Tłuszcz 136,80185 g
Węglowodany 373,2047 g
Cukry proste 54,7735 g
Błonnik pokarmowy 27,1370 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 72,2950 g
Sód 6 056,12152 mg

Dieta: 55 Biorcy Szpiku

Śniadanie

Herbata 2g, Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Bułka 50g *(1)

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata 2g, Dżem B/C 50g, Masło Bez Laktozy 20g *(7), Chleb Kawiorek

Pszenny 50g *(1)

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem BGL BML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki got. b/c 150g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 80g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 55 Biorcy Szpiku:

Wartość energetyczna 2 084,5770 kcal
Białko 83,6725 g
w tym białko zwierzęce 37,5750 g
Tłuszcz 61,4987 g
Węglowodany 298,6290 g
Cukry proste 48,5900 g
Błonnik pokarmowy 13,7100 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 33,6700 g
Sód 4 436,16518 mg

Dieta: 56 Mielona Roczna

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 10g *(7), Jajka 50g *(3), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 70g 70g, Buraki gotowane - m 80g, Kompot z mieszanki owocowej - m 150g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 10g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 30g *(6)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 56 Mielona Roczna:

Wartość energetyczna 1 171,2230 kcal
Białko 55,7321 g
w tym białko zwierzęce 36,1325 g
Tłuszcz 43,5290 g

Węglowodany 135,8447 g
Cukry proste 36,7275 g
Błonnik pokarmowy 12,7350 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 16,60925 g
Sód 1 741,89076 mg

Dieta: 57 Roczna Bezmleczna

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 10g, Jajka 50g *(3), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem BML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Ryż gotowany - 70g 70g, Buraki gotowane - m 80g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 10g, Polędwica Z Kurczaka Prasowana 30g *(6)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 57 Roczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 166,1945 kcal
Białko 51,6878 g
w tym białko zwierzęce 29,4450 g
Tłuszcz 32,6424 g
Węglowodany 165,7106 g
Cukry proste 50,2900 g
Błonnik pokarmowy 9,3000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 3,8820 g
Sód 2 047,61018 mg

Dieta: 58 Dieta bezlaktozowa

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Polędwica Sopocka 50g *(6), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Mleko Bez Laktozy 250g *(7), Płatki Kukurydziane 30g *(1), Pomidory Szklarniowe 30g, Ogórek Długi

Obiad

Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Zupa koperkowa z makaronem BML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Polędwica Z Kurczaka

Prasowana 80g *(6), Sałata Szklarniowa, Masło Bez Laktozy 20g *(7),
Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 58 Dieta bezlaktozowa:

Wartość energetyczna 2 294,8175 kcal

Białko 90,8355 g

w tym białko zwierzęce 22,5000 g

Tłuszcz 75,0717 g

Węglowodany 323,9760 g

Cukry proste 54,6960 g

Błonnik pokarmowy 20,8870 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 30,6860 g

Sód 5 079,55268 mg

Dieta: 59 Roczna Mieszana Obiad

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos potrawkowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 70g 70g, Buraki gotowane - m 80g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Wartości odżywcze diety 59 Roczna Mieszana Obiad:

Wartość energetyczna 545,8230 kcal

Białko 32,2121 g

w tym białko zwierzęce 23,2825 g

Tłuszcz 15,2790 g

Węglowodany 71,5247 g

Cukry proste 8,1375 g

Błonnik pokarmowy 4,9950 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 1,40625 g

Sód 1 225,75076 mg

Dieta: 60 Bogatoresztkowa

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Ogórek Długi, Pomidory Szklarniowe 100g, Sałata Szklarniowa

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany brązowy - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Twaróg Mielony

Homogenizowany 30g *(7), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 60 Bogatoresztkowa:

Wartość energetyczna 2 439,8710 kcal
Białko 98,8985 g
w tym białko zwierzęce 40,0400 g
Tłuszcz 82,6687 g
Węglowodany 335,2030 g
Cukry proste 74,1660 g
Błonnik pokarmowy 28,8670 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 38,5250 g
Sód 4 352,21652 mg

Dieta: 61 Papkowata

Śniadanie

miks - śniadanie 400g *(7)

Obiad

miks - obiad 400g *(7)

Podwieczorek

Kisiel 200g

Kolacja

miks - kolacja 400g *(7)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 61 Papkowata:

Wartość energetyczna 1 429,6000 kcal
Białko 73,2600 g
w tym białko zwierzęce 58,7000 g
Tłuszcz 37,9400 g
Węglowodany 200,7000 g
Cukry proste 63,2400 g
Błonnik pokarmowy 12,9000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 10,1800 g
Sód 369,0000 mg

Dieta: 81 Podstawowa Dorośli 2300

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Kawa mleczna Inka 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Kiełbasa Szynekowa 80g *(6), Ogórek Długi 40g, Sałata Szklarniowa

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ryż gotowany - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Sałatka z buraków - d 150g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Pulpet gotowany 80g *(1, 3)

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Polędwica Z Kurczaka Prasowana 30g *(6), Ser Topiony 50g *(7), Rzodkiewka 40g, Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Batonik Zbożowy B/C 25g *(1, 6, 7)

Wartości odżywcze diety 81 Podstawowa Dorośli 2300:

Wartość energetyczna 2 454,8545 kcal

Białko 95,9972 g

w tym białko zwierzęce 55,9700 g

Tłuszcz 90,6310 g

Węglowodany 315,9464 g

Cukry proste 61,3660 g

Błonnik pokarmowy 23,6420 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 23,0820 g

Sód 6 349,54452 mg

Dieta: 82 Podstawowa Dorośli 2600

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Kawa mleczna Inka - d 350g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Kielbasa Szynekowa 80g *(6), Ogórek Długi 40g, Pomidory Szklarniowe 30g, Sałata Szklarniowa

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ryż gotowany - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Sałatka z buraków - d 150g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Pulpet gotowany 80g *(1, 3)

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 80g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 30g, Polędwica Z Kurczaka Prasowana 30g *(6), Ser Topiony 50g *(7), Rzodkiewka 40g, Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Batonik Zbożowy B/C 25g *(1, 6, 7)

Wartości odżywcze diety 82 Podstawowa Dorośli 2600:

Wartość energetyczna 2 751,1545 kcal

Białko 104,0232 g

w tym białko zwierzęce 59,3700 g

Tłuszcz 99,0450 g

Węglowodany 360,9264 g

Cukry proste 69,4860 g

Błonnik pokarmowy 27,1920 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 24,7170 g

Dieta: 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli

Śniadanie

Kawa mleczna Inka 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 10g, Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Szynka wieprzowa gotowana - d 80g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Zupa koperkowa z makaronem - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 10g, Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli:

Wartość energetyczna 2 030,9860 kcal

Białko 98,96285 g

w tym białko zwierzęce 51,7475 g

Tłuszcz 60,63475 g

Węglowodany 298,8077 g

Cukry proste 60,8525 g

Błonnik pokarmowy 18,7000 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 8,86575 g

Sód 3 980,85876 mg

Dieta: 85 Lekkostrawna Dorośli

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Kawa mleczna Inka 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Polędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 85 Lekkostrawna Dorośli:

Wartość energetyczna 2 367,0615 kcal
Białko 97,81835 g
w tym białko zwierzęce 38,3400 g
Tłuszcz 71,72425 g
Węglowodany 332,5222 g
Cukry proste 75,7960 g
Błonnik pokarmowy 20,0170 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 12,6020 g
Sód 4 733,99568 mg

Dieta: 86 Mielona Dorośli

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Kawa mleczna Inka 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Polędwica Sopocka 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Szyńka wieprz. gotowana zmielona 60g, Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 86 Mielona Dorośli:

Wartość energetyczna 2 313,3715 kcal
Białko 100,38035 g
w tym białko zwierzęce 41,3150 g
Tłuszcz 75,36625 g
Węglowodany 327,0452 g
Cukry proste 75,7200 g
Błonnik pokarmowy 19,8900 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 12,5870 g
Sód 4 719,94568 mg

Dieta: 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Dorośli

Śniadanie

Kawa mleczna Inka b/c 250g *(7), Bułka Grahamka 140g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Polędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi, Sałata Szklarniowa

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Tłusty 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy b/c 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany brązowy - 200g 200g, Buraki got. b/c 150g, Kompot z mieszanki owocowej b/c 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Jajka 50g *(3), Sałata Szklarniowa

Wartości odżywcze diety 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Dorośli:

Wartość energetyczna 2 891,8210 kcal

Białko 118,9315 g

w tym białko zwierzęce 36,0900 g

Tłuszcz 108,7957 g

Węglowodany 359,1960 g

Cukry proste 25,0260 g

Błonnik pokarmowy 33,9370 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 9,3700 g

Sód 5 398,52452 mg

Dieta: 88 Wegetariańska Dorośli

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Kawa mleczna Inka 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Ser Topiony 50g *(7), Ogórek Długi, Sałata Szklarniowa

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Wegański gulasz meksykański 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ryż gotowany - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Jajka 50g *(3), Twaróg Tłusty 50g *(7), Sałata Szklarniowa, Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Batonik Zbożowy B/C 25g *(1, 6, 7)

Wartości odżywcze diety 88 Wegetariańska Dorośli:

Wartość energetyczna 2 405,7455 kcal

Białko 88,4491 g

w tym białko zwierzęce 35,1700 g
Tłuszcz 72,4079 g
Węglowodany 332,0344 g
Cukry proste 56,2800 g
Błonnik pokarmowy 30,3550 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 22,1270 g
Sód 3 626,58068 mg

Dieta: 89 Beztłuszczowa Dorośli

Śniadanie

Herbata 2g, Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 100g *(1), Dżem Owoc. 80g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane 100g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 80g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 89 Beztłuszczowa Dorośli:

Wartość energetyczna 1 674,9070 kcal
Białko 71,6174 g
w tym białko zwierzęce 42,6000 g
Tłuszcz 7,5688 g
Węglowodany 325,9668 g
Cukry proste 63,0500 g
Błonnik pokarmowy 12,4800 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 0,8260 g
Sód 3 080,91134 mg

Dieta: 90 Anoreksja Dorośli

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Kawa mleczna Inka 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Kiełbasa Szynekowa 80g *(6), Ogórek Długi, Sałata Szklarniowa

DRUGIE ŚNIADANIE

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7), Biskopty 40g *(1, 3), Miód Pszczeli Mały 25g

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g, Buraki gotowane - d 150g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 150g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Sałata Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Batonik Zbożowy B/C 25g *(1, 6, 7)

Wartości odżywcze diety 90 Anoreksja Dorośli:

Wartość energetyczna 3 279,6625 kcal
Białko 120,07485 g
w tym białko zwierzęce 49,2200 g
Tłuszcz 119,65285 g
Węglowodany 430,2372 g
Cukry proste 95,7560 g
Błonnik pokarmowy 26,2920 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 56,9950 g
Sód 6 071,78452 mg

Dieta: 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Kawa mleczna Inka 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Ogórek Długi 80g, Ser Topiony 50g *(7), Sałata Szklarniowa

DRUGIE ŚNIADANIE

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7), Biskopki 40g *(1, 3), Miód Pszczeli Mały 25g

Obiad

Zupa jarzynowa z soczewicą wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Wegański gulasz meksykański 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Ryż gotowany - 200g 200g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 150g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Jajka 50g *(3), Sałata Szklarniowa, Rządkiwka 50g

DRUGA KOLACJA

Batonik Zbożowy B/C 25g *(1, 6, 7)

Wartości odżywcze diety 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian:

Wartość energetyczna 3 158,9455 kcal
Białko 101,8941 g
w tym białko zwierzęce 35,1700 g
Tłuszcz 105,4879 g
Węglowodany 433,0644 g
Cukry proste 96,4900 g
Błonnik pokarmowy 30,9550 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 64,4710 g
Sód 3 962,98068 mg

Dieta: 93 Bezglutenowa Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 112g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Margaryna Do Kanapek 20g, Jajka 50g *(3), Połędwica Sopocka 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Szklarniowa

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem BGL 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Szynka wieprzowa gotowana - d 80g, Sos potrawkowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 112g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Margaryna Do Kanapek 20g, Szynka Delikatesowa Z Kurcząt 80g *(7, 10), Sałata Szklarniowa, Rzodkiewka 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 93 Bezglutenowa Dorośli:

Wartość energetyczna 2 209,9875 kcal

Białko 89,12735 g

w tym białko zwierzęce 54,4275 g

Tłuszcz 80,11985 g

Węglowodany 323,9362 g

Cukry proste 62,8150 g

Błonnik pokarmowy 7,9200 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 4,4900 g

Sód 4 146,14518 mg

Dieta: 95 Anoreksja Lekka Dorośli

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Kawa mleczna Inka 250g *(7), Bułka 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Połędwica Sopocka 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Szklarniowa

DRUGIE ŚNIADANIE

Twarożek Smakowy Owocowy 150g *(7), Biskopty 40g *(1, 3), Miód Pszczeli Mały 25g

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pulpet gotowany 80g *(1, 3), Sos potrawkowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ryż gotowany - 200g 200g, Buraki gotowane - d 150g, Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Jogurt Bez Cukru 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7),
Połudwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 95 Anoreksja Lekka Dorośli:

Wartość energetyczna 3 109,0615 kcal

Białko 117,27335 g

w tym białko zwierzęce 38,3400 g

Tłuszcz 114,10425 g

Węglowodany 402,9022 g

Cukry proste 116,2060 g

Błonnik pokarmowy 20,0170 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 54,7520 g

Sód 5 021,84568 mg

Dieta: 01 Podstawowa Fizjo. 1000

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szyunka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 40g *(6), Rzodkiewka 40g, Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. - 100 ml 100g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem - m 200g *(1, 3, 9), Filet drobiowy got. - m 50g, Sos beszamelowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Marchewka z groszkiem 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 30g, Serek Twarogowy - Fromage 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 01 Podstawowa Fizjo. 1000:

Wartość energetyczna 1 286,8037 kcal
Białko 64,72618 g
w tym białko zwierzęce 32,5850 g
Tłuszcz 50,63023 g
Węglowodany 148,1776 g
Cukry proste 29,1150 g
Błonnik pokarmowy 15,7390 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 22,6665 g
Sód 2 561,16053 mg

Dieta: 02 Podstawowa Fizjo. 1400

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szyunka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Rzodkiewka, Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem - m 200g *(1, 3, 9), Uduka drobiowe pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Marchewka z groszkiem 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 30g, Serek Twarogowy - Fromage 40g *(7),

Pomidory Szklarniowe

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 02 Podstawowa Fizjo. 1400:

Wartość energetyczna 1 804,1160 kcal
Białko 91,23143 g
w tym białko zwierzęce 50,7400 g
Tłuszcz 83,50606 g
Węglowodany 177,3814 g
Cukry proste 31,6900 g
Błonnik pokarmowy 18,2640 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 25,3960 g
Sód 3 065,12369 mg

Dieta: 03 Podstawowa Fizjo. 1600

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao - m 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Rzodkiewka, Sałata Szklarniowa 20g, Ser Żółty 30g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem - m 200g *(1, 3, 9), Udka drobiowe pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Marchewka z groszkiem 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 30g, Serek Twarogowy - Fromage 40g *(7), Pomidory Szklarniowe

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 03 Podstawowa Fizjo. 1600:

Wartość energetyczna 2 059,8420 kcal
Białko 105,41693 g
w tym białko zwierzęce 63,3400 g
Tłuszcz 94,64056 g
Węglowodany 202,4602 g
Cukry proste 41,3200 g
Błonnik pokarmowy 19,4440 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 32,7710 g
Sód 3 758,12869 mg

Dieta: 04 Podstawowa Fizjo. 1800

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao - m 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa

Podwędzana 50g *(6), Rzodkiewka, Sałata Szklarniowa 20g, Ser Żółty 20g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem - m 200g *(1, 3, 9), Udka drobiowe pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Marchewka z groszkiem - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Serek Twarogowy - Fromage 40g *(7), Pomidory Szklarniowe

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 04 Podstawowa Fizjo. 1800:

Wartość energetyczna 2 224,5920 kcal

Białko 109,17693 g

w tym białko zwierzęce 60,8400 g

Tłuszcz 101,10056 g

Węglowodany 225,4451 g

Cukry proste 44,9000 g

Błonnik pokarmowy 22,3140 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 37,2820 g

Sód 4 089,79869 mg

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Ser Żółty 50g *(7), Rzodkiewka, Sałata Szklarniowa 20g, Kakao 250g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem - m 200g *(1, 3, 9), Udka drobiowe pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Marchewka z groszkiem - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Serek Twarogowy - Fromage 40g *(7), Pomidory Szklarniowe

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 406,4470 kcal
Białko 120,66643 g
w tym białko zwierzęce 71,7400 g
Tłuszcz 110,92706 g
Węglowodany 237,7444 g
Cukry proste 52,3800 g
Błonnik pokarmowy 22,9640 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 43,8480 g
Sód 4 230,85869 mg

Dieta: 06 Podstawowa Fizjo. 2600

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Ser Żółty 50g *(7), Rzodkiewka, Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udu drobiowe pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Marchewka z groszkiem - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Serek Twarogowy - Fromage 40g *(7), Pomidory Szklarniowe

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 06 Podstawowa Fizjo. 2600:

Wartość energetyczna 2 784,8203 kcal
Białko 132,08776 g
w tym białko zwierzęce 73,6600 g
Tłuszcz 113,81434 g
Węglowodany 315,1048 g
Cukry proste 55,8000 g
Błonnik pokarmowy 28,5050 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 44,0700 g
Sód 4 845,82584 mg

Dieta: 07 Podstawowa Fizjo. 2900

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 25g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Ser Żółty 50g *(7), Rzodkiewka, Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udu drobiowe pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Marchewka z groszkiem - d 150g,

Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 100g *(1), Masło Extra 25g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Serek Twarogowy - Fromage 80g *(7), Pomidory Szklarniowe

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 07 Podstawowa Fizjo. 2900:

Wartość energetyczna 3 111,3203 kcal

Białko 146,87776 g

w tym białko zwierzęce 77,0600 g

Tłuszcz 130,11434 g

Węglowodany 344,6848 g

Cukry proste 62,7100 g

Błonnik pokarmowy 31,1050 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 55,2200 g

Sód 5 124,22584 mg

Dieta: 09 Lekkostrawna 1400

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szyunka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao - m 150g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem - m 200g *(1, 3, 9), Filet drobiowy got. 60g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Marchew gotowana - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Pomidory Szklarniowe 40g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 09 Lekkostrawna 1400:

Wartość energetyczna 1 674,3312 kcal

Białko 79,70403 g

w tym białko zwierzęce 44,6350 g

Tłuszcz 61,56688 g

Węglowodany 205,6173 g

Cukry proste 36,2300 g

Błonnik pokarmowy 18,8940 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 25,0310 g

Dieta: 10 Lekkostrawna 1800

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao - m 150g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6)

Obiad

Zupa rosół z makaronem - m 200g *(1, 3, 9), Udko drobiowe gotowane 160g, Marchew gotowana - d 150g, Sos beszamelowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Pomidory Szklarniowe 40g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 10 Lekkostrawna 1800:

Wartość energetyczna 2 077,8317 kcal

Białko 94,92668 g

w tym białko zwierzęce 56,3500 g

Tłuszcz 88,73973 g

Węglowodany 230,1311 g

Cukry proste 35,8150 g

Błonnik pokarmowy 19,9190 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 30,6005 g

Sód 4 639,79553 mg

Dieta: 11 Lekkostrawna 2300

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka 50g *(1), Chleb Kawiorek Pszenny 20g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udko drobiowe gotowane 160g, Marchew gotowana - d 150g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 40g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 11 Lekkostrawna 2300:

Wartość energetyczna 2 546,8300 kcal
Białko 120,24086 g
w tym białko zwierzęce 70,3750 g
Tłuszcz 102,84866 g
Węglowodany 290,9662 g
Cukry proste 52,4600 g
Błonnik pokarmowy 22,7050 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,4980 g
Sód 5 545,71768 mg

Dieta: 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem - m 200g *(1, 3, 9), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos beszamelowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Marchew gotowana mielona 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Pomidory Szklarniowe

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400:

Wartość energetyczna 1 620,8062 kcal
Białko 74,18118 g
w tym białko zwierzęce 39,9700 g
Tłuszcz 65,78523 g
Węglowodany 187,8226 g
Cukry proste 26,5950 g
Błonnik pokarmowy 17,3690 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 22,1125 g
Sód 4 015,39053 mg

Dieta: 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa rosół z makaronem - m 200g *(1, 3, 9), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Marchew gotowana mielona 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Pomidory Szklarniowe

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800:

Wartość energetyczna 2 141,1567 kcal
Białko 97,70953 g
w tym białko zwierzęce 59,3550 g
Tłuszcz 90,46138 g
Węglowodany 238,3958 g
Cukry proste 43,5900 g
Błonnik pokarmowy 19,4940 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 32,5910 g
Sód 4 794,76053 mg

Dieta: 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Marchew gotowana mielona 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300:

Wartość energetyczna 2 527,7300 kcal
Białko 116,25086 g
w tym białko zwierzęce 64,6750 g
Tłuszcz 96,19866 g
Węglowodany 303,4662 g
Cukry proste 52,0900 g

Błonnik pokarmowy 22,4250 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,4980 g
Sód 5 550,48768 mg

Dieta: 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa jarzynowa 300g *(9), Udko drobiowe gotowane 160g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Marchew gotowana - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu:

Wartość energetyczna 2 205,8660 kcal
Białko 102,8277 g
w tym białko zwierzęce 56,1150 g
Tłuszcz 83,6533 g
Węglowodany 266,3894 g
Cukry proste 33,5000 g
Błonnik pokarmowy 25,3000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 13,8040 g
Sód 5 641,42652 mg

Dieta: 20 Beztłuszczowa

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 50g *(1), Dżem Owoc. 50g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Marchew gotowana - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny „0” % 140g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 80g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 20 Beztłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 369,5665 kcal
Białko 76,1710 g
w tym białko zwierzęce 42,6000 g
Tłuszcz 10,7312 g
Węglowodany 246,8510 g
Cukry proste 54,6800 g
Błonnik pokarmowy 19,3500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 1,0620 g
Sód 3 033,86768 mg

Dieta: 21 bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udko drobiowe gotowane 160g, Sos beszamelowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Marchew gotowana - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Biszkopty B/C,B/GI. 50g *(3, 6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 21 bezmleczna:

Wartość energetyczna 2 173,4900 kcal
Białko 98,21986 g
w tym białko zwierzęce 53,1050 g
Tłuszcz 78,96966 g
Węglowodany 280,4192 g
Cukry proste 22,6400 g
Błonnik pokarmowy 21,6950 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 10,4520 g
Sód 5 229,76268 mg

Dieta: 22 Wegetariańska

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa jarzynowa - wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pierogi z owocem - 200 g 200g *(1, 7), Marchew gotowana - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Serek Twarogowy - Fromage 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 22 Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 590,7345 kcal
Białko 93,8220 g
w tym białko zwierzęce 37,0000 g
Tłuszcz 94,7422 g
Węglowodany 343,8798 g
Cukry proste 72,5030 g
Błonnik pokarmowy 25,6300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 56,2510 g
Sód 3 453,99268 mg

Dieta: 25 Niskobiałkowa

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Pku Krojony B/GI 50g *(6), Masło Extra 15g *(7), Dżem Owoc. 50g, Rzodkiewka 50g, Ogórek Kwaszony 50g, Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa niskobiałkowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kalafior gotowany 100g, Marchew gotowana - d 150g, Kompot z truskawek 250g, Makaron b/gi pku gotowany 150g

Podwieczorek

Ciastka Kruche Pku B/GI 60g *(3, 6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Pku Krojony B/GI 50g *(6), Masło Extra 15g *(7), Pomidory Szklarniowe 150g, Ogórek Długi 50g, Papryka Świeża Czerwona 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 25 Niskobiałkowa:

Wartość energetyczna 1 795,1045 kcal
Białko 15,2330 g
Tłuszcz 52,0672 g
Węglowodany 326,1200 g
Cukry proste 46,7900 g
Błonnik pokarmowy 22,0600 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 25,7210 g
Sód 1 954,44768 mg

Dieta: 26 Niskokaloryczna

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa jarzynowa 300g *(9), Udko drobiowe gotowane 160g, Marchew gotowana b/c 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Kompot z truskawek b/c 250g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny „O” % 140g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 80g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 26 Niskokaloryczna:

Wartość energetyczna 1 768,2055 kcal
Białko 97,7840 g
w tym białko zwierzęce 50,3000 g
Tłuszcz 65,8240 g
Węglowodany 203,5505 g
Cukry proste 38,2100 g
Błonnik pokarmowy 23,3300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 12,1820 g
Sód 4 819,37768 mg

Dieta: 27 Płynna

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kisiel 200g

Kolacja

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Herbata 2g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 27 Płynna:

Wartość energetyczna 911,0350 kcal
Białko 38,81816 g
w tym białko zwierzęce 31,2600 g
Tłuszcz 20,79236 g
Węglowodany 144,9418 g
Cukry proste 90,0500 g

Błonnik pokarmowy 2,5650 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 11,4470 g
Sód 989,94384 mg

Dieta: 29 Wysokobiałkowa Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka 50g *(1), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGIE ŚNIADANIE

Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udka drobiowe pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Marchewka z groszkiem - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 29 Wysokobiałkowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 787,7203 kcal
Białko 156,94776 g
w tym białko zwierzęce 89,4800 g
Tłuszcz 172,24434 g
Węglowodany 404,7751 g
Cukry proste 62,8400 g
Błonnik pokarmowy 33,5250 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 71,4250 g
Sód 6 056,58584 mg

Dieta: 30 Gastroenterologia

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udko drobiowe gotowane 160g, Marchew gotowana - d 150g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek

250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 30 Gastroenterologia:

Wartość energetyczna 2 477,3800 kcal

Białko 115,67986 g

w tym białko zwierzęce 66,9750 g

Tłuszcz 111,60966 g

Węglowodany 257,9792 g

Cukry proste 32,2100 g

Błonnik pokarmowy 21,9450 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 41,3430 g

Sód 5 331,79768 mg

Dieta: 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna

Śniadanie

Kakao b/c 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10), Ogórek Kwasony 80g, Kiwi

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udko drobiowe gotowane 160g, Sos beszamelowy b/c 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Marchew gotowana b/c 100g, Kompot z truskawek b/c 250g

Podwieczorek

Biszkopty B/C 50g *(1, 3), Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Owoc - diety 1 szt., Sałata Szklarniowa 20g

Wartości odżywcze diety 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna:

Wartość energetyczna 3 415,4595 kcal
Białko 150,78486 g
w tym białko zwierzęce 70,3750 g
Tłuszcz 133,59066 g
Węglowodany 409,9967 g
Cukry proste 28,5100 g
Błonnik pokarmowy 33,2550 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 55,9080 g
Sód 7 393,12268 mg

Dieta: 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Kakao b/c 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10), Ogórek Kwaszony 80g, Kiwi

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udka drobiowe pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Marchewka z groszkiem - d 150g, Kompot z truskawek b/c 250g

Podwieczorek

Biszkopty B/C *(1, 3), Kefir *(7)

Kolacja

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Papryka Świeża Czerwona 50g

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 3 457,3203 kcal
Białko 151,00776 g
w tym białko zwierzęce 69,4800 g
Tłuszcz 137,58434 g
Węglowodany 411,6343 g
Cukry proste 31,1300 g
Błonnik pokarmowy 35,9250 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 55,1790 g
Sód 6 805,33584 mg

Dieta: 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Kakao b/c 250g *(7), Bułka Grahamka 140g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 100g *(6), Pomidory Szklarniowe

50g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 15g *(7), Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10)

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udko drobiowe gotowane 160g, Sos beszamelowy b/c 80g *(1, 3, 7, 9), Marchew gotowana b/c 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z truskawek b/c 250g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7)

Wartości odżywcze diety 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 3 120,6095 kcal
Białko 146,97486 g
w tym białko zwierzęce 78,7550 g
Tłuszcz 126,44066 g
Węglowodany 350,2667 g
Cukry proste 33,7750 g
Błonnik pokarmowy 29,5950 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 52,3990 g
Sód 6 782,18268 mg

Dieta: 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Kakao b/c 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6)

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10), Ogórek Kwaszony 80g, Kiwi

Obiad

Zupa rosół z makaronem B/GL 300g *(9), Udko drobiowe gotowane 160g, Sos beszamelowy b/gl b/ml 80g *(3, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Marchew gotowana b/c 100g, Kompot z truskawek b/c 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Papryka Świeża Czerwona 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7), Owoc - diety 1 szt., Pomidory Szklarniowe 50g

Wartości odżywcze diety 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 949,4035 kcal
Białko 122,51036 g
w tym białko zwierzęce 70,1050 g
Tłuszcz 131,84306 g
Węglowodany 328,8597 g
Cukry proste 23,8900 g
Błonnik pokarmowy 20,4750 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 53,1820 g
Sód 5 588,11768 mg

Dieta: 35 Bezglutenowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa rosół z makaronem B/GL 300g *(9), Udko drobiowe gotowane 160g, Sos beszamelowy b/gl b/ml 80g *(3, 9), Marchew gotowana - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 35 Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 2 144,0640 kcal
Białko 97,19536 g
w tym białko zwierzęce 61,6050 g
Tłuszcz 93,14806 g
Węglowodany 236,5382 g
Cukry proste 30,3500 g
Błonnik pokarmowy 16,9250 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 28,9170 g
Sód 4 726,41268 mg

Dieta: 36 Bezglutenowa Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna

Roślinna B/MI 20g, Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6),
Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa rosół z makaronem B/GL 300g *(9), Udko drobiowe gotowane 160g,
Sos beszamelowy b/gl b/ml 80g *(3, 9), Marchew gotowana - d 150g,
Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Biszkopty B/C,B/GI. 50g *(3, 6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna
Roślinna B/MI 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe
50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 36 Bezglutenowa Bezmleczna:

Wartość energetyczna 2 013,0640 kcal
Białko 85,68536 g
w tym białko zwierzęce 53,1050 g
Tłuszcz 78,09806 g
Węglowodany 256,0282 g
Cukry proste 18,1600 g
Błonnik pokarmowy 16,9250 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 10,0170 g
Sód 4 600,31268 mg

Dieta: 38 Onkologiczna Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Ser Żółty 50g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udka drobiowe
pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Marchewka z groszkiem - d 150g,
Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra
20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Mleko Uht - Smakowe 200g *(7)

Wartości odżywcze diety 38 Onkologiczna Podstawowa:

Wartość energetyczna 2 685,6203 kcal

Białko 126,54776 g
w tym białko zwierzęce 73,6600 g
Tłuszcz 108,83434 g
Węglowodany 303,1948 g
Cukry proste 64,3100 g
Błonnik pokarmowy 24,3650 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 42,5800 g
Sód 5 042,78584 mg

Dieta: 39 Onkologiczna Lekkostrawna

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udko drobiowe gotowane 160g, Marchew gotowana - d 150g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Mleko Uht - Smakowe 200g *(7)

Wartości odżywcze diety 39 Onkologiczna Lekkostrawna:

Wartość energetyczna 2 397,9300 kcal
Białko 114,34086 g
w tym białko zwierzęce 66,9750 g
Tłuszcz 97,89866 g
Węglowodany 268,7762 g
Cukry proste 68,0900 g
Błonnik pokarmowy 20,2550 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,8380 g
Sód 5 519,29768 mg

Dieta: 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa jarzynowa 300g *(9), Filet drobiowy got. 60g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Marchew gotowana - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Mleko Uht - Smakowe 200g *(7)

Wartości odżywcze diety 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu:

Wartość energetyczna 1 879,1655 kcal

Białko 87,7077 g

w tym białko zwierzęce 44,0150 g

Tłuszcz 62,1533 g

Węglowodany 245,3494 g

Cukry proste 54,2700 g

Błonnik pokarmowy 22,4600 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 15,6640 g

Sód 5 211,75652 mg

Dieta: 41 Onkologiczna Mielona

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Marchew gotowana mielona 100g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Mleko Uht - Smakowe 200g *(7)

Wartości odżywcze diety 41 Onkologiczna Mielona:

Wartość energetyczna 2 455,9300 kcal

Białko 112,19086 g

w tym białko zwierzęce 61,2750 g

Tłuszcz 92,69866 g

Węglowodany 294,9262 g

Cukry proste 68,7900 g

Błonnik pokarmowy 20,9050 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 34,9480 g

Sód 5 500,88768 mg

Dieta: 42 Onkologiczna Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyunka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udko drobiowe gotowane 160g, Sos beszamelowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Marchew gotowana - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Biszkopty B/C,B/Gł. 50g *(3, 6), Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 42 Onkologiczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 2 219,6900 kcal

Białko 98,26986 g

w tym białko zwierzęce 53,1050 g

Tłuszcz 78,44966 g

Węglowodany 290,3692 g

Cukry proste 48,4400 g

Błonnik pokarmowy 20,0550 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 10,3970 g

Sód 5 223,76268 mg

Dieta: 43 Onkologiczna Beztłuszczowa

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 50g *(1), Dżem B/C 50g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Marchew gotowana b/c 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 50g *(7)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 43 Onkologiczna Beztłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 255,7660 kcal

Białko 60,4310 g

w tym białko zwierzęce 37,5000 g

Tłuszcz 10,4312 g
Węglowodany 237,1110 g
Cukry proste 54,0200 g
Błonnik pokarmowy 20,6300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 0,9420 g
Sód 2 818,76768 mg

Dieta: 44 Onkologiczna Wegetariańska

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło Extra 20g *(7), Humus Sante 57,5g *(1, 6, 9, 10, 11), Pomidory Szklarniowe 100g

Obiad

Zupa jarzynowa - wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pierogi z owocem - 200 g 200g *(1, 7), Marchew gotowana - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Chrupki 80g 80g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Mleko Uht - Smakowe 200g *(7)

Wartości odżywcze diety 44 Onkologiczna Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 476,5095 kcal
Białko 60,6460 g
w tym białko zwierzęce 8,5000 g
Tłuszcz 85,9682 g
Węglowodany 361,6770 g
Cukry proste 60,3555 g
Błonnik pokarmowy 21,8325 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 35,1910 g
Sód 2 675,40268 mg

Dieta: 45 Onkologiczna Bezglutenowa

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa rosół z makaronem B/GL 300g *(9), Udko drobiowe gotowane 160g, Sos beszamelowy b/gl b/ml 80g *(3, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Marchew gotowana - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Biszkopty B/C,B/Gl. 50g *(3, 6), Mus Owocowy - Tubka 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Mleko Uht - Smakowe 200g *(7)

Wartości odżywcze diety 45 Onkologiczna Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 2 409,1140 kcal
Białko 104,88636 g
w tym białko zwierzęce 66,7050 g
Tłuszcz 98,08706 g
Węglowodany 288,0152 g
Cukry proste 63,8000 g
Błonnik pokarmowy 15,2850 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,7620 g
Sód 4 855,36268 mg

Dieta: 46 Anoreksja Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Ser Żółty 50g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6)

DRUGIE ŚNIADANIE

Paprykarz Wegański 62,5g *(6, 9, 10, 11), Chleb Chrupki 25g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udka drobiowe pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Marchewka z groszkiem - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 46 Anoreksja Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 556,8703 kcal
Białko 142,54776 g
w tym białko zwierzęce 77,0600 g
Tłuszcz 161,19684 g
Węglowodany 385,8148 g
Cukry proste 61,0550 g
Błonnik pokarmowy 31,0575 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 66,1900 g
Sód 5 546,48584 mg

Dieta: 48 Anoreksja Lekka

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szyunka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Chrupki 25g, Masło Extra 20g *(7), Dżem Owoc. 60g

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udko drobiowe gotowane 160g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Marchew gotowana - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 48 Anoreksja Lekka:

Wartość energetyczna 3 630,6100 kcal
Białko 144,54736 g
w tym białko zwierzęce 83,9750 g
Tłuszcz 155,21816 g
Węglowodany 417,8917 g
Cukry proste 56,9050 g
Błonnik pokarmowy 27,6275 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 71,0340 g
Sód 5 938,59268 mg

Dieta: 49 Anoreksja wegetariańska

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Chrupki 25g, Pomidory Szklarniowe 50g, Paprykarz Wegański 62,5g *(6, 9, 10, 11)

Obiad

Zupa jarzynowa - wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pierogi z owocem - 200 g 200g *(1, 7), Marchew gotowana - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Pomidory Szklarniowe

50g, Serek Twarogowy - Fromage 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Humus Sante 57,5g *(1, 6, 9, 10, 11), Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 49 Anoreksja wegetariańska:

Wartość energetyczna 3 402,8095 kcal

Białko 105,8270 g

w tym białko zwierzęce 37,0000 g

Tłuszcz 147,6997 g

Węglowodany 411,7748 g

Cukry proste 74,4205 g

Błonnik pokarmowy 31,4050 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 81,6660 g

Sód 4 139,59268 mg

Dieta: 50 Mukowiscydozowa Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udka drobiowe pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Marchewka z groszkiem - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7), Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 50 Mukowiscydozowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 690,3203 kcal

Białko 148,61776 g

w tym białko zwierzęce 84,5600 g

Tłuszcz 174,80434 g

Węglowodany 384,2651 g

Cukry proste 61,1000 g

Błonnik pokarmowy 31,5250 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 77,4250 g

Sód 5 591,18584 mg

Dieta: 55 Biorcy Szpiku

Śniadanie

Herbata 2g, Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 80g *(10), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Bułka 50g *(1)

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Dżem B/C 50g

Obiad

Zupa rosół z makaronem B/GL 300g *(9), Udko drobiowe gotowane 160g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Marchew gotowana b/c 100g, Kompot z truskawek b/c 250g, Sos koperkowy b/gl b/ml 80g *(9)

Podwieczorek

Mus Owocowy - Tubka 100g, Chrupki 80g 40g

Kolacja

Herbata 2g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Masło Bez Laktozy 20g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 55 Biorcy Szpiku:

Wartość energetyczna 2 293,2535 kcal
Białko 99,63966 g
w tym białko zwierzęce 39,3600 g
Tłuszcz 87,83476 g
Węglowodany 281,0188 g
Cukry proste 38,4600 g
Błonnik pokarmowy 18,0350 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,7670 g
Sód 5 009,06268 mg

Dieta: 56 Mielona Roczna

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 10g *(7), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6), Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa rosół z makaronem - m 200g *(1, 3, 9), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos beszamelowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Marchew gotowana mielona 100g, kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 10g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 56 Mielona Roczna:

Wartość energetyczna 1 281,2052 kcal
Białko 66,65118 g
w tym białko zwierzęce 36,6900 g
Tłuszcz 52,05523 g
Węglowodany 138,7726 g
Cukry proste 27,1050 g
Błonnik pokarmowy 12,7790 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 15,9105 g
Sód 3 292,85053 mg

Dieta: 57 Roczna Bezmleczna

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 10g, Sałata Szklarniowa 20g, Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6)

Obiad

Zupa rosół z makaronem - m 200g *(1, 3, 9), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos beszamelowy b/gł b/ml 80g *(3, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Marchew gotowana mielona 100g, kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Biszkopty B/C,B/Gł. 50g *(3, 6)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 10g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 30g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Mus Owocowy - Tubka 100g

Wartości odżywcze diety 57 Roczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 232,2152 kcal
Białko 55,01853 g
w tym białko zwierzęce 31,7050 g
Tłuszcz 41,75238 g
Węglowodany 168,1888 g
Cukry proste 20,4400 g
Błonnik pokarmowy 12,6540 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 6,0300 g
Sód 3 030,77553 mg

Dieta: 58 Dieta bezlaktozowa

Śniadanie

Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Rzodkiewka, Sałata Szklarniowa 20g, Masło Bez Laktozy 20g *(7), Ser Żółty Bez Laktozy 50g *(7)

Obiad

Zupa rosół z makaronem - m 200g *(1, 3, 9), Udka drobiowe pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Marchewka z groszkiem - d 150g, Ziemniaki

gotowane z koperkiem - 200g 200g, kompot z truskawek - m 150g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny Bez Laktozy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Twaróg Półtłusty Bez Laktozy 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Masło Bez Laktozy 20g *(7)

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 58 Dieta bezlaktozowa:

Wartość energetyczna 2 271,6970 kcal

Białko 110,32543 g

w tym białko zwierzęce 45,6400 g

Tłuszcz 100,18806 g

Węglowodany 238,0969 g

Cukry proste 38,0100 g

Błonnik pokarmowy 25,2340 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 36,6530 g

Sód 4 051,05869 mg

Dieta: 59 Roczna Mieszana Obiad

Obiad

Zupa rosół z makaronem - m 200g *(1, 3, 9), Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos beszamelowy - m 50g *(1, 3, 7, 9), Marchew gotowana mielona 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, kompot z truskawek - m 150g

Wartości odżywcze diety 59 Roczna Mieszana Obiad:

Wartość energetyczna 603,2052 kcal

Białko 35,68118 g

w tym białko zwierzęce 26,6700 g

Tłuszcz 20,19523 g

Węglowodany 73,6926 g

Cukry proste 9,7750 g

Błonnik pokarmowy 7,2990 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 1,1555 g

Sód 2 190,79053 mg

Dieta: 60 Bogatoresztkowa

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Rzodkiewka 50g, Ogórek Kwaszony 50g, Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udka drobiowe pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Marchewka z groszkiem - d 150g,

Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Pomidory Szklarniowe 50g, Papryka Świeża Czerwona 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 60 Bogatoresztkowa:

Wartość energetyczna 2 440,7903 kcal

Białko 110,32376 g

w tym białko zwierzęce 61,1600 g

Tłuszcz 95,14234 g

Węglowodany 292,4338 g

Cukry proste 56,8000 g

Błonnik pokarmowy 29,1250 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 31,9290 g

Sód 4 775,69084 mg

Dieta: 61 Papkowata

Śniadanie

Herbata, miks - śniadanie 400g *(7)

Obiad

miks - obiad 400g *(7)

Podwieczorek

Kisiel 200g, Kefir 200g *(7)

Kolacja

miks - kolacja 400g *(7)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 61 Papkowata:

Wartość energetyczna 1 531,6000 kcal

Białko 80,0600 g

w tym białko zwierzęce 58,7000 g

Tłuszcz 41,9400 g

Węglowodany 210,1000 g

Cukry proste 63,2400 g

Błonnik pokarmowy 12,9000 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 10,1800 g

Sód 445,0000 mg

Dieta: 81 Podstawowa Dorośli 2300

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyunka Gotowana

Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Rzodkiewka, Dżem Owoc. 30g, Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udka drobiowe pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Marchewka z groszkiem - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Kiełbasa Szynekowa 30g *(6), Margaryna Do Kanapek 20g, Pomidory Szklarniowe, Sałatka jarzynowa 100g *(1, 3, 9)

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 81 Podstawowa Dorośli 2300:

Wartość energetyczna 2 592,6613 kcal

Białko 110,30176 g

w tym białko zwierzęce 71,7650 g

Tłuszcz 103,95034 g

Węglowodany 313,6138 g

Cukry proste 58,5250 g

Błonnik pokarmowy 26,6550 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 9,1230 g

Sód 4 837,55084 mg

Dieta: 82 Podstawowa Dorośli 2600

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Szynek Gotowany Wieprzowa Podwędzana 60g *(6), Rzodkiewka, Dżem Owoc. 50g, Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udka drobiowe pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Marchewka z groszkiem - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 80g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Kiełbasa Szynekowa 60g *(6), Margaryna Do Kanapek 30g, Pomidory Szklarniowe, Sałatka jarzynowa 100g *(1, 3, 9)

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 82 Podstawowa Dorośli 2600:

Wartość energetyczna 3 032,6913 kcal
Białko 122,64576 g
w tym białko zwierzęce 77,4850 g
Tłuszcz 116,69234 g
Węglowodany 382,7743 g
Cukry proste 59,4450 g
Błonnik pokarmowy 31,4950 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 9,2540 g
Sód 5 652,98584 mg

Dieta: 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa jarzynowa 300g *(9), Udko drobiowe gotowane - p 160g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Marchew gotowana - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszeny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli:

Wartość energetyczna 2 425,3165 kcal
Białko 113,2987 g
w tym białko zwierzęce 64,6150 g
Tłuszcz 89,3823 g
Węglowodany 297,6264 g
Cukry proste 50,3200 g
Błonnik pokarmowy 25,2500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 17,6190 g
Sód 6 063,98652 mg

Dieta: 85 Lekkostrawna Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyńka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udko drobiowe gotowane - p 160g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Marchew gotowana - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 85 Lekkostrawna Dorośli:

Wartość energetyczna 2 381,8805 kcal

Białko 114,08986 g

w tym białko zwierzęce 61,8750 g

Tłuszcz 87,45966 g

Węglowodany 289,5892 g

Cukry proste 35,5500 g

Błonnik pokarmowy 23,0950 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 6,8430 g

Sód 5 778,33768 mg

Dieta: 86 Mielona Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyunka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Marchew gotowana mielona 100g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 86 Mielona Dorośli:

Wartość energetyczna 2 431,7300 kcal

Białko 116,53086 g

w tym białko zwierzęce 64,6750 g

Tłuszcz 85,21866 g

Węglowodany 303,6162 g

Cukry proste 51,3000 g

Błonnik pokarmowy 21,4950 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 10,5030 g

Sód 5 585,58768 mg

Dieta: 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych

węglowodanów Dorośli

Śniadanie

Kakao b/c 250g *(7), Bułka Grahamka 140g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Ogórek Kwaszony 80g, Kiwi, Pierś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10)

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udko drobiowe gotowane - p 160g, Sos beszamelowy b/c 80g *(1, 3, 7, 9), Marchew gotowana b/c 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Kompot z truskawek b/c 250g

Podwieczorek

Biszkopty B/C 50g *(1, 3), Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 30g, Papryka Świeża Czerwona 50g, Sałatka jarzynowa 100g *(1, 3, 9)

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Dorośli:

Wartość energetyczna 3 497,5310 kcal

Białko 155,24286 g

w tym białko zwierzęce 78,6000 g

Tłuszcz 126,61866 g

Węglowodany 444,0967 g

Cukry proste 30,1950 g

Błonnik pokarmowy 36,4350 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 8,0220 g

Sód 7 694,08268 mg

Dieta: 88 Wegetariańska Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Ser Żółty 80g *(7), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa jarzynowa - wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pierogi z owocem - 200 g 200g *(1, 7), Marchew gotowana - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Serek Twarogowy - Fromage 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g, Sałatka jarzynowa 100g *(1, 3, 9)

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 88 Wegetariańska Dorośli:

Wartość energetyczna 2 699,9055 kcal

Białko 99,2100 g

w tym białko zwierzęce 40,1250 g

Tłuszcz 98,4302 g

Węglowodany 359,8298 g

Cukry proste 72,4080 g

Błonnik pokarmowy 27,3300 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 32,2750 g

Sód 4 042,35268 mg

Dieta: 89 Beztłuszczowa Dorośli

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 100g *(1), Dżem Owoc. 80g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 400g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet drobiowy got. 60g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Marchew gotowana - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Jogurt Naturalny „0” % 140g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 89 Beztłuszczowa Dorośli:

Wartość energetyczna 1 660,2665 kcal

Białko 82,2510 g

w tym białko zwierzęce 42,6000 g

Tłuszcz 13,4912 g

Węglowodany 308,0410 g

Cukry proste 38,0000 g

Błonnik pokarmowy 25,3800 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 1,3520 g

Sód 3 347,88768 mg

Dieta: 90 Anoreksja Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Szyunka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Dżem Owoc. 50g

DRUGIE ŚNIADANIE

Paprykarz Wegański 62,5g *(6, 9, 10, 11), Chleb Chrupki 25g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udka drobiowe pieczone 160g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Marchewka z groszkiem - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 150g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Kiełbasa Szynkowa 80g *(6), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałatka jarzynowa 100g *(1, 3, 9)

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 90 Anoreksja Dorośli:

Wartość energetyczna 3 452,0113 kcal

Białko 129,25176 g

w tym białko zwierzęce 78,5650 g

Tłuszcz 144,53284 g

Węglowodany 415,5338 g

Cukry proste 59,8800 g

Błonnik pokarmowy 30,6575 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 45,4530 g

Sód 6 294,35084 mg

Dieta: 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Rzodkiewka 50g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Chrupki 25g, Paprykarz Wegański 62,5g *(6, 9, 10, 11), Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa jarzynowa - wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pierogi z owocem - 200 g 200g *(1, 7), Marchew gotowana - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 150g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Serek Twarogowy - Fromage 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałatka jarzynowa 100g *(1, 3, 9)

DRUGA KOLACJA

Owoc - 1 szt.

Wartości odżywcze diety 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian:

Wartość energetyczna 3 307,1555 kcal
Białko 108,3000 g
w tym białko zwierzęce 40,1250 g
Tłuszcz 131,0627 g
Węglowodany 426,3298 g
Cukry proste 73,0830 g
Błonnik pokarmowy 28,9525 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 68,5250 g
Sód 4 729,75268 mg

Dieta: 93 Bezglutenowa Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Krojony Bgl 112g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyunka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 80g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa rosół z makaronem B/GL 300g *(9), Udko drobiowe gotowane - p 160g, Sos beszamelowy b/gl b/ml 80g *(3, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Marchew gotowana - d 150g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 93 Bezglutenowa Dorośli:

Wartość energetyczna 2 182,9445 kcal
Białko 97,31536 g
w tym białko zwierzęce 61,6050 g
Tłuszcz 84,42006 g
Węglowodany 265,7702 g
Cukry proste 29,9100 g
Błonnik pokarmowy 16,9250 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 4,9170 g
Sód 4 916,60268 mg

Dieta: 95 Anoreksja Lekka Dorośli

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szyunka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGIE ŚNIADANIE

Masło Extra 20g *(7), Dżem Owoc. 60g, Chleb Chrupki 25g

Obiad

Zupa rosół z makaronem 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Udko drobiowe

gotowane - p 160g, Sos beszamelowy 80g *(1, 3, 7, 9), Marchew gotowana - d 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z truskawek 250g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 150g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Owoc - diety 1 szt.

Wartości odżywcze diety 95 Anoreksja Lekka Dorośli:

Wartość energetyczna 3 096,9305 kcal
Białko 115,25236 g
w tym białko zwierzęce 56,9550 g
Tłuszcz 127,50716 g
Węglowodany 375,7542 g
Cukry proste 37,6950 g
Błonnik pokarmowy 25,9775 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 55,0330 g
Sód 5 722,23768 mg

Poniedziałek 20-04-2026

Dieta: 01 Podstawowa Fizjo. 1000

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 40g

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Naleśniki z serem - m 150g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi - m 80g *(7), Kompot z czarnej porzeczki - m 150g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Tłusty 20g *(7), Ogórek Długi 40g, Polędwica Sopocka 30g *(6)

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 01 Podstawowa Fizjo. 1000:

Wartość energetyczna 1 391,6594 kcal

Białko 45,98255 g

w tym białko zwierzęce 10,7220 g

Tłuszcz 60,15192 g

Węglowodany 170,15439 g

Cukry proste 28,0175 g

Błonnik pokarmowy 11,78755 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 26,20885 g

Sód 1 780,3414 mg

Dieta: 02 Podstawowa Fizjo. 1400

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Ser Żółty 20g *(7), Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6)

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Naleśniki z serem - m 150g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi - m 80g *(7), Kompot z czarnej porzeczki - m 150g

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Ogórek Długi 40g, Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Polędwica Sopocka 30g *(6), Kiełki Rzodkiewki 5g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 02 Podstawowa Fizjo. 1400:

Wartość energetyczna 1 530,5196 kcal
Białko 59,10855 g
w tym białko zwierzęce 17,4220 g
Tłuszcz 78,42292 g
Węglowodany 152,94059 g
Cukry proste 33,1875 g
Błonnik pokarmowy 18,55555 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,31725 g
Sód 1 841,7174 mg

Dieta: 03 Podstawowa Fizjo. 1600

Śniadanie

Bułka Z Dynią 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Ser Żółty 20g *(7), Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6)

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Naleśniki z serem - m 150g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ogórek Długi 40g, Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Polędwica Sopocka 30g *(6), Kiełki Rzodkiewki 5g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 03 Podstawowa Fizjo. 1600:

Wartość energetyczna 1 641,0599 kcal
Białko 59,58255 g
w tym białko zwierzęce 17,4450 g
Tłuszcz 87,00192 g
Węglowodany 161,67559 g
Cukry proste 37,3295 g
Błonnik pokarmowy 19,63555 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 40,52925 g
Sód 1 959,6914 mg

Dieta: 04 Podstawowa Fizjo. 1800

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao - m 150g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Ser Żółty 20g *(7), Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6)

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Naleśniki z serem 300g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej

porzeczki - m 150g

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 20g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 40g *(6), Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Ogórek Długi 40g, Kielki Rzodkiewki 5g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 04 Podstawowa Fizjo. 1800:

Wartość energetyczna 2 063,0154 kcal

Białko 77,65205 g

w tym białko zwierzęce 23,5100 g

Tłuszcz 105,45742 g

Węglowodany 205,48109 g

Cukry proste 48,3745 g

Błonnik pokarmowy 20,76055 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 45,62375 g

Sód 2 327,4464 mg

Dieta: 05 Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Bułka Z Dynią 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7), Ser Żółty 20g *(7), Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6)

Obiad

Naleśniki z serem 300g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki - m 150g, Zupa krem z pieczonych warzyw - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(6), Ogórek Długi 40g, Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Kielki Rzodkiewki 5g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 05 Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 216,6404 kcal

Białko 85,03755 g

w tym białko zwierzęce 26,9100 g

Tłuszcz 108,85192 g

Węglowodany 228,59959 g

Cukry proste 56,1745 g

Błonnik pokarmowy 22,23055 g

Dieta: 06 Podstawowa Fizjo. 2600

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Kakao 250g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6), Masło Extra 25g *(7), Ser Żółty 40g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Naleśniki z serem 300g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 40g, Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Kiełki Rzodkiewki 5g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 06 Podstawowa Fizjo. 2600:

Wartość energetyczna 2 660,0582 kcal

Białko 104,73721 g

w tym białko zwierzęce 35,3600 g

Tłuszcz 126,29407 g

Węglowodany 280,77364 g

Cukry proste 64,9070 g

Błonnik pokarmowy 26,4994 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 55,6166 g

Sód 3 532,8040 mg

Dieta: 07 Podstawowa Fizjo. 2900

Śniadanie

Bułka Z Dynią 50g *(1), Chleb 70g *(1, 6), Masło Extra 25g *(7), Ser Żółty 40g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao 250g *(7), Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6)

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Naleśniki z serem 300g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 100g *(1), Masło Extra 25g *(7), Polędwica Sopocka 80g *(6), Ogórek Długi 40g, Twaróg Z Warzywami 40g *

(7), Kiełki Rzodkiewki 5g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 07 Podstawowa Fizjo. 2900:

Wartość energetyczna 2 862,5082 kcal

Białko 109,18721 g

w tym białko zwierzęce 35,3600 g

Tłuszcz 131,15407 g

Węglowodany 315,12364 g

Cukry proste 66,4220 g

Błonnik pokarmowy 29,9594 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 58,7066 g

Sód 3 883,5540 mg

Dieta: 09 Lekkostrawna 1400

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szynka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. 50g, Sos pietruszkowy - m 50g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Dynia gotowana - m 70g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki - m 150g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 09 Lekkostrawna 1400:

Wartość energetyczna 1 703,0445 kcal

Białko 77,0440 g

w tym białko zwierzęce 43,4350 g

Tłuszcz 52,7470 g

Węglowodany 232,5810 g

Cukry proste 43,7050 g

Błonnik pokarmowy 16,2550 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 28,3325 g

Sód 3 642,27384 mg

Dieta: 10 Lekkostrawna 1800

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka 50g *(1), Kakao 250g *(7), Masło Extra 20g *(7), Szynka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6), Twaróg Chudy 0,5% 30g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. - d 90g, Sos pietruszkowy 80g * (1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Dynia gotowana - m 70g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki - m 150g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 10 Lekkostrawna 1800:

Wartość energetyczna 2 017,9045 kcal

Białko 94,2010 g

w tym białko zwierzęce 56,3400 g

Tłuszcz 64,4190 g

Węglowodany 266,8910 g

Cukry proste 45,8700 g

Błonnik pokarmowy 18,5800 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 35,4130 g

Sód 3 868,77384 mg

Dieta: 11 Lekkostrawna 2300

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 25g *(7), Szynka Konserwowa Wieprzowa 80g *(6), Twaróg Chudy 0,5% 30g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Kakao 250g *(7)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. - d 90g, Sos pietruszkowy 80g * (1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Dynia gotowana - m 70g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 25g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 11 Lekkostrawna 2300:

Wartość energetyczna 2 457,9745 kcal

Białko 114,0220 g

w tym białko zwierzęce 64,8400 g

Tłuszcz 77,8330 g

Węglowodany 324,3440 g

Cukry proste 53,7300 g
Błonnik pokarmowy 22,4300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 43,4340 g
Sód 4 662,33384 mg

Dieta: 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao 250g *(7), Szyunka Konserwowa Wieprzowa 40g *(6)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Kurczak gotowany zmielony - m 80g, Sos pietruszkowy - m 50g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g 150g, Dynia gotowana - m 70g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki - m 150g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 13 Podstawowa Fizjo. Mielona 1400:

Wartość energetyczna 1 799,4355 kcal
Białko 80,8060 g
w tym białko zwierzęce 48,6950 g
Tłuszcz 67,2630 g
Węglowodany 221,3000 g
Cukry proste 44,1100 g
Błonnik pokarmowy 16,4050 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 31,2065 g
Sód 3 911,43384 mg

Dieta: 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Kakao 250g *(7), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 30g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Szyunka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos pietruszkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Dynia gotowana - m 70g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7),

Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 14 Podstawowa Fizjo. Mielona 1800:

Wartość energetyczna 2 163,6760 kcal
Białko 98,8020 g
w tym białko zwierzęce 61,2000 g
Tłuszcz 77,7430 g
Węglowodany 269,6340 g
Cukry proste 48,2200 g
Błonnik pokarmowy 19,6300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 35,4130 g
Sód 4 446,70384 mg

Dieta: 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 70g *(1), Kakao 250g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Chudy 0,5% 30g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g, Szyunka Konserwowa Wieprzowa 80g *(6)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos pietruszkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Dynia gotowana - m 70g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 80g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 15 Podstawowa Fizjo. Mielona 2300:

Wartość energetyczna 2 578,2760 kcal
Białko 120,2820 g
w tym białko zwierzęce 69,7000 g
Tłuszcz 83,3430 g
Węglowodany 335,8040 g
Cukry proste 54,0400 g
Błonnik pokarmowy 23,3100 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 37,4940 g
Sód 5 355,42384 mg

Dieta: 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Szyunka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. 50g, Sos pietruszkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Dynia gotowana - m 70g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Połędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 19 Z Ograniczeniem Tłuszczu:

Wartość energetyczna 1 869,5245 kcal

Białko 79,7110 g

w tym białko zwierzęce 38,4600 g

Tłuszcz 47,0940 g

Węglowodany 283,4470 g

Cukry proste 35,5900 g

Błonnik pokarmowy 20,7800 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 14,6230 g

Sód 3 961,17384 mg

Dieta: 20 Beztłuszczowa

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 50g *(1), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. - d 90g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Dynia gotowana - m 70g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny „0” % 140g *(7)

Wartości odżywcze diety 20 Beztłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 429,3670 kcal

Białko 96,9540 g

w tym białko zwierzęce 44,1400 g

Tłuszcz 8,9392 g

Węglowodany 245,3870 g

Cukry proste 34,7000 g

Błonnik pokarmowy 17,6500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 1,4170 g
Sód 3 695,19384 mg

Dieta: 21 bezmleczna

Śniadanie

Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Dżem Owoc. 30g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. - d 90g, Sos pietruszkowy b/gl b/ml 80g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Dynia gotowana - m 70g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Deser Wegański 125g *(6)

Wartości odżywcze diety 21 bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 747,7645 kcal
Białko 75,0480 g
w tym białko zwierzęce 23,0400 g
Tłuszcz 43,5260 g
Węglowodany 270,6120 g
Cukry proste 28,6500 g
Błonnik pokarmowy 19,0750 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 9,4820 g
Sód 3 615,85884 mg

Dieta: 22 Wegetariańska

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Kakao 250g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 40g, Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6), Ser Żółty 20g *(7)

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw - wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Naleśniki z serem 300g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Ogórek Długi 80g, Kiełki Rzodkiewki 5g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 22 Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 442,4082 kcal
Białko 84,59721 g
w tym białko zwierzęce 30,3600 g
Tłuszcz 109,95407 g
Węglowodany 283,78344 g
Cukry proste 64,8520 g
Błonnik pokarmowy 27,4994 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 49,2686 g
Sód 2 822,5540 mg

Dieta: 25 Niskobiałkowa

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Pku Krojony B/GI 56g *(6), Masło Extra 15g *(7), Miód Pszczeli Mały 50g, Papryka Świeża Czerwona 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa niskobiałkowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Makaron b/gI pku gotowany 150g, Dynia gotowana 100g, Brokuły gotowane - m 100g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Pku Krojony B/GI 56g *(6), Masło Extra 15g *(7), Dżem Owoc. 60g, Ogórek Długi 100g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 25 Niskobiałkowa:

Wartość energetyczna 1 664,9350 kcal
Białko 19,8980 g
w tym białko zwierzęce 5,8500 g
Tłuszcz 37,5512 g
Węglowodany 314,3750 g
Cukry proste 68,9160 g
Błonnik pokarmowy 14,0000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 21,6230 g
Sód 1 477,55384 mg

Dieta: 26 Niskokaloryczna

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 20g, Pomidory Szklarniowe 50g, Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. 50g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Sos pietruszkowy - m 50g *(1, 7, 9), Dynia gotowana 100g, Brokuły gotowane - m 100g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Ogórek Długi 80g, Kiełki Rzodkiewki 5g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 26 Niskokaloryczna:

Wartość energetyczna 1 602,7252 kcal
Białko 78,1300 g
w tym białko zwierzęce 29,8350 g
Tłuszcz 47,9830 g
Węglowodany 221,2330 g
Cukry proste 33,9950 g
Błonnik pokarmowy 27,3830 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 14,1459 g
Sód 3 631,78984 mg

Dieta: 27 Płynna

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Kakao - m 150g *(7)

Obiad

Zupa jarzynowa B/GL B/ML 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Kisiel 200g

Kolacja

Herbata 2g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 27 Płynna:

Wartość energetyczna 675,4680 kcal
Białko 30,3735 g
w tym białko zwierzęce 27,9500 g
Tłuszcz 17,9657 g
Węglowodany 101,0535 g
Cukry proste 66,0000 g
Błonnik pokarmowy 3,4800 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 11,5700 g
Sód 961,28884 mg

Dieta: 29 Wysokobiałkowa Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Kakao 250g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 30g, Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6)

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 100g *(7), Rzodkiewka 30g

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Naleśniki z serem 300g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Ogórek Długi 50g, Kiełki Rzodkiewki 5g

DRUGA KOLACJA

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7)

Wartości odżywcze diety 29 Wysokobiałkowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 336,8082 kcal
Białko 128,23721 g
w tym białko zwierzęce 39,5100 g
Tłuszcz 164,74407 g
Węglowodany 339,51404 g
Cukry proste 58,4320 g
Błonnik pokarmowy 29,8494 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 82,1696 g
Sód 4 602,8640 mg

Dieta: 30 Gastroenterologia

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 100g *(7)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. 50g, Sos pietruszkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Dynia gotowana - m 70g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 80g *(10), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 30 Gastroenterologia:

Wartość energetyczna 2 118,1245 kcal

Białko 97,2910 g

w tym białko zwierzęce 26,5600 g

Tłuszcz 82,8240 g

Węglowodany 252,3370 g

Cukry proste 31,1400 g

Błonnik pokarmowy 18,7000 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 43,4580 g

Sód 4 546,35384 mg

Dieta: 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Szynka Konserwowa Wieprzowa 80g *(6), Papryka Świeża Czerwona 80g, Sałata Szklarniowa 20g, Kakao b/c 250g *(7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 100g *(7), Rzodkiewka 50g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. - d 90g, Sos pietruszkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Dynia gotowana b/c 150g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Kiwi, Twarożek owocowy b/c 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Ogórek Kwaszony 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Sałata Szklarniowa 20g

Wartości odżywcze diety 31 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów lekkostrawna:

Wartość energetyczna 3 063,4750 kcal

Białko 144,6020 g

w tym białko zwierzęce 61,2900 g

Tłuszcz 121,9830 g

Węglowodany 350,1045 g

Cukry proste 35,9300 g

Błonnik pokarmowy 33,4500 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 71,9590 g
Sód 6 671,29384 mg

Dieta: 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Mleko got. - 100 ml 100g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Papryka Świeża Czerwona 80g, Sałata Szklarniowa 20g, Kakao b/c 250g *(7), Szynka Konserwowa Wieprzowa 80g *(6)

DRUGIE ŚNIADANIE

Herbata Expr. 1,5g, Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 100g *(7), Rzodkiewka 50g

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. - d 90g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Sos pietruszkowy 80g *(1, 7, 9), Dynia gotowana - m 70g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Kiwi, Twarożek owocowy b/c 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Ogórek Kwaszony 80g, Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Herbata Expr. 1,5g, Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 50g

Wartości odżywcze diety 32 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 3 030,8200 kcal
Białko 142,11221 g
w tym białko zwierzęce 61,4150 g
Tłuszcz 122,68707 g
Węglowodany 340,93974 g
Cukry proste 40,5320 g
Błonnik pokarmowy 33,1714 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 72,5802 g
Sód 6 702,27184 mg

Dieta: 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Bułka Grahamka 140g *(1), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Kakao b/c 250g *(7), Szynka Konserwowa Wieprzowa 80g *(6)

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 100g *(7)

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. - d 90g, Sos pietruszkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Marchew mini i brokuł got. 100g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Twarożek owocowy b/c 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Kielbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10)

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Ser Żółty 50g *(7)

Wartości odżywcze diety 33 Onkologiczna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 3 010,2195 kcal

Białko 141,31221 g

w tym białko zwierzęce 63,1150 g

Tłuszcz 122,93707 g

Węglowodany 331,52974 g

Cukry proste 38,6220 g

Błonnik pokarmowy 30,2114 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 73,3102 g

Sód 5 959,06184 mg

Dieta: 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Papryka Świeża Czerwona 80g, Sałata Szklarniowa 20g, Kakao b/c 250g *(7), Mleko got. - 100 ml 100g *(7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 100g *(7), Rzodkiewka 50g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. - d 90g, Sos pietruszkowy b/gł b/ml 80g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Dynia gotowana b/c 100g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Twarożek owocowy b/c 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Kielbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Ogórek Kwaszony 80g

DRUGA KOLACJA

Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 50g

*(7), Sałata Szklarniowa 20g, Pomidory Szklarniowe 50g

Wartości odżywcze diety 34 Bezglutenowa z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 669,0850 kcal
Białko 122,9690 g
w tym białko zwierzęce 47,4400 g
Tłuszcz 122,4130 g
Węglowodany 280,4975 g
Cukry proste 30,0500 g
Błonnik pokarmowy 16,7900 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 69,2380 g
Sód 4 835,48884 mg

Dieta: 35 Bezglutenowa

Śniadanie

Płatki Kukurydziane B/GI 50g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Dżem Owoc. 30g, Pomidory Szklarniowe 50g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. - d 90g, Sos pietruszkowy b/gl b/ml 80g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Dynia gotowana - m 70g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 35 Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 2 001,1745 kcal
Białko 83,3680 g
w tym białko zwierzęce 37,3900 g
Tłuszcz 61,0300 g
Węglowodany 287,3960 g
Cukry proste 36,8800 g
Błonnik pokarmowy 15,0000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 31,4370 g
Sód 3 450,56884 mg

Dieta: 36 Bezglutenowa Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Dżem Owoc. 30g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Sos pietruszkowy b/gl b/ml 80g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g

200g, Kompot z czarnej porzeczki 250g, Filet z indyka got. - d 90g, Dynia gotowana - m 70g, Brokuły gotowane - m 80g, Zupa krem z cukinii 300g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Kielbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Deser Wegański 125g *(6)

Wartości odżywcze diety 36 Bezglutenowa Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 611,9245 kcal

Białko 69,8580 g

w tym białko zwierzęce 23,0400 g

Tłuszcz 43,8800 g

Węglowodany 243,1360 g

Cukry proste 26,0900 g

Błonnik pokarmowy 13,5250 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 9,2120 g

Sód 3 274,81884 mg

Dieta: 38 Onkologiczna Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml 150g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Kakao 250g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 30g

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Marchew mini got. b/c 150g, Kompot z czarnej porzeczki 250g, Naleśniki z jabłkiem 210g *(1, 3, 7)

Podwieczorek

Twarożek owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Kielbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Pomidory Szklarniowe 50g, Ser Żółty 50g *(7)

DRUGA KOLACJA

Sok Pomidorowy 300g

Wartości odżywcze diety 38 Onkologiczna Podstawowa:

Wartość energetyczna 2 560,6072 kcal

Białko 99,56221 g

w tym białko zwierzęce 26,2250 g

Tłuszcz 109,07907 g

Węglowodany 305,40374 g

Cukry proste 43,4920 g

Błonnik pokarmowy 21,4294 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 47,8876 g
Sód 15 460,9840 mg

Dieta: 39 Onkologiczna Lekkostrawna

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 50g *(1), Kakao 250g *(7), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. 50g, Sos pietruszkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Marchew mini i brokuł got. 100g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 39 Onkologiczna Lekkostrawna:

Wartość energetyczna 2 043,3740 kcal
Białko 99,9220 g
w tym białko zwierzęce 32,6100 g
Tłuszcz 70,8330 g
Węglowodany 255,4740 g
Cukry proste 67,0800 g
Błonnik pokarmowy 19,0000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 40,5370 g
Sód 3 997,57384 mg

Dieta: 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 10g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. 50g, Sos pietruszkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Marchew mini i brokuł got. 100g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 10g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 40 Onkologiczna Ogr. Tłuszczu:

Wartość energetyczna 1 593,8740 kcal
Białko 74,0160 g
w tym białko zwierzęce 24,1100 g
Tłuszcz 40,3090 g
Węglowodany 235,0570 g
Cukry proste 62,4600 g
Błonnik pokarmowy 19,0000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 19,0870 g
Sód 3 827,11134 mg

Dieta: 41 Onkologiczna Mielona

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Kakao 250g *(7), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos pietruszkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Marchew gotowana mielona 100g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 41 Onkologiczna Mielona:

Wartość energetyczna 2 226,1755 kcal
Białko 111,2720 g
w tym białko zwierzęce 45,1500 g
Tłuszcz 84,3030 g
Węglowodany 261,0540 g
Cukry proste 69,5900 g
Błonnik pokarmowy 19,9900 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 40,5010 g
Sód 4 630,17384 mg

Dieta: 42 Onkologiczna Bezmleczna

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. - d 90g, Sos pietruszkowy b/gł b/ml 80g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Marchew mini i brokuł got. 100g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 20g, Kielbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 42 Onkologiczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 546,7640 kcal

Białko 73,1930 g

w tym białko zwierzęce 23,0400 g

Tłuszcz 41,0110 g

Węglowodany 222,7420 g

Cukry proste 50,1500 g

Błonnik pokarmowy 18,7500 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 9,2160 g

Sód 3 731,04634 mg

Dieta: 43 Onkologiczna Beztłuszczowa

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. 50g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Marchew mini i brokuł got. 100g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 43 Onkologiczna Beztłuszczowa:

Wartość energetyczna 1 272,6165 kcal

Białko 73,6790 g

w tym białko zwierzęce 36,4600 g

Tłuszcz 7,8642 g

Węglowodany 226,4270 g

Cukry proste 64,1700 g

Błonnik pokarmowy 17,5900 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 1,3210 g

Sód 3 460,34134 mg

Dieta: 44 Onkologiczna Wegetariańska

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Kakao 250g *(7), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6), Ser Żółty 20g *(7)

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw - wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Jajo sadzone 50g *(3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Marchew mini i brokuł got. 100g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 80g

DRUGA KOLACJA

Sok Pomidorowy 300g

Wartości odżywcze diety 44 Onkologiczna Wegetariańska:

Wartość energetyczna 2 467,6297 kcal

Białko 107,33821 g

w tym białko zwierzęce 54,6250 g

Tłuszcz 118,62707 g

Węglowodany 254,12624 g

Cukry proste 48,1420 g

Błonnik pokarmowy 23,4994 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 57,3606 g

Sód 4 049,5140 mg

Dieta: 45 Onkologiczna Bezglutenowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Płatki Kukurydziane B/Gl 50g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 50g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. - d 90g, Sos pietruszkowy b/gl b/ml 80g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Marchew mini i brokuł got. 100g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Twarożek owocowy 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 56g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Pomidory Szklarniowe 50g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 45 Onkologiczna Bezglutenowa:

Wartość energetyczna 1 928,6740 kcal
Białko 91,4980 g
w tym białko zwierzęce 31,5400 g
Tłuszcz 64,5700 g
Węglowodany 250,2960 g
Cukry proste 51,5900 g
Błonnik pokarmowy 15,3000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 35,2660 g
Sód 3 284,75884 mg

Dieta: 46 Anoreksja Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Kakao 250g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 30g, Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6)

DRUGIE ŚNIADANIE

Wafle Ryżowe 20g, Twaróg Grani 200g *(7), Dżem Owoc. 50g

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Naleśniki z serem 300g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Ogórek Długi 50g, Kiełki Rzodkiewki 5g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7)

Wartości odżywcze diety 46 Anoreksja Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 471,3082 kcal
Białko 137,41721 g
w tym białko zwierzęce 39,5100 g
Tłuszcz 168,63407 g
Węglowodany 354,45404 g
Cukry proste 58,4420 g
Błonnik pokarmowy 28,8394 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 82,1096 g
Sód 4 616,6140 mg

Dieta: 48 Anoreksja Lekka

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka 100g *(1), Kakao 250g *(7), Masło Extra 30g *(7), Szyńka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6), Dżem Owoc. 30g

DRUGIE ŚNIADANIE

Wafle Ryżowe 20g, Twaróg Grani 400g *(7)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. - d 90g, Sos pietruszkowy 80g * (1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Dynia gotowana - m 70g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 50g *(6), Twaróg Chudy 0,5% 30g *(7), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10)

Wartości odżywcze diety 48 Anoreksja Lekka:

Wartość energetyczna 3 172,7745 kcal

Białko 155,5620 g

w tym białko zwierzęce 53,8900 g

Tłuszcz 120,5130 g

Węglowodany 366,3540 g

Cukry proste 46,9700 g

Błonnik pokarmowy 22,1900 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 59,5330 g

Sód 5 818,23384 mg

Dieta: 49 Anoreksja wegetariańska

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 40g, Kakao 250g *(7), Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6), Ser Żółty 20g *(7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Wafle Ryżowe 20g, Twaróg Grani 200g *(7), Dżem Owoc. 50g

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw - wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Naleśniki z serem 300g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Masło Extra 30g *(7), Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Ogórek Długi 80g, Kiełki Rzodkiewki 5g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 15g *(7), Twaróg Tłusty 80g *(7)

Wartości odżywcze diety 49 Anoreksja wegetariańska:

Wartość energetyczna 3 310,2582 kcal
Białko 113,20721 g
w tym białko zwierzęce 24,5100 g
Tłuszcz 158,85407 g
Węglowodany 358,33344 g
Cukry proste 58,1470 g
Błonnik pokarmowy 29,3894 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 68,7586 g
Sód 3 575,2640 mg

Dieta: 50 Mukowiscydozowa Podstawowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Kakao 250g *(7), Bułka 50g *(1), Masło Extra 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 30g, Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6)

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Twaróg Grani 100g *(7), Rzodkiewka 30g

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. - d 90g, Sos pietruszkowy b/gł b/ml 80g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Dynia gotowana b/c 100g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Kielbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10), Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Ogórek Długi 50g, Kielki Rzodkiewki 5g

DRUGA KOLACJA

Chleb 50g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Ser Żółty 80g *(7)

Wartości odżywcze diety 50 Mukowiscydozowa Podstawowa:

Wartość energetyczna 3 077,9707 kcal
Białko 139,12521 g
w tym białko zwierzęce 60,1650 g
Tłuszcz 137,91007 g
Węglowodany 328,95104 g
Cukry proste 50,8520 g
Błonnik pokarmowy 31,1094 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 76,0596 g
Sód 5 808,44284 mg

Dieta: 55 Biorcy Szpiku

Śniadanie

Herbata 2g, Bułka 50g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb Kawiorek Pszenny 50g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Piersś Pieczona Z Kurczaka Bgl Bml 50g *(10)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. 50g, Sos pietruszkowy b/gl b/ml 80g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Dynia gotowana b/c 100g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Chipsy Owocowe 25g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 80g *(1), Masło Bez Laktozy 20g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10)

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 55 Biorcy Szpiku:

Wartość energetyczna 1 875,8640 kcal
Białko 78,2130 g
w tym białko zwierzęce 15,3600 g
Tłuszcz 68,4010 g
Węglowodany 238,0620 g
Cukry proste 48,7800 g
Błonnik pokarmowy 14,9700 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 35,0680 g
Sód 4 276,17634 mg

Dieta: 56 Mielona Roczna

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Szyunka Konserwowa Wieprzowa 30g *(6), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa krem z cukinii - m 200g, Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos pietruszkowy - m 50g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Dynia gotowana - m 70g, Kompot z czarnej porzeczki - m 150g, Marchew gotowana mielona 100g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Masło Extra 15g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana 40g *(6), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 56 Mielona Roczna:

Wartość energetyczna 1 312,55435 kcal
Białko 56,7330 g
w tym białko zwierzęce 33,3950 g
Tłuszcz 50,6570 g
Węglowodany 160,0380 g
Cukry proste 20,4950 g
Błonnik pokarmowy 12,4150 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 21,7335 g
Sód 2 925,68684 mg

Dieta: 57 Roczna Bezmleczna

Śniadanie

Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 30g, Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa krem z cukinii - m 200g, Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos pietruszkowy b/gl b/ml 50g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Dynia gotowana - m 70g, Kompot z czarnej porzeczki - m 150g, Marchew gotowana mielona 100g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 30g *(1), Rama - Margaryna Roślinna B/MI 15g, Kielbasa Krakowska Drobiowa Bgl 30g *(10), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Sok Jabłkowy B/C Kartonik 200g

Wartości odżywcze diety 57 Roczna Bezmleczna:

Wartość energetyczna 1 243,80435 kcal
Białko 50,2270 g
w tym białko zwierzęce 22,3200 g
Tłuszcz 39,2310 g
Węglowodany 178,2230 g
Cukry proste 34,6800 g
Błonnik pokarmowy 12,2900 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 6,6730 g
Sód 2 795,74184 mg

Dieta: 58 Dieta bezlaktozowa

Śniadanie

Bułka Z Dynią 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Szyńka Konserwowa Wieprzowa 80g *(6), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 20g, Masło Bez Laktozy 20g *(7), Mleko Bez Laktozy 250g *(7), Płatki Kukurydziane 30g *(1)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. - d 90g, Sos pietruszkowy b/gl b/ml 80g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Dynia gotowana - m 70g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Połędwica Sopocka 50g *(6), Ogórek Długi 40g, Masło Bez Laktozy 20g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Ser Żółty Bez Laktozy 30g *(7), Kielki Rzodkiewki 5g

DRUGA KOLACJA

Deser Wegański 125g *(6)

Wartości odżywcze diety 58 Dieta bezlaktozowa:

Wartość energetyczna 2 067,5645 kcal
Białko 97,2080 g
w tym białko zwierzęce 36,6400 g
Tłuszcz 74,2110 g
Węglowodany 255,0520 g
Cukry proste 41,6600 g
Błonnik pokarmowy 24,5250 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 34,8950 g
Sód 4 682,70884 mg

Dieta: 59 Roczna Mieszana Obiad

Obiad

Zupa krem z cukinii - m 200g, Kurczak gotowany zmielony - m 60g, Sos pietruszkowy - m 50g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 100g 100g, Dynia gotowana - m 70g, Kompot z czarnej porzeczki - m 150g, Marchew gotowana mielona 100g

Wartości odżywcze diety 59 Roczna Mieszana Obiad:

Wartość energetyczna 543,15435 kcal
Białko 31,1830 g
w tym białko zwierzęce 22,4450 g
Tłuszcz 18,1570 g
Węglowodany 67,1580 g
Cukry proste 10,7550 g
Błonnik pokarmowy 9,0550 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 1,5985 g
Sód 2 011,87684 mg

Dieta: 60 Bogatoresztkowa

Śniadanie

Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Kakao 250g *(7), Chleb Razowy 30g *(1), Masło Extra 20g *(7), Szynea Konserwowa Wieprzowa 50g *(6), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 40g, Ser Żółty 20g *(7)

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Naleśniki z serem 300g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Dynia gotowana - m 70g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 100g *(1), Masło Extra 20g *(7), Połudwica Sopocka 50g *(6), Ogórek Długi 40g, Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Z Warzywami 40g *(7), Kielki Rzodkiewki 5g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 60 Bogatoresztkowa:

Wartość energetyczna 2 515,9485 kcal
Białko 96,35121 g
w tym białko zwierzęce 38,8600 g
Tłuszcz 105,88807 g
Węglowodany 291,21744 g
Cukry proste 70,6320 g
Błonnik pokarmowy 26,5014 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 49,2042 g
Sód 3 725,6080 mg

Dieta: 61 Papkowata

Śniadanie

miks - śniadanie 400g *(7)

Obiad

miks - obiad 400g *(7)

Podwieczorek

Kisiel 200g

Kolacja

miks - kolacja 400g *(7)

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 61 Papkowata:

Wartość energetyczna 1 430,6000 kcal
Białko 78,8100 g
w tym białko zwierzęce 64,5500 g
Tłuszcz 42,4400 g
Węglowodany 187,8500 g
Cukry proste 48,7900 g
Błonnik pokarmowy 12,5000 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 11,9800 g
Sód 493,0500 mg

Dieta: 81 Podstawowa Dorośli 2300

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Sałata Szklarniowa 20g, Kawa mleczna 250g *(7), Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6)

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki 250g, Naleśniki z dżemem 300g *(1, 3, 7)

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 30g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Ogórek Kwaszony 40g, Twaróg Z Warzywami 30g *(7), Kiełbaski Śląskie Delikatesowe 80g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 81 Podstawowa Dorośli 2300:

Wartość energetyczna 2 313,4582 kcal
Białko 76,63721 g
w tym białko zwierzęce 38,3800 g
Tłuszcz 96,97907 g
Węglowodany 285,41324 g
Cukry proste 59,4620 g
Błonnik pokarmowy 24,5994 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 16,3866 g
Sód 3 412,8640 mg

Dieta: 82 Podstawowa Dorośli 2600

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Sałata Szklarniowa 20g, Kawa mleczna - d 350g *(7), Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6)

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki 250g, Naleśniki z dżemem 300g *(1, 3, 7)

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 80g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 30g, Ogórek Kwaszony 40g, Twaróg Z Warzywami 50g *(7), Kiełbaski Śląskie Delikatesowe 80g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 82 Podstawowa Dorośli 2600:

Wartość energetyczna 2 637,1582 kcal
Białko 86,59321 g

w tym białko zwierzęce 41,7800 g
Tłuszcz 108,33307 g
Węglowodany 328,56324 g
Cukry proste 66,7220 g
Błonnik pokarmowy 27,7894 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 19,6466 g
Sód 3 846,8460 mg

Dieta: 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli

Śniadanie

Bułka 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 15g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 40g, Kawa mleczna 250g *(7), Kakao - m 150g *(7)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. - d 90g, Sos pietruszkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Dynia gotowana - m 70g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 15g, Sałata Szklarniowa 20g, Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 50g *(10)

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 84 Z Ograniczeniem Tłuszczu Dorośli:

Wartość energetyczna 2 013,9495 kcal
Białko 98,2265 g
w tym białko zwierzęce 41,0400 g
Tłuszcz 49,3485 g
Węglowodany 295,5255 g
Cukry proste 47,0800 g
Błonnik pokarmowy 19,7300 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 10,6030 g
Sód 4 347,27884 mg

Dieta: 85 Lekkostrawna Dorośli

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Pomidory Szklarniowe 40g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Kawa mleczna 250g *(7)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. - d 90g, Sos pietruszkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Dynia gotowana - m 70g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g,

Salata Szklarniowa 20g, Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 80g *(10)

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 85 Lekkostrawna Dorośli:

Wartość energetyczna 2 168,0745 kcal

Białko 108,0220 g

w tym białko zwierzęce 44,4400 g

Tłuszcz 58,5030 g

Węglowodany 303,7640 g

Cukry proste 54,2800 g

Błonnik pokarmowy 19,7300 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 12,1030 g

Sód 4 659,72384 mg

Dieta: 86 Mielona Dorośli

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyunka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 40g, Kawa mleczna 250g *(7)

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Kurczak gotowany zmielony 80g, Sos pietruszkowy 80g *(1, 7, 9), Dynia gotowana - m 70g, Kompot z czarnej porzeczki 250g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Brokuły gotowane - m 100g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Salata Szklarniowa 20g, Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 80g *(10)

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 86 Mielona Dorośli:

Wartość energetyczna 2 304,2760 kcal

Białko 112,8820 g

w tym białko zwierzęce 49,3000 g

Tłuszcz 71,6130 g

Węglowodany 303,7640 g

Cukry proste 54,2800 g

Błonnik pokarmowy 19,7300 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 12,1030 g

Sód 5 276,19384 mg

Dieta: 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Dorośli

Śniadanie

Bułka Grahamka 140g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Salata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 20g, Kakao b/c 250g *(7), Kawa mleczna b/c

250g *(7), Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g

DRUGIE ŚNIADANIE

Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Grani 100g *(7), Rzodkiewka 50g

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. - d 90g, Sos pietruszkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 300g 300g, Dynia gotowana b/c 150g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki b/c 250g

Podwieczorek

Twarożek owocowy b/c 150g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 100g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Ogórek Długi 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 80g *(10), Kiełki Rzodkiewki 5g

DRUGA KOLACJA

Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Ser Żółty 80g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g

Wartości odżywcze diety 87 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów Dorośli:

Wartość energetyczna 3 102,2307 kcal
Białko 164,68821 g
w tym białko zwierzęce 58,7150 g
Tłuszcz 118,00807 g
Węglowodany 348,14604 g
Cukry proste 45,2720 g
Błonnik pokarmowy 32,4694 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 31,5596 g
Sód 6 470,39784 mg

Dieta: 88 Wegetariańska Dorośli

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Chleb 50g *(1, 6), Margaryna Do Kanapek 20g, Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 20g, Kawa mleczna 250g *(7), Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6), Ser Żółty 20g *(7)

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw - wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Naleśniki z dżemem 300g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Margaryna Do Kanapek 20g, Twaróg Z Warzywami 100g *(7), Ogórek Długi 100g, Kiełki Rzodkiewki 5g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 88 Wegetariańska Dorośli:

Wartość energetyczna 2 465,0082 kcal
Białko 77,90721 g
w tym białko zwierzęce 28,6600 g
Tłuszcz 101,18407 g
Węglowodany 312,38344 g
Cukry proste 62,3820 g
Błonnik pokarmowy 27,1994 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 25,6246 g
Sód 2 763,0640 mg

Dieta: 89 Beztłuszczowa Dorośli

Śniadanie

Mleko got. 0 % 250g *(7), Bułka 100g *(1), Szynka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa beztłuszczowa 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Filet z indyka got. - d 90g, Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Dynia gotowana 100g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Twaróg Chudy 0,5% 80g *(7)

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny „0” % 140g *(7), Deser Wegański 125g *(6)

Wartości odżywcze diety 89 Beztłuszczowa Dorośli:

Wartość energetyczna 1 709,0175 kcal
Białko 105,5940 g
w tym białko zwierzęce 44,1400 g
Tłuszcz 12,6492 g
Węglowodany 297,6470 g
Cukry proste 51,4100 g
Błonnik pokarmowy 19,3050 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 1,9730 g
Sód 4 123,89384 mg

Dieta: 90 Anoreksja Dorośli

Śniadanie

Bułka Z Dynią 50g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Kakao 250g *(7), Papryka Świeża Czerwona 20g, Kawa mleczna 250g *(7), Pasta z tofu i buraka - d 80g *(6)

DRUGIE ŚNIADANIE

Twaróg Grani 200g *(7), Wafle Ryżowe 20g, Dżem Owoc. 50g

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Naleśniki z dżemem 300g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 150g *(1, 6), Masło Extra 20g *(7), Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 80g *(10), Ogórek Długi 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Kiełki Rzodkiewki 5g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 90 Anoreksja Dorośli:

Wartość energetyczna 3 033,4082 kcal

Białko 106,88721 g

w tym białko zwierzęce 23,6600 g

Tłuszcz 116,00407 g

Węglowodany 391,09324 g

Cukry proste 59,8920 g

Błonnik pokarmowy 28,6294 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 44,3496 g

Sód 4 198,8340 mg

Dieta: 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian

Śniadanie

Kakao 250g *(7), Bułka Z Dynią 50g *(1), Bułka 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Miód Pszczeli Mały 50g, Twaróg Tłusty 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Papryka Świeża Czerwona 20g, Kawa mleczna 250g *(7), Ser Żółty 20g *(7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Twaróg Grani 200g *(7), Wafle Ryżowe 20g, Dżem Owoc. 50g

Obiad

Zupa krem z pieczonych warzyw - wege 300g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Naleśniki z dżemem 300g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi 100g *(7), Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Kolorowe talarki warzywne 100g

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 50g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło Extra 30g *(7), Twaróg Z Warzywami 100g *(7), Ogórek Długi 100g, Kiełki Rzodkiewki 5g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 91 Anoreksja Dorośli Wegetarian:

Wartość energetyczna 3 276,9480 kcal
Białko 98,14121 g
w tym białko zwierzęce 28,6600 g
Tłuszcz 140,37807 g
Węglowodany 403,11744 g
Cukry proste 103,8220 g
Błonnik pokarmowy 24,6714 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 60,8722 g
Sód 3 167,2080 mg

Dieta: 93 Bezglutenowa Dorośli

Śniadanie

Płatki Kukurydziane B/GI 50g, Chleb Krojony Bgl 112g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Margaryna Do Kanapek 20g, Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 50g, Dżem Owoc. 30g, Mleko got. - 250 ml 250g *(7), Pomidory Szklarniowe 40g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Filet z indyka got. - d 90g, Sos pietruszkowy b/gl b/ml 80g *(9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Dynia gotowana - m 70g, Brokuły gotowane - m 80g, Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Krojony Bgl 112g *(3, 5, 6, 7, 8, 11), Margaryna Do Kanapek 20g, Kiełbasa Krakowska Drobiowa Bgl 80g *(10), Sałata Szklarniowa 20g

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 93 Bezglutenowa Dorośli:

Wartość energetyczna 2 187,7345 kcal
Białko 84,5780 g
w tym białko zwierzęce 37,3900 g
Tłuszcz 55,3440 g
Węglowodany 345,7700 g
Cukry proste 36,2000 g
Błonnik pokarmowy 14,8800 g
Nasycone kwasy tłuszczowe 7,2520 g
Sód 3 435,32884 mg

Dieta: 95 Anoreksja Lekka Dorośli

Śniadanie

Bułka 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Szyńka Z Piersi Indyka Bgl 80g, Kakao 250g *(7), Pomidory Szklarniowe 50g, Kawa mleczna 250g *(7)

DRUGIE ŚNIADANIE

Twaróg Grani 200g *(7), Wafle Ryżowe 20g, Dżem Owoc. 50g

Obiad

Zupa krem z cukinii 300g, Sos pietruszkowy 80g *(1, 7, 9), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 200g 200g, Kompot z czarnej porzeczki 250g, Filet z

indyka got. - d 90g, Dynia gotowana - m 70g, Brokuły gotowane - m 80g

Podwieczorek

Owoc - diety

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Kawiorek Pszenny 100g *(1), Masło Extra 30g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Kielbasa Krakowska Drobiowa Bgl 80g *(10)

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety 95 Anoreksja Lekka Dorośli:

Wartość energetyczna 2 815,2745 kcal

Białko 132,4820 g

w tym białko zwierzęce 44,4400 g

Tłuszcz 96,3230 g

Węglowodany 355,7240 g

Cukry proste 55,1000 g

Błonnik pokarmowy 20,5900 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 48,2480 g

Sód 5 209,27384 mg

.....
sporządził

/Figiel Mateusz/

.....
zatwierdził

** Sposób obróbki potrawy

* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

1	Gluten	2	Skorupiaki	3	Jaja (jadalne)
4	Ryba	5	Orzeszki ziemne	6	Białko sojowe
7	Białko mleka krowiego	8	Orzechy i nasiona	9	Seler
10	Musztarda/gorczyca	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza	P15	Albumina
P16	Ananas	P17	Arbuz	P18	Aspartam
P19	Banan	P20	Białko jaja kurzego	P21	Borówka
P22	Bób	P23	Brzoskwinia	P24	Cebula
P25	Cynamon	P26	Cytrynian	P27	Czekolada
P28	Czosnek	P29	Dodatek do żywności	P30	Dorsz
P31	Drób	P32	Figi	P33	Gałka muszkatołowa
P34	Glutaminian	P35	Goździk	P36	Grzyb
P37	Homar	P38	Imbir	P39	Jabłko
P40	Kalmar	P41	Kokos	P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab	P44	Krewetki	P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego	P47	Laktoza	P48	Maliny
P49	Małże	P50	Marchew	P51	Mątwą
P52	Melon	P53	Mięso	P54	Mięso czerwone
P55	Migdał	P56	Nabiał	P57	Nasiona
P58	Olej rybi	P59	Olejek migdałowy	P60	Orzech
P61	Orzech laskowy	P62	Orzech nerkowca	P63	Orzech włoski - orzech
P64	Orzeszki piniowe	P65	Ostryga	P66	Ośmiornica
P67	Owies	P68	Owoc	P69	Owoc cytrusowy
P70	Owoc kiwi	P71	Owoc mango	P72	Papryka
P73	Pistacja	P74	Pomarańcza - owoc	P75	Pomidor
P76	Pszenica	P77	Ryż	P78	Ser
P79	Skorupiak morski	P80	Sok jabłkowy	P81	Truskawka
P82	Tuńczyk	P83	Warzywa strączkowe	P84	Wieprzowina

P85 Wiśnia
P88 Ziemniak
P91 Żywność na bazie mleka
ssaków

P86 Zboża
P89 Zioła i przyprawy

P87 Ziarna soi
P90 Żyto

II_CZY_WK T

DRUKUJ_WO D

WARTOSC_KCAL_POS N