

DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWO STRAWNA	DIETA ŁATWO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI	
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	[g]
250	250	250	250	250	250
Zupa mleczna z kaszą manną (GLU, MLE)	Zupa mleczna z kaszą manną (GLU, MLE)	Zupa mleczna z kaszą manną (GLU, MLE)	Zupa mleczna z płatkami gryczanymi (MLE)	Zupa mleczna z kaszą manną (GLU, MLE)	250
Kawa zbożowa (GLU, MLE)	Kawa zbożowa (GLU, MLE)	Kawa zbożowa (GLU, MLE)	Kawa zbożowa (GLU, MLE)	Kawa zbożowa (GLU, MLE)	250
Chleb razowy (GLU)	Chleb jasny (GLU)	Chleb jasny (GLU)	Chleb razowy (GLU)	Chleb pszenny bez skórek (GLU)	120
Chleb jasny (GLU)	Masło (MLE)	Masło (MLE)	Masło (MLE)	Twarożek z ziołami, masłem i warzywami	160
Masło (MLE)	Twarożek z ziołami (MLE)	Twarożek z ziołami (MLE)	Twarożek z ziołami (MLE)	90 (MLE)	90
Twarożek z rzodkiewką (MLE)	Pomidor	Pomidor	Pomidor	60	60
Rzodkiewka	Salata lodowa	Salata lodowa	Salata lodowa	Salata lodowa	20
Pomidor	50	50	Rzodkiewka	20	20
Salata lodowa	10	10			
<b>II ŚNIADANIE</b>	<b>II ŚNIADANIE</b>	<b>II ŚNIADANIE</b>	<b>II ŚNIADANIE</b>	<b>II ŚNIADANIE</b>	
Serek homogenizowany (MLE)	Serek homogenizowany (MLE)	Serek homogenizowany (MLE)	Serek homogenizowany naturalny (MLE)	Serek homogenizowany (MLE)	140
Wafle ryżowe	30 Wafle ryżowe	30 Wafle ryżowe	30 Orzech włoski	15 Banan	100
<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	
300	300	300	300	250	300
Kluski na parze z koktajlem owoc. (GLU, JAJ, MLE)	Kluski na parze z koktajlem owoc. (GLU, JAJ, MLE)	Kluski na parze z koktajlem owoc. (GLU, JAJ, MLE)	Makaron al dente z owocem + jog nat (GLU, JAJ, MLE)	Kluski na parze z koktajlem owoc. (GLU, JAJ, MLE)	180
Kompot	Kompot	Kompot	Kompot bez cukru	Kompot	200
<b>PODWIECZOREK</b>	<b>PODWIECZOREK</b>	<b>PODWIECZOREK</b>	<b>PODWIECZOREK</b>	<b>PODWIECZOREK</b>	
Jabłko	Jabłko pieczone	Jabłko pieczone	Jabłko	Jabłko pieczone	150
Marchewka / kalarepa	100	100	Marchewka / kalarepa	100	100
<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>	
250	250	250	250	250	250
Herbata	Herbata	Herbata	Herbata	Herbata	120
Chleb graham (GLU)	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU)	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU)	Chleb razowy (GLU)	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU)	180
Masło (MLE)	Masło (MLE)	Masło (MLE)	Masło (MLE)	Pasta z jajka i warzyw (JAJ)	100
Pasztet pieczony (GLU, JAJ, MLE)	Jaja gotowane (JAJ)	Jaja gotowane (JAJ)	Jaja gotowane (JAJ)	60	60
Jaja gotowane (JAJ)	Pomidor	Pomidor	Pomidor	20	20
Ogórek zielony	Salata	Salata	Salata	Salata	40
Salata	20	20	Ogórek zielony	40	40
Papryka świeża	20	20			
Kcal: 2174,78	Kcal: 2122,67	Kcal: 2032,67	Kcal: 2187,67	Kcal: 2130,67	
B: 81,35 g	B: 78,55 g	B: 78,55 g	B: 80,75 g	B: 78,55 g	
T: 73,46 g	T: 69,46 g	T: 59,46 g	T: 74,46 g	T: 69,46 g	
W tym nasycone KT: 31,92 g	W tym nasycone KT: 29,42 g	W tym nasycone KT: 19,42 g	W tym nasycone KT: 29,42 g	W tym nasycone KT: 29,42 g	
W: 297,06 g	W: 297,06 g	W: 297,06 g	W: 295,06 g	W: 299,06 g	
W tym cukry: 56,52 g	W tym cukry: 56,52 g	W tym cukry: 56,52 g	W tym cukry: 45,52 g	W tym cukry: 58,52 g	
Błonnik: 24,89	Błonnik: 22,17	Błonnik: 22,17	Błonnik: 32,19	Błonnik: 22,17	
Sól: 6,33 g	Sól: 6,33 g	Sól: 6,33 g	Sól: 6,33 g	Sól: 6,33 g	