

Ndz. 27.04		DIETA PODSTAWOWA	DIETA PODSTAWOWA DLA POŁOŻNICTWA I PEDIATRII	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA ŁATWO STRAWNA
	ŚNIADANIE	PŁATKI RYŻOWE NA MLEKU Składniki: Mleko krowie 2% (300ml), płatki ryżowe (45g) KANAPKA Z WĘDLINĄ I SEREM ŻÓŁTYM Składniki: Chleb pszemno- żytni (110g), pomidor (65g), ser żółty (mleko) (25g), polędwica sopocka (40g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)	PŁATKI RYŻOWE NA MLEKU Składniki: Mleko krowie 2% (300ml), płatki ryżowe (45g) KANAPKA Z WĘDLINĄ I SEREM ŻÓŁTYM Składniki: Chleb pszemno- żytni (110g), pomidor (65g), ser żółty (mleko) (25g), polędwica sopocka (40g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)	PŁATKI RYŻOWE Z JOGURTEM NATURALNYM Składniki: Jogurt naturalny (mleko) (150g), płatki ryżowy (45g) KANAPKA Z WĘDLINĄ I I SEREM ŻÓŁTYM Składniki: Chleb pełnoziarnisty (110g), pomidor (65g), ser żółty (mleko) (25g), polędwica sopocka (40g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata bez cukru (250ml)	PŁATKI RYŻOWE NA MLEKU Składniki: Mleko krowie 2% (300ml), płatki ryżowe (45g) KANAPKA Z WĘDLINĄ I SERKIEM HOMOGENIZOWANYM Składniki: Chleb pszenny (110g), pomidor (65g), serek homogenizowany (mleko) (60g), polędwica sopocka (40g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)
	II ŚNIADANIE		BUDYŃ CZEKOLADOWY Składniki: Mleko (150g), cukier (5g), skrobia ziemniaczana (5g), kakao (5g)	BUDYŃ CZEKOLADOWY Składniki: Mleko (150g), skrobia ziemniaczana (5g), kakao (5g) Pieczywo żytnie (25g)	
	OBIAD	ZUPA ZACIERKOWA Składniki: Woda (250g), marchew (45g), kurczak porcja rosółowa (40g), pietruszka korzeń (20g), seler korzeniowy (20g), por (10g), jaja kurze całe (10g), maka pszenna, typ 450 (20g), natka pietruszki (3g), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie FILET Z KURCZAKA PAROWANY Z SOSEM PIETRUSZKOWYM PODANY Z KASZĄ JĘCZMIENNĄ I FASOLKĄ SZPARAGOWĄ Składniki:	ZUPA ZACIERKOWA Składniki: Woda (250g), marchew (45g), kurczak porcja rosółowa (40g), pietruszka korzeń (20g), seler korzeniowy (20g), por (10g), jaja kurze całe (10g), maka pszenna, typ 450 (20g), natka pietruszki (3g), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie FILET Z KURCZAKA PAROWANY Z SOSEM PIETRUSZKOWYM PODANY Z KASZĄ JĘCZMIENNĄ I FASOLKĄ SZPARAGOWĄ Składniki:	ZUPA ZACIERKOWA Składniki: Woda (250g), marchew (45g), kurczak porcja rosółowa (40g), pietruszka korzeń (20g), seler korzeniowy (20g), por (10g), jaja kurze całe (10g), maka pszenna, typ 450 (20g), natka pietruszki (3g), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie FILET Z KURCZAKA PAROWANY Z SOSEM PIETRUSZKOWYM PODANY Z KASZĄ JĘCZMIENNĄ I FASOLKĄ SZPARAGOWĄ Składniki:	ZUPA ZACIERKOWA Składniki: Woda (250g), marchew (45g), kurczak porcja rosółowa (40g), pietruszka korzeń (20g), seler korzeniowy (20g), por (10g), jaja kurze całe (10g), maka pszenna, typ 450 (20g), natka pietruszki (3g), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie FILET Z KURCZAKA PAROWANY Z SOSEM PIETRUSZKOWYM PODANY Z KASZĄ JĘCZMIENNĄ I FASOLKĄ SZPARAGOWĄ Składniki:

		Filet z kurczaka (100g), jogurt naturalny 2% tł. (80g) olej rzepakowy, sól, pieprz Kasza jęczmienna (200g), Fasolka szparagowa gotowana (150g) Kompot wieloowocowy (250ml)	Filet z kurczaka (100g), jogurt naturalny 2% tł. (80g) olej rzepakowy, sól, pieprz Kasza jęczmienna (200g), Fasolka szparagowa gotowana (150g) Kompot wieloowocowy (250ml)	Filet z kurczaka (100g), jogurt naturalny 2% tł. (80g) olej rzepakowy, sól, pieprz Kasza jęczmienna (200g), Fasolka szparagowa gotowana (150g) Kompot wieloowocowy bez cukru (250ml)	Filet z kurczaka (100g), jogurt naturalny 2% tł. (80g) olej rzepakowy, sól, pieprz Kasza jęczmienna (200g), Fasolka szparagowa gotowana (150g) Kompot wieloowocowy (250ml)
	PODWIECZOREK	Jabłko (150g)	Jabłko (150g)	Jabłko (150g)	Jabłko pieczone (150g)
	KOLACJA+PN	KANAPKI Z SZYNKĄ I PASTĄ Z SOCZEWICY Składniki: Chleb pszenno-żytni (90g), ogórek (60g), pasta z czerwonej soczewicy (40g), szynka wieprzowa (40g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)	KANAPKI Z SZYNKĄ I PASTĄ Z SOCZEWICY Składniki: Chleb pszenno-żytni (90g), ogórek (60g), pasta z czerwonej soczewicy (40g), szynka wieprzowa (40g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)	KANAPKI Z SZYNKĄ I PASTĄ Z SOCZEWICY Składniki: Chleb pełnoziarnisty (90g), ogórek (60g), pasta z czerwonej soczewicy (40g), szynka wieprzowa (40g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata bez cukru (250ml)	KANAPKI Z WĘDLINAMI Składniki: Chleb pszenny (90g), pomidor (65g), wędlina drobiowa gotowana (40g), szynka wieprzowa (40g), sałata (15g), masło ekstra (mleko) (15g) Herbata (250ml)
	II KOLACJA			Chleb pełnoziarnisty (30g), wędlina drobiowa gotowana (25g), rzodkiewka (30g)	
		Energia: 2236 kcal Tłuszcz: 61 gGlukoza: 13g NKT ogółem: 25g Białko: 101g Węglowodany:322 gBłonnik:36g Sól: 4,3g	Energia: 2457 kcal Tłuszcz: 69 gGlukoza: 13g NKT ogółem: 25g Białko: 109g Węglowodany:350 gBłonnik:38g Sól: 4,3g	Energia: 2313 kcal Tłuszcz: 69 g Glukoza: 13g NKT ogółem: 25g Białko: 101g Węglowodany:32 2gBłonnik:38g Sól: 4,3g	Energia: 2236 kcal Tłuszcz: 69g Glukoza: 7g NKT ogółem: 28g Białko: 103g Węglowodany:26 7gBłonnik:24g Sól: 4,8g