

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-02-26 poniedziałek	Podstawowa	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por kielbasa żywiecka 60 g Sok mix 1 szt jogurt naturalny mały 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g sałata zielona (f) 10 g Polędwica z pasieki 15 g	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml Makaron Carbonare 300 Por Sałatka z rukoli 80 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g filet wędzony z ind. 15 g rukola(f) 1 g	Zestaw herbata ogólna 1 Por Kaszanka na gorąco z cebulą 150 g ogórek kiszony(f) 100 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 826,9 Białko ogółem [g] 108,6 Tłuszcz [g] 111,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7 Węglowodany ogółem [g] 362,7 suma cukrów prostych [g] 62,7 Sól [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	Łatwo strawna	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por kielbasa żywiecka 60 g Sok mix 1 szt jogurt naturalny mały 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g sałata zielona (f) 10 g Polędwica z pasieki 15 g	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml Kopytka 250 g Sos szpinakowy 80 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Sałatka z pomidora 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g filet wędzony z ind. 15 g rukola(f) 1 g	Zestaw herbata dieta 1 Por kielbasa krakowska 60 g jaja 50 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 460,2 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 68,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 379,9 suma cukrów prostych [g] 70,6 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,4
	Kleikowa	Kleik z kaszy kukurydzianej 300 ml		Kleik z kaszy manny 300 ml		Kleik z ryżu 300 ml		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 594,6 Białko ogółem [g] 12,1 Tłuszcz [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 Węglowodany ogółem [g] 133,2 suma cukrów prostych [g] 30,9 Sól [g] 0,9 Błonnik pokarmowy [g] 4,9
	Papkowata	Papka- kasza kukurydziana na mleku 400 Por	Papka- bulion z mięsem 450 Por	Papka- jarzynowa z mięsem 450 Por	Papka- kasza manna/ ml 400 Por	Papka- ryż/ ml 450 Por		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 763,6 Białko ogółem [g] 87,3 Tłuszcz [g] 82,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 173,1 suma cukrów prostych [g] 58,1 Sól [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] 8,2

2024-02-26 poniedziałek	Płynna	Zupa bulion z ryżem, mięsem i żółtkiem 250 g	Ryż /ml VIII 250ml 250 ml	Zupa bulion z ryżem z żółtkiem 250ml 250 ml	Zupa jarzynowa płynna 250 ml	Zupa krupnik z żółtkiem VII 300ml 300 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 634,3 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 185,2 suma cukrów prostych [g] 23,9 Sól [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] 16,4
	Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por kielbasa żywiecka 60 g Sok mix 1 szt jogurt naturalny mały 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g sałata zielona (f) 10 g Polędwica z pasieki 15 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml Kopytka 250 g Sos szpinakowy 80 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Sałatka z pomidora 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g filet wędzony z ind. 15 g rukola(f) 1 g	Zestaw herbata dieta 1 Por kielbasa krakowska 60 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 334,7 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 62,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Węglowodany ogółem [g] 369,3 suma cukrów prostych [g] 68,9 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
	Bezmleczna	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por kielbasa żywiecka 60 g Sok mix 1 szt	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g sałata zielona (f) 10 g Polędwica z pasieki 15 g	Zupa ryżanka 450 ml Udko gotowane 280 g Marchew z groszkiem 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g filet wędzony z ind. 15 g rukola(f) 1 g	Zestaw herbata dieta 1 Por kielbasa krakowska 60 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 528,6 Białko ogółem [g] 133 Tłuszcz [g] 94,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 Węglowodany ogółem [g] 301 suma cukrów prostych [g] 59,9 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por kielbasa żywiecka 60 g Sok mix 1 szt jogurt naturalny mały 150 g	margaryna śniad. 5 g chleb razowy żytni 500g 30 g sałata zielona (f) 10 g Polędwica z pasieki 15 g	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml Kopytka 250 g Sos szpinakowy 80 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Sałatka z pomidora 150 g	margaryna śniad. 5 g chleb razowy żytni 500g 30 g filet wędzony z ind. 15 g rukola(f) 1 g	Zestaw herbata ogólna 1 Por kielbasa krakowska 60 g jaja 50 g	margaryna śniad. 5 g chleb razowy żytni 500g 30 g Bekon z indyka 15 g

2024-02-26 poniedziałek	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielnie soku żołądkowego	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por kielbasa żywiecka 60 g Sok mix 1 szt jogurt naturalny mały 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g sałata zielona (f) 10 g Polędwica z pasieki 15 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml Kopytka 250 g Sos szpinakowy 80 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Sałatka z pomidora 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g filet wędzony z ind. 15 g rukola(f) 1 g	Zestaw herbata dieta 1 Por kielbasa krakowska 60 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 334,7 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 62,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Węglowodany ogółem [g] 369,3 suma cukrów prostych [g] 68,9 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por kielbasa żywiecka 60 g Sok mix 1 szt jogurt naturalny mały 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g sałata zielona (f) 10 g Polędwica z pasieki 15 g	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml Kopytka 250 g Sos szpinakowy 80 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Sałatka z pomidora 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g filet wędzony z ind. 15 g rukola(f) 1 g	Zestaw herbata dieta 1 Por kielbasa krakowska 60 g jaja 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 460,2 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 68,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 379,9 suma cukrów prostych [g] 70,6 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,4