

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-02-27 wtorek	Podstawowa	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml Zestaw herbata ogólna 1 Por pasztet dr. 80 g szpinak świeży (f) 10 g	Kielki 1 g pomidor (f) 10 g kielbasa krakowska 15 g margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g	Zupa pomidorowa z zacierką 450 ml Schab pieczony w sosie własnym 180 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Buraczki na zimno z chrzanem 1 Por	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g sałata zielona (f) 10 g ogórek kiszony(f) 10 g Polędwica z pasieki 15 g	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por mielonka tyrolska 60 g banan 200 g Sok mix 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 840,1 Białko ogółem [g] 128,9 Tłuszcz [g] 97,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,2 Węglowodany ogółem [g] 377,9 suma cukrów prostych [g] 122,1 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,5	
	Łatwo strawna	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml Zestaw herbata dieta 1 Por pasztet dr. 80 g szpinak świeży (f) 10 g	tomato (f) 10 g kielbasa krakowska 15 g margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g	Zupa pomidorowa z zacierką 450 ml Schab gotowany w sosie własnym 160 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Buraczki na zimno 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g sałata zielona (f) 10 g Polędwica z pasieki 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por mielonka tyrolska 60 g banan 200 g Sok mix 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 846 Białko ogółem [g] 124,3 Tłuszcz [g] 88,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Węglowodany ogółem [g] 403,5 suma cukrów prostych [g] 128,4 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,6	
	Kleikowa	Kleik z kaszy kukurydzianej 300 ml		Kleik z kaszy manny 300 ml		Kleik z ryżu 300 ml			Wartość energetyczna[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] 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

2024-02-27 wtorek	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	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml Zestaw herbata dieta 1 Por pasztet dr. 80 g szpinak świeży (f) 10 g	pomidor (f) 10 g kielbasa krakowska 15 g margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g	Zupa pomidorowa z zacierką 450 ml Schab gotowany w sosie własnym 160 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Buraczki na zimno 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g sałata zielona (f) 10 g Polędwica z pasieki 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por mielonka tyrolska 60 g banan 200 g Sok mix 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 846 Białko ogółem [g] 124,3 Tłuszcz [g] 88,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Węglowodany ogółem [g] 403,5 suma cukrów prostych [g] 128,4 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,6
	Bezmleczna	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml Zestaw herbata dieta 1 Por pasztet dr. 80 g szpinak świeży (f) 10 g	pomidor (f) 10 g kielbasa krakowska 15 g margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g	Zupa ryżanka 450 ml Udko gotowane 280 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Marchew gotowana 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g sałata zielona (f) 10 g Polędwica z pasieki 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por mielonka tyrolska 60 g banan 200 g Sok mix 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 114,4 Białko ogółem [g] 146,7 Tłuszcz [g] 117,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,9 Węglowodany ogółem [g] 386 suma cukrów prostych [g] 117,9 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,1
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw herbata ogólna 1 Por pasztet dr. 80 g szpinak świeży (f) 10 g	Kielki 1 g pomidor (f) 10 g kielbasa krakowska 15 g margaryna śniad. 5 g chleb razowy żytni 500g 30 g	Zupa pomidorowa z zacierką 450 ml Schab gotowany w sosie własnym 160 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Buraczki na zimno 150 g	margaryna śniad. 5 g chleb razowy żytni 500g 30 g sałata zielona (f) 10 g ogórek kiszony(f) 10 g Polędwica z pasieki 15 g	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por mielonka tyrolska 60 g banan 200 g Sok mix 1 szt	margaryna śniad. 5 g chleb razowy żytni 500g 30 g kielbasa żywiecka 15 g

2024-02-27 wtorek	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml Zestaw herbata dieta 1 Por pasztet dr. 80 g szpinak świeży (f) 10 g	pomidor (f) 10 g kielbasa krakowska 15 g margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g	Zupa pomidorowa z zacierką 450 ml Schab gotowany w sosie własnym 160 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Buraczki na zimno 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g sałata zielona (f) 10 g Polędwica z pasieki 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por mielonka tyrolska 60 g banan 200 g Sok mix 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 846 Białko ogółem [g] 124,3 Tłuszcz [g] 88,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Węglowodany ogółem [g] 403,5 suma cukrów prostych [g] 128,4 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,6
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml Zestaw herbata dieta 1 Por pasztet dr. 80 g szpinak świeży (f) 10 g	pomidor (f) 10 g kielbasa krakowska 15 g margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g	Zupa pomidorowa z zacierką 450 ml Schab gotowany w sosie własnym 160 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Buraczki na zimno 150 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g sałata zielona (f) 10 g Polędwica z pasieki 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por mielonka tyrolska 60 g banan 200 g Sok mix 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 846 Białko ogółem [g] 124,3 Tłuszcz [g] 88,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Węglowodany ogółem [g] 403,5 suma cukrów prostych [g] 128,4 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,6