

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-02-29 czwartek	Podstawowa	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por Polędwica kopcona. 60 g serek wiejski 200 g Sok mix 1 szt	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g rukola(f) 1 g ogórek kiszony(f) 10 g pasztet dr. 15 g	Zupa grycikowa 450 ml Kompot z owoców mrożonych 250 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kotlet mielony wieprzowy 100 g Kalafor z wody 150 g	jogurt naturalny mały 150 g biszkopty 10 g	Zestaw herbata ogólna 1 Por musztarda jednoporcjowa 20g 20 g Mandarynki 200 g Kielbasa smażona z cebulą 100 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 707 Białko ogółem [g] 131,2 Tłuszcz [g] 100,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 Węglowodany ogółem [g] 336,9 suma cukrów prostych [g] 95 Sól [g] 11,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,2	
	Łatwo strawna	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por Polędwica kopcona. 60 g serek wiejski 200 g Sok mix 1 szt	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g rukola(f) 1 g pasztet dr. 15 g	Zupa grycikowa 450 ml Kompot z owoców mrożonych 250 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Budyń mięsny w sosie własnym 170 g Kalafor z wody 150 g	jogurt naturalny mały 150 g biszkopty 10 g	Mandarynki 200 g Zestaw herbata dieta 1 Por Bekon z indyka 60 g sałata zielona (f) 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 514,7 Białko ogółem [g] 125 Tłuszcz [g] 74,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Węglowodany ogółem [g] 353,4 suma cukrów prostych [g] 96,7 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,4	
	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

2024-02-29 czwartek	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] 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 Połędwica kopcona. 60 g serek wiejski 200 g Sok mix 1 szt	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g rukola(f) 1 g pasztet dr. 15 g	Zupa grycikowa 450 ml Kompot z owoców mrożonych 250 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Budyń mięsny w sosie własnym 170 g Marchew gotowana 150 g	jogurt naturalny mały 150 g biszkopty 10 g	Mandarynki 200 g Zestaw herbata dieta 1 Por Bekon z indyka 60 g sałata zielona (f) 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 514,4 Białko ogółem [g] 122,2 Tłuszcz [g] 74,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Węglowodany ogółem [g] 357,9 suma cukrów prostych [g] 102,6 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 36
	Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por Połędwica kopcona. 60 g Sok mix 1 szt	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g rukola(f) 1 g pasztet dr. 15 g	Zupa ryżanka 450 ml Kompot z owoców mrożonych 250 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Udko gotowane 280 g Marchew gotowana 150 g	Kisiel 200 ml biszkopty 10 g	Mandarynki 200 g Zestaw herbata dieta 1 Por Bekon z indyka 60 g sałata zielona (f) 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 524,9 Białko ogółem [g] 123,9 Tłuszcz [g] 92,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 Węglowodany ogółem [g] 316,9 suma cukrów prostych [g] 86 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,4
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por Połędwica kopcona. 60 g serek wiejski 200 g Sok mix 1 szt	margaryna śniad. 5 g chleb razowy żytni 500g 30 g rukola(f) 1 g ogórek kiszony(f) 10 g pasztet dr. 15 g	Zupa grycikowa 450 ml Kompot z owoców mrożonych 250 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Budyń mięsny w sosie własnym 170 g Kalafior z wody 150 g	jogurt naturalny mały 150 g biszkopty 10 g	Zestaw herbata ogólna 1 Por Mandarynki 200 g Bekon z indyka 60 g sałata zielona (f) 10 g	margaryna śniad. 5 g chleb razowy żytni 500g 30 g połędwica sopocka 15 g

2024-02-29 czwartek	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por Połędwica kopcona. 60 g serek wiejski 200 g Sok mix 1 szt	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g rukola(f) 1 g pasztet dr. 15 g	Zupa grysikowa 450 ml Kompot z owoców mrożonych 250 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Budyń mięsny w sosie własnym 170 g Marchew gotowana 150 g	jogurt naturalny mały 150 g biszkopty 10 g	Mandarynki 200 g Zestaw herbata dieta 1 Por Bekon z indyka 60 g sałata zielona (f) 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 514,4 Białko ogółem [g] 122,2 Tłuszcz [g] 74,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Węglowodany ogółem [g] 357,9 suma cukrów prostych [g] 102,6 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 36
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por Połędwica kopcona. 60 g serek wiejski 200 g Sok mix 1 szt	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g rukola(f) 1 g pasztet dr. 15 g	Zupa grysikowa 450 ml Kompot z owoców mrożonych 250 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Budyń mięsny w sosie własnym 170 g Kalafior z wody 150 g	jogurt naturalny mały 150 g biszkopty 10 g	Mandarynki 200 g Zestaw herbata dieta 1 Por Bekon z indyka 60 g sałata zielona (f) 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 514,7 Białko ogółem [g] 125 Tłuszcz [g] 74,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Węglowodany ogółem [g] 353,4 suma cukrów prostych [g] 96,7 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,4