

| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | |
|-------------------|---------------|--|--|---|--|--|---------------|---|---|
| | | Śniadanie | 2. śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Posilek nocny | SUMA | |
| 2024-03-01 piątek | Podstawowa | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml Zestaw kakao ogólna 1 Por parówka 80 g ketchup jednoporcjowy 20g 20 g jogurt owocowy mały 150 g | bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Schab z piecka 15 g pomidor (f) 15 g | Zupa barszcz ukraiński 450 ml Makaron spaghetti z kurczakiem i szpinakiem 300 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml | bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Polędwica z pasieki 15 g rukola(f) 2 g | Zestaw herbata ogólna 1 Por Sałatka grecka 150 Por Szyzka biała 60 g | | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 934,1 Białko ogółem [g] 144,3 Tłuszcz [g] 110,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,1 Węglowodany ogółem [g] 356,3 suma cukrów prostych [g] 82,2 Sól [g] 10,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 | |
| | Łatwo strawna | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml Zestaw kakao dieta 1 Por parówka 80 g jogurt owocowy mały 150 g | bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Schab z piecka 15 g pomidor (f) 15 g | Zupa barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 450 ml Pierogi leniwe 250 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Surówka z marchwi i jabłka 150 g | bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Polędwica z pasieki 15 g rukola(f) 2 g | Zestaw herbata dieta 1 Por sałata zielona (f) 10 g Szyzka biała 60 g | | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 834,3 Białko ogółem [g] 118,6 Tłuszcz [g] 91,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 Węglowodany ogółem [g] 402 suma cukrów prostych [g] 101,4 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,3 | |
| | 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 |

| | | | | | | | |
|-------------------|---|--|--|---|--|--|--|
| 2024-03-01 piątek | 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 jęczmienne na mleku 400 ml Zestaw kakao dieta 1 Por parówka 80 g jogurt owocowy mały 150 g | bulka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Schab z piecka 15 g pomidor (f) 15 g | Zupa barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 450 ml Pierogi leniwe 250 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Surówka z marchwi i jabłka 150 g | bulka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Polędwica z pasieki 15 g rukola(f) 2 g | Zestaw herbata dieta 1 Por sałata zielona (f) 10 g Szynka biała 60 g | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 834,3 Białko ogółem [g] 118,6 Tłuszcz [g] 91,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 Węglowodany ogółem [g] 402 suma cukrów prostych [g] 101,4 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,3 |
| | Bezmleczna | Zestaw herbata dieta 1 Por parówka 80 g | bulka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Schab z piecka 15 g pomidor (f) 15 g | Zupa ryżanka 450 ml Udko gotowane 280 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Marchew gotowana 150 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g | bulka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Polędwica z pasieki 15 g rukola(f) 2 g | Zestaw herbata dieta 1 Por sałata zielona (f) 10 g Szynka biała 60 g | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 452,8 Białko ogółem [g] 122,4 Tłuszcz [g] 101,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Węglowodany ogółem [g] 276,3 suma cukrów prostych [g] 46,8 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 |
| | Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Zestaw kakao dieta 1 Por parówka 80 g jogurt naturalny mały 150 g | chleb razowy z soją 30 g margaryna śniad. 5 g Schab z piecka 15 g pomidor (f) 15 g | Zupa barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 450 ml Pierogi leniwe 250 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Surówka z marchwi i jabłka 150 g | Chleb razowy 450g 30 g margaryna śniad. 5 g Polędwica z pasieki 15 g rukola(f) 2 g | Zestaw herbata dieta 1 Por sałata zielona (f) 10 g Szynka biała 60 g | chleb razowy z soją 30 g margaryna śniad. 5 g mielonka tyrolska 15 g |

| | | | | | | | |
|-------------------|--|--|--|---|--|--|--|
| 2024-03-01 piątek | Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wyzielanie soku żołądkowego | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml Zestaw kakao dieta 1 Por parówka 80 g jogurt owocowy mały 150 g | bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Schab z piecka 15 g pomidor (f) 15 g | Zupa barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 450 ml Pierogi leniwe 250 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Surówka z marchwi i jabłka 150 g | bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Polędwica z pasieki 15 g rukola(f) 2 g | Zestaw herbata dieta 1 Por sałata zielona (f) 10 g Szynka biała 60 g | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 834,3 Białko ogółem [g] 118,6 Tłuszcz [g] 91,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 Węglowodany ogółem [g] 402 suma cukrów prostych [g] 101,4 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,3 |
| | Łatwo strawna bogatobiałkowa | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml Zestaw kakao dieta 1 Por parówka 80 g jogurt owocowy mały 150 g | bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Schab z piecka 15 g pomidor (f) 15 g | Zupa barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 450 ml Pierogi leniwe 250 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Surówka z marchwi i jabłka 150 g | bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Polędwica z pasieki 15 g rukola(f) 2 g | Zestaw herbata dieta 1 Por sałata zielona (f) 10 g Szynka biała 60 g | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 834,3 Białko ogółem [g] 118,6 Tłuszcz [g] 91,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 Węglowodany ogółem [g] 402 suma cukrów prostych [g] 101,4 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,3 |