

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-03-04, poniedziałek	Podstawowa	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por Filecik złocisty 60 g pomidor koktajlowy(f) 100 g jogurt owocowy mały 150 g	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Szynka biała 15 g rukola(f) 1 g Kielki 1 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 450 ml Fasolka po bretońsku 1 Por Surówka z marchwi i chrzšanu 120 g chleb 500g 90 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g polędwica sopocka 15 g sałata zielona (f) 10 g	Zestaw herbata ogólna 1 Por pasztet dr. 80 g ogórek kiszony(f) 100 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 596,5 Białko ogółem [g] 108,3 Tłuszcz [g] 87,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Węglowodany ogółem [g] 6 876,7 suma cukrów prostych [g] 1 317,5 Sól [g] 139,5 Błonnik pokarmowy [g] 595,7	
	Łatwo strawna	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por Filecik złocisty 60 g pomidor koktajlowy(f) 100 g jogurt owocowy mały 150 g	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Szynka biała 15 g rukola(f) 1 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml Makaron z serem 300 g Pomarańcza 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g polędwica sopocka 15 g sałata zielona (f) 10 g	Zestaw herbata dieta 1 Por pasztet dr. 80 g rukola(f) 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 500,3 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 Węglowodany ogółem [g] 1 905 suma cukrów prostych [g] 1 095,1 Sól [g] 23,4 Błonnik pokarmowy [g] 56,3	
	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

2024-03-04 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	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 1 634,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 93,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 61,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 24,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 185,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 23,9 <b>Sól [g]</b> 3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 16,4
	Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por Filecik złocisty 60 g pomidor koktajlowy(f) 100 g jogurt owocowy mały 150 g	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Szyńska biała 15 g rukola(f) 1 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml Makaron z serem 300 g Pomarańcza 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g polędwica sopocka 15 g sałata zielona (f) 10 g	Zestaw herbata dieta 1 Por paszтет dr. 80 g rukola(f) 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 500,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 97,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 80 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 1 905 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 1 095,1 <b>Sól [g]</b> 23,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 56,3
	Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por Filecik złocisty 60 g pomidor koktajlowy(f) 100 g	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Szyńska biała 15 g rukola(f) 1 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	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g polędwica sopocka 15 g sałata zielona (f) 10 g	Zestaw herbata dieta 1 Por paszтет dr. 80 g rukola(f) 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 489 <b>Białko ogółem [g]</b> 122,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 101,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 39,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 287,6 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 50,2 <b>Sól [g]</b> 6,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,3
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por Filecik złocisty 60 g pomidor koktajlowy(f) 100 g jogurt naturalny mały 150 g	chleb razowy żytni 500g 30 g margaryna śniad. 5 g Szyńska biała 15 g rukola(f) 1 g Kielki 1 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml Makaron z serem 300 g Pomarańcza 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	Chleb razowy 450g 30 g margaryna śniad. 5 g polędwica sopocka 15 g sałata zielona (f) 10 g	Zestaw herbata dieta 1 Por paszтет dr. 80 g rukola(f) 10 g	Chleb razowy 450g 30 g margaryna śniad. 5 g Polędwica kopcona. 15 g

2024-03-04 poniedziałek	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por Filecik złocisty 60 g pomidor koktajlowy(f) 100 g jogurt owocowy mały 150 g	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Szynka biała 15 g rukola(f) 1 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml Makaron z serem 300 g Pomarańcza 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g polędwica sopocka 15 g sałata zielona (f) 10 g	Zestaw herbata dieta 1 Por paszтет dr. 80 g rukola(f) 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 500,3 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 Węglowodany ogółem [g] 1 905 suma cukrów prostych [g] 1 095,1 Sól [g] 23,4 Błonnik pokarmowy [g] 56,3
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por Filecik złocisty 60 g pomidor koktajlowy(f) 100 g jogurt owocowy mały 150 g	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Szynka biała 15 g rukola(f) 1 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml Makaron z serem 300 g Pomarańcza 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g polędwica sopocka 15 g sałata zielona (f) 10 g	Zestaw herbata dieta 1 Por paszтет dr. 80 g rukola(f) 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 500,3 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 Węglowodany ogółem [g] 1 905 suma cukrów prostych [g] 1 095,1 Sól [g] 23,4 Błonnik pokarmowy [g] 56,3