

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-04-02 wtorek	Podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml Zestaw herbata ogólna 1 Por sałata zielona (f) 10 g szynka konserwowa 60 g	szynka z pasieki 15 g rukola(f) 1 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml Kopytka 250 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Kapusta zasmażana 200 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g szpinak świeży (f) 1 g Kielki 1 g baleron gotowany 15 g	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por Baleron z indyka 60 g Sok mix 1 szt serek wiejski 200 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 684,6 Białko ogółem [g] 121,8 Tłuszcz [g] 80,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 Węglowodany ogółem [g] 385,3 suma cukrów prostych [g] 75,9 Sól [g] 10,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,8
	Łatwo strawna	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml Zestaw herbata dieta 1 Por sałata zielona (f) 10 g szynka konserwowa 60 g	szynka z pasieki 15 g rukola(f) 1 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml Makaron z serem 300 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Mandarynki 100 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g szpinak świeży (f) 1 g baleron gotowany 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por Baleron z indyka 60 g Sok mix 1 szt serek wiejski 200 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 736 Białko ogółem [g] 132,9 Tłuszcz [g] 79,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,3 Węglowodany ogółem [g] 387 suma cukrów prostych [g] 97,5 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 27
	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

2024-04-02 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 jęczmienne na mleku 400 ml Zestaw herbata dieta 1 Por sałata zielona (f) 10 g szynka konserwowa 60 g	szynka z pasieki 15 g rukola(f) 1 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml Makaron z serem 300 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Mandarynki 100 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g szpinak świeży (f) 1 g baleron gotowany 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por Baleron z indyka 60 g Sok mix 1 szt serek wiejski 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 680,5 Białko ogółem [g] 130,5 Tłuszcz [g] 78,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 Węglowodany ogółem [g] 376,7 suma cukrów prostych [g] 95,8 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,2
	Bezmleczna	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml Zestaw herbata dieta 1 Por sałata zielona (f) 10 g szynka konserwowa 60 g	szynka z pasieki 15 g rukola(f) 1 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml Makaron z serem 300 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Mandarynki 100 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g szpinak świeży (f) 1 g baleron gotowany 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por Baleron z indyka 60 g Sok mix 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 534 Białko ogółem [g] 108,3 Tłuszcz [g] 70,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 380,4 suma cukrów prostych [g] 90,9 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 27
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw herbata ogólna 1 Por sałata zielona (f) 10 g szynka konserwowa 60 g	szynka z pasieki 15 g rukola(f) 1 g chleb razowy żytni 500g 30 g margaryna śniad. 5 g	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml Makaron z serem 300 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	margaryna śniad. 5 g chleb razowy żytni 500g 30 g szpinak świeży (f) 1 g Kielki 1 g baleron gotowany 15 g	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por Baleron z indyka 60 g serek wiejski 200 g	margaryna śniad. 5 g ser twar. półtł. 15 g chleb razowy żytni 500g 30 g

2024-04-02 wtorek	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml Zestaw herbata dieta 1 Por salata zielona (f) 10 g szynka konserwowa 60 g	szynka z pasieki 15 g rukola(f) 1 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml Makaron z serem 300 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Mandarynki 100 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g szpinak świeży (f) 1 g baleron gotowany 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por Baleron z indyka 60 g Sok mix 1 szt serek wiejski 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 680,5 Białko ogółem [g] 130,5 Tłuszcz [g] 78,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 Węglowodany ogółem [g] 376,7 suma cukrów prostych [g] 95,8 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,2
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml Zestaw herbata dieta 1 Por salata zielona (f) 10 g szynka konserwowa 60 g	szynka z pasieki 15 g rukola(f) 1 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml Makaron z serem 300 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Mandarynki 100 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g szpinak świeży (f) 1 g baleron gotowany 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por Baleron z indyka 60 g Sok mix 1 szt serek wiejski 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 736 Białko ogółem [g] 132,9 Tłuszcz [g] 79,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,3 Węglowodany ogółem [g] 387 suma cukrów prostych [g] 97,5 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 27