

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-04-15 poniedziałek	Podstawowa	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por Schab bez konserwantów 60 g roszonek (f) 10 g banan 150 g	bulka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g szynka z pasieki 15 g rukola(f) 1 g ogórek kiszony(f) 15 g	Zupa krupnik 450 ml Łazanki z kapustą i mięsem 350 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml jabłko deser (f) 250 g	Budyń 200 ml	Zestaw herbata ogólna 1 Por kielbasa krakowska 60 g jogurt naturalny mały 160 g Sok mix 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 614,4 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 68,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Węglowodany ogółem [g] 409,4 suma cukrów prostych [g] 143,1 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,1
	Łatwo strawna	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por Schab bez konserwantów 60 g roszonek (f) 10 g banan 150 g	bulka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g szynka z pasieki 15 g rukola(f) 1 g	Zupa krupnik 450 ml Kopytka 250 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Sos szpinakowy 80 g Sałatka z pomidora 150 g	Budyń 200 ml	Zestaw herbata dieta 1 Por kielbasa krakowska 60 g jogurt naturalny mały 160 g Sok mix 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 591,7 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 54,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 442,5 suma cukrów prostych [g] 131,2 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	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

2024-04-15 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> [kcal] 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 Schab bez konserwantów 60 g rozszponka (f) 10 g banan 150 g	bulka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g szynka z pasieki 15 g rukola(f) 1 g	Zupa krupnik 450 ml Kopytka 250 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Sos szpinakowy 80 g Sałatka z pomidora 150 g	Budyń 200 ml	Zestaw herbata dieta 1 Por kielbasa krakowska 60 g jogurt naturalny mały 160 g Sok mix 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 591,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 98,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 54,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 26,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 442,5 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 131,2 <b>Sól [g]</b> 5,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,7
	Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por Schab bez konserwantów 60 g rozszponka (f) 10 g banan 150 g	bulka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g szynka z pasieki 15 g rukola(f) 1 g	Zupa ryżanka 450 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Udko gotowane 280 g Marchew gotowana 150 g	jabłko deser (f) 250 g	Zestaw herbata dieta 1 Por kielbasa krakowska 60 g Sok mix 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 475,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 125,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 79,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 333,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 104 <b>Sól [g]</b> 6,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 35
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por Schab bez konserwantów 60 g rozszponka (f) 10 g	Chleb razowy 450g 30 g margaryna śniad. 5 g szynka z pasieki 15 g rukola(f) 1 g ogórek kiszony(f) 15 g	Zupa krupnik 450 ml Kopytka 250 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Sos szpinakowy 80 g Sałatka z pomidora 150 g	Budyń 200 ml	Zestaw herbata dieta 1 Por kielbasa krakowska 60 g jogurt naturalny mały 160 g	Chleb razowy 450g 30 g margaryna śniad. 5 g kielbasa żywiecka 15 g

2024-04-15 poniedziałek	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por Schab bez konserwantów 60 g roszpionka (f) 10 g banan 150 g	bulka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g szynka z pasieki 15 g rukola(f) 1 g	Zupa krupnik 450 ml Kopytka 250 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Sos szpinakowy 80 g Sałatka z pomidora 150 g	Budyń 200 ml	Zestaw herbata dieta 1 Por kielbasa krakowska 60 g jogurt naturalny mały 160 g Sok mix 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 591,7 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 54,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 442,5 suma cukrów prostych [g] 131,2 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por Schab bez konserwantów 60 g roszpionka (f) 10 g banan 150 g	bulka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g szynka z pasieki 15 g rukola(f) 1 g	Zupa krupnik 450 ml Kopytka 250 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Sos szpinakowy 80 g Sałatka z pomidora 150 g	Budyń 200 ml	Zestaw herbata dieta 1 Por kielbasa krakowska 60 g jogurt naturalny mały 160 g Sok mix 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 591,7 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 54,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 442,5 suma cukrów prostych [g] 131,2 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,7