

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-04-23 wtorek	Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 400 ml kielbasa żywiecka 60 g sałata zielona (f) 20 g Zestaw herbata ogólna 1 Por	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g filet wędzony z ind. 15 g rukola(f) 1 g Kielki 1 g	Zupa grysikowa 450 ml Filet drobiowy z kurczaka po parysku 100 g Surówka z białej kapusty i marchwi 120 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Indyk z pasieki 15 g pomidor (f) 15 g ogórek kiszony(f) 15 g	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por paszтет dr. 80 g banan kg 200 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 947,9 Białko ogółem [g] 122,5 Tłuszcz [g] 120,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,2 Węglowodany ogółem [g] 359,2 suma cukrów prostych [g] 109 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,1	
	Łatwo strawna	Płatki owsiane na mleku 400 ml kielbasa żywiecka 60 g sałata zielona (f) 20 g Zestaw herbata dieta 1 Por	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g filet wędzony z ind. 15 g rukola(f) 1 g	Zupa grysikowa 450 ml Filet drobiowy z kurczaka w sosie własnym 160 g Sałatka z roszponki 80 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Indyk z pasieki 15 g pomidor (f) 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por paszтет dr. 80 g banan kg 200 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 766,1 Białko ogółem [g] 122,4 Tłuszcz [g] 95,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Węglowodany ogółem [g] 370,4 suma cukrów prostych [g] 106,3 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,3	
	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

2024-04-23 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 owsiane na mleku 400 ml kielbasa żywiecka 60 g sałata zielona (f) 20 g Zestaw herbata dieta 1 Por	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g filet wędzony z ind. 15 g rukola(f) 1 g	Zupa grycikowa 450 ml Filet drobiowy z kurczaka w sosie własnym 160 g Sałatka z roszponki 80 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Indyk z pasieki 15 g pomidor (f) 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por pasztet dr. 80 g banan kg 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 766,1 Białko ogółem [g] 122,4 Tłuszcz [g] 95,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Węglowodany ogółem [g] 370,4 suma cukrów prostych [g] 106,3 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,3
	Bezmleczna	kielbasa żywiecka 60 g sałata zielona (f) 20 g Zestaw herbata dieta 1 Por	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g filet wędzony z ind. 15 g rukola(f) 1 g	Zupa ryżanka 450 ml Udko gotowane 280 g Marchew gotowana 150 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Indyk z pasieki 15 g pomidor (f) 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por pasztet dr. 80 g banan kg 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 780,7 Białko ogółem [g] 126,2 Tłuszcz [g] 114,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,1 Węglowodany ogółem [g] 329 suma cukrów prostych [g] 85,7 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 32,9
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kielbasa żywiecka 60 g sałata zielona (f) 20 g Zestaw herbata ogólna 1 Por	Chleb razowy 450g 30 g margaryna śniad. 5 g filet wędzony z ind. 15 g rukola(f) 1 g Kielki 1 g	Zupa grycikowa 450 ml Filet drobiowy z kurczaka w sosie własnym 160 g Sałatka z roszponki 80 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	Chleb razowy 450g 30 g margaryna śniad. 5 g Indyk z pasieki 15 g pomidor (f) 15 g ogórek kiszony(f) 15 g	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por pasztet dr. 80 g	Chleb razowy 450g 30 g margaryna śniad. 5 g ogórek kiszony(f) 15 g

2024-04-23 wtorek	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wyzielanie soku żołądkowego	Platki owsiane na mleku 400 ml kielbasa żywiecka 60 g sałata zielona (f) 20 g Zestaw herbata dieta 1 Por	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g filet wędzony z ind. 15 g rukola(f) 1 g	Zupa grysikowa 450 ml Filet drobiowy z kurczaka w sosie własnym 160 g Sałatka z roszponki 80 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Indyk z pasieki 15 g pomidor (f) 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por paszтет dr. 80 g banan kg 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 766,1 Białko ogółem [g] 122,4 Tłuszcz [g] 95,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Węglowodany ogółem [g] 370,4 suma cukrów prostych [g] 106,3 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,3
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Platki owsiane na mleku 400 ml kielbasa żywiecka 60 g sałata zielona (f) 20 g Zestaw herbata dieta 1 Por	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g filet wędzony z ind. 15 g rukola(f) 1 g	Zupa grysikowa 450 ml Filet drobiowy z kurczaka w sosie własnym 160 g Sałatka z roszponki 80 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Indyk z pasieki 15 g pomidor (f) 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por paszтет dr. 80 g banan kg 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 766,1 Białko ogółem [g] 122,4 Tłuszcz [g] 95,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Węglowodany ogółem [g] 370,4 suma cukrów prostych [g] 106,3 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,3