

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-04-24 środa	Podstawowa	Zestaw kakao ogólna 1 Por ser żółty 70 g Dżem 25g 50 g Sok jabłkowy 1 szt	bulka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g połudwica sopočka 15 g sałata zielona (f) 10 g	Zupa kapuśniak z białej kapusty zabieleny 450 ml Spaghetti 300 Por Surówka z ogórka kiszzonego 120 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	maślanka 200 g	Zestaw herbata ogólna 1 Por Schab z kija 60 g Sałatka grecka 150 Por		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 291,7 Białko ogółem [g] 105,6 Tłuszcz [g] 76,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Węglowodany ogółem [g] 307,1 suma cukrów prostych [g] 84,7 Sól [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 23,5
	Łatwo strawna	Zestaw kakao dieta 1 Por ser twar. półtł. 100 g Dżem 25g 50 g Sok jabłkowy 1 szt	bulka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g połudwica sopočka 15 g sałata zielona (f) 10 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml Kopytka 250 g Sałatka z pomidora 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Sos szpinakowy 80 g	maślanka 200 g	Zestaw herbata dieta 1 Por Schab z kija 60 g rukola(f) 1 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 238,5 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 49,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 379,7 suma cukrów prostych [g] 91,2 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
	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

2024-04-24 środa

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	Zestaw kakao dieta 1 Por ser twar. półtł. 100 g Dżem 25g 50 g Sok jabłkowy 1 szt	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g połędwica sopocka 15 g sałata zielona (f) 10 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml Kopytka 250 g Sałatka z pomidora 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Sos szpinakowy 80 g	maślanka 200 g	Zestaw herbata dieta 1 Por Schab z kija 60 g rukola(f) 1 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 238,5 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 49,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 379,7 suma cukrów prostych [g] 91,2 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por Dżem 25g 100 g Sok jabłkowy 1 szt	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g połędwica sopocka 15 g sałata zielona (f) 10 g	Zupa ryżanka 450 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Udko gotowane 280 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g schab bieszczadzki 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por Schab z kija 60 g rukola(f) 1 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 330 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 75,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Węglowodany ogółem [g] 338,9 suma cukrów prostych [g] 95,7 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,3
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw kakao ogólna 1 Por ser twar. półtł. 50 g schab bieszczadzki 60 g	Chleb razowy 450g 30 g margaryna śniad. 5 g połędwica sopocka 15 g sałata zielona (f) 10 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml Kopytka 250 g Sałatka z pomidora 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Sos szpinakowy 80 g	maślanka 200 g	Zestaw herbata ogólna 1 Por Schab z kija 60 g Sałatka grecka 150 g Por	Chleb razowy 450g 30 g margaryna śniad. 5 g papryka czerwona (f) 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 200,9 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 514,4 suma cukrów prostych [g] 214,7 Sól [g] 12,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,3

2024-04-24, środa	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw kakao dieta 1 Por ser twar. półtł. 100 g Dżem 25g 50 g Sok jablkowy 1 szt	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g poledwica sopocka 15 g sałata zielona (f) 10 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml Kopytka 250 g Sałatka z pomidora 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Sos szpinakowy 80 g	maślanka 200 g	Zestaw herbata dieta 1 Por Schab z kija 60 g rukola(f) 1 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 238,5 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 49,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 379,7 suma cukrów prostych [g] 91,2 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw kakao dieta 1 Por ser twar. półtł. 100 g Dżem 25g 50 g Sok jablkowy 1 szt	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g poledwica sopocka 15 g sałata zielona (f) 10 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml Kopytka 250 g Sałatka z pomidora 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Sos szpinakowy 80 g	maślanka 200 g	Zestaw herbata dieta 1 Por Schab z kija 60 g rukola(f) 1 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 238,5 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 49,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 379,7 suma cukrów prostych [g] 91,2 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,5