

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-04-25 czwartek	Podstawowa	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por jogurt owocowy mały 150 g schab bieszczadzki 60 g rzodkiwewka (f) 100 g	rukola(f) 1 g szynka konserwowa 15 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa pomidorowa z makaronem 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Befszyk wieprzowy z cebulą 90 g Sałatka ze szpinaku 80 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g pomidor (f) 10 g papryka czerwona (f) 10 g szynka gotowana 15 g	kielbasa krakowska 60 g sałata zielona (f) 20 g jogurt naturalny mały 150 g Zestaw herbata ogólna 1 Por		<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 456,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 113,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 89,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 313,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 70,1 <b>Sól [g]</b> 6,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,5	
	Łatwo strawna	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por jogurt owocowy mały 150 g schab bieszczadzki 60 g roszponka (f) 10 g	rukola(f) 1 g szynka konserwowa 15 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa pomidorowa z makaronem 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Pulpet drobiowy gotowany w sosie własnym 80 g Sałatka ze szpinaku 80 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g pomidor (f) 10 g szynka gotowana 15 g	kielbasa krakowska 60 g sałata zielona (f) 20 g jogurt naturalny mały 150 g Zestaw herbata dieta 1 Por		<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 244 <b>Białko ogółem [g]</b> 109,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 59,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 26,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 329,4 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 72,2 <b>Sól [g]</b> 6,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,8	
	Kleikowa	Kleik z kaszy kukurydzianej 300 ml		Kleik z kaszy manny 300 ml			Kleik z ryżu 300 ml		<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 594,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 12,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 2,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 0,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 133,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 30,9 <b>Sól [g]</b> 0,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 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		<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 1 763,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 87,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 82,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 173,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 58,1 <b>Sól [g]</b> 2,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 8,2

2024-04-25 czwartek	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 kawa mleczna dieta 1 Por jogurt owocowy mały 150 g schab bieszczadzki 60 g roszponka (f) 10 g	rukola(f) 1 g szynka konserwowa 15 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa pomidorowa z makaronem 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Pulpet drobiowy gotowany w sosie własnym 80 g Sałatka ze szpinaku 80 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g pomidor (f) 10 g szynka gotowana 15 g	kielbasa krakowska 60 g sałata zielona (f) 20 g jogurt naturalny mały 150 g Zestaw herbata dieta 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 244 Białko ogółem [g] 109,5 Tłuszcz [g] 59,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 329,4 suma cukrów prostych [g] 72,2 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,8
	Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por schab bieszczadzki 60 g	rukola(f) 1 g szynka konserwowa 15 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa ryżanka 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Udko gotowane 280 g Marchew gotowana 150 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g pomidor (f) 10 g szynka gotowana 15 g	kielbasa krakowska 60 g sałata zielona (f) 20 g Zestaw herbata dieta 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 288,3 Białko ogółem [g] 128,1 Tłuszcz [g] 81 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 276,2 suma cukrów prostych [g] 47,2 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,1
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por jogurt naturalny mały 150 g schab bieszczadzki 60 g roszponka (f) 10 g	rukola(f) 1 g szynka konserwowa 15 g chleb razowy żytni 500g 30 g margaryna śniad. 5 g	Zupa pomidorowa z makaronem 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Pulpet drobiowy gotowany w sosie własnym 80 g Sałatka ze szpinaku 80 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	margaryna śniad. 5 g chleb razowy żytni 500g 30 g pomidor (f) 10 g papryka czerwona (f) 10 g szynka gotowana 15 g	kielbasa krakowska 60 g sałata zielona (f) 20 g jogurt naturalny mały 150 g Zestaw herbata ogólna 1 Por	margaryna śniad. 5 g ser twar. półtł. 15 g chleb razowy żytni 500g 30 g

2024-04-25 czwartek	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por jogurt owocowy mały 150 g schab bieszczadzki 60 g roszponka (f) 10 g	rukola(f) 1 g szynka konserwowa 15 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa pomidorowa z makaronem 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Pulpet drobiowy gotowany w sosie własnym 80 g Sałatka ze szpinaku 80 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g pomidor (f) 10 g szynka gotowana 15 g	kielbasa krakowska 60 g sałata zielona (f) 20 g jogurt naturalny mały 150 g Zestaw herbata dieta 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 244 Białko ogółem [g] 109,5 Tłuszcz [g] 59,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 329,4 suma cukrów prostych [g] 72,2 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,8
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por jogurt owocowy mały 150 g schab bieszczadzki 60 g roszponka (f) 10 g	rukola(f) 1 g szynka konserwowa 15 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa pomidorowa z makaronem 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Pulpet drobiowy gotowany w sosie własnym 80 g Sałatka ze szpinaku 80 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g pomidor (f) 10 g szynka gotowana 15 g	kielbasa krakowska 60 g sałata zielona (f) 20 g jogurt naturalny mały 150 g Zestaw herbata dieta 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 244 Białko ogółem [g] 109,5 Tłuszcz [g] 59,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 329,4 suma cukrów prostych [g] 72,2 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,8