

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-04-26 piątek	Podstawowa	Ryż na mleku 400 ml Zestaw herbata ogólna 1 Por sałata zielona (f) 20 g szynka z becзки 60 g	szynka wiśniowa 15 g roszponka (f) 1 g ogórek kiszony(f) 10 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Sos grecki 200 g Ryba smażona panierowana 100 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka Chłopska 15 g szpinak świeży (f) 1 g Kielki 1 g	szynka wójta 60 g jabłko deser (f) 250 g Sok mix 1 szt Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 711,4 Białko ogółem [g] 122,2 Tłuszcz [g] 91,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 Węglowodany ogółem [g] 369,3 suma cukrów prostych [g] 100,5 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,7
	Łatwo strawna	Ryż na mleku 400 ml Zestaw herbata dieta 1 Por sałata zielona (f) 20 g szynka z becзки 60 g	szynka wiśniowa 15 g roszponka (f) 1 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Sos grecki 200 g Ryba pieczona 100 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka Chłopska 15 g szpinak świeży (f) 1 g	szynka wójta 60 g jabłko deser (f) 250 g Sok mix 1 szt Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 491,8 Białko ogółem [g] 114,4 Tłuszcz [g] 68,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 372,8 suma cukrów prostych [g] 104,4 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,5
	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

2024-04-26 piątek	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	Ryż na mleku 400 ml Zestaw herbata dieta 1 Por sałata zielona (f) 20 g szynka z beczki 60 g	szynka wiśniowa 15 g roszponka (f) 1 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Sos grecki 200 g Ryba pieczona 100 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka Chłopska 15 g szpinak świeży (f) 1 g	szynka wójta 60 g jabłko deser (f) 250 g Sok mix 1 szt Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 491,8 Białko ogółem [g] 114,4 Tłuszcz [g] 68,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 372,8 suma cukrów prostych [g] 104,4 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,5
	Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por sałata zielona (f) 20 g szynka z beczki 60 g	szynka wiśniowa 15 g roszponka (f) 1 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa ryżanka 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g Udko gotowane 280 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka Chłopska 15 g szpinak świeży (f) 1 g	szynka wójta 60 g jabłko deser (f) 250 g Sok mix 1 szt Zestaw herbata dieta 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 435,7 Białko ogółem [g] 123,6 Tłuszcz [g] 82,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Węglowodany ogółem [g] 317 suma cukrów prostych [g] 74,9 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,9
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw herbata ogólna 1 Por sałata zielona (f) 20 g szynka z beczki 60 g	szynka wiśniowa 15 g roszponka (f) 1 g ogórek kiszony(f) 10 g chleb razowy żytni 500g 30 g margaryna śniad. 5 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Sos grecki 200 g Ryba pieczona 100 g	margaryna śniad. 5 g chleb razowy żytni 500g 30 g Szynka Chłopska 15 g szpinak świeży (f) 1 g Kielki 1 g	szynka wójta 60 g Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por	margaryna śniad. 5 g chleb razowy żytni 500g 30 g schab bieszczadzki 15 g

2024-04-26 piątek	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Ryż na mleku 400 ml Zestaw herbata dieta 1 Por salata zielona (f) 20 g szynka z beczki 60 g	szynka wiśniowa 15 g roszponka (f) 1 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Sos grecki 200 g Ryba pieczona 100 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka Chłopska 15 g szpinak świeży (f) 1 g	szynka wójta 60 g jabłko deser (f) 250 g Sok mix 1 szt Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> <b>[kcal] 2 491,8</b> <b>Białko ogółem [g]</b> <b>114,4</b> <b>Tłuszcz [g] 68,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 372,8</b> <b>suma cukrów prostych [g] 104,4</b> <b>Sól [g] 8,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> <b>36,5</b>
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Ryż na mleku 400 ml Zestaw herbata dieta 1 Por salata zielona (f) 20 g szynka z beczki 60 g	szynka wiśniowa 15 g roszponka (f) 1 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Sos grecki 200 g Ryba pieczona 100 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g Szynka Chłopska 15 g szpinak świeży (f) 1 g	szynka wójta 60 g jabłko deser (f) 250 g Sok mix 1 szt Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> <b>[kcal] 2 491,8</b> <b>Białko ogółem [g]</b> <b>114,4</b> <b>Tłuszcz [g] 68,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 372,8</b> <b>suma cukrów prostych [g] 104,4</b> <b>Sól [g] 8,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> <b>36,5</b>