

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-01 środa	Dieta podstawowa	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kielbasa szynkowa 40 g (SOJ) sałata lodowa 30 g Dżem porcjowy 25 g pomidory 60 g Kakao na mleku 250 g (MLE)		Jarzynowa z makaronem z mroż. 350 g (GLU, MLE, SEL) Filet drobiowy panierowany 110 g (GLU, JAJ, MLE) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Chleb pszenno żytni 110 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g papryka 70 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE) Parówka wieprzowa winerka 70 g Serek Almette mini 30 g (MLE)	Serek homogenizowany naturalny 150 g (MLE)	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 299,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 95,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 95,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 40,4 <b>Węglowodny przyswajalne [g]</b> 237,9 <b>w tym cukry [g]</b> 61,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 24,2 <b>Sól [g]</b> 6
	Dieta łatwostrawna	Bułka Kielecka 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kielbasa szynkowa 40 g (SOJ) sałata lodowa 30 g Dżem porcjowy 25 g pomidory 60 g Kakao na mleku 250 g (MLE)		Jarzynowa z makaronem z mroż. 350 g (GLU, MLE, SEL) Schab gotowany 70 g (SEL) Sos jarzynowy 100 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Bułka Kielecka 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Parówka wieprzowa winerka 70 g pomidory 60 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE) Serek Almette mini 30 g (MLE)	Serek homogenizowany naturalny 150 g (MLE)	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 229,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 97,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 89,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 43,7 <b>Węglowodny przyswajalne [g]</b> 237,3 <b>w tym cukry [g]</b> 63,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 16 <b>Sól [g]</b> 5,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kielbasa szynkowa 40 g (SOJ) ser żółty 30 g (MLE) sałata lodowa 30 g pomidory 60 g Herbata b/cukru 250 ml	krakersy 15 g (GLU, JAJ) Herbata b/cukru 250 ml	Jarzynowa z makaronem z mroż. 350 g (GLU, MLE, SEL) Schab gotowany 70 g (SEL) Sos jarzynowy 100 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g kompot z owoców mroż.b/cukru 250 ml	Kisiel surówkowy 150 ml	Chleb razowy 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Pasta warzywna 80 g (GLU, SOJ) papryka 70 g Herbata b/cukru 250 ml Serek Almette mini 30 g (MLE)	Serek homogenizowany naturalny 150 g (MLE)	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 1 963,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 90,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 69,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,1 <b>Węglowodny przyswajalne [g]</b> 213,2 <b>w tym cukry [g]</b> 45,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30 <b>Sól [g]</b> 6,1
	Dieta łatwostrawna dzieci	Bułka Kielecka 60 g (GLU) Kielbasa szynkowa 30 g (SOJ) Dżem porcjowy 25 g sałata lodowa 30 g pomidory 60 g Kakao na mleku dzieci 200 g (MLE)	ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ) Herbata z cytryną 250 ml	Jarzynowa z makaronem z mroż. 350 g (GLU, MLE, SEL) Schab gotowany 70 g (SEL) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Ziemniaki pure dzieci 170 g (MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml	Kisiel surówkowy 150 ml	Herbata z cytryną 250 ml Bułka Kielecka 60 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Parówka wieprzowa winerka 70 g pomidory 60 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g (MLE)	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 1 844,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 80,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 28,1 <b>Węglowodny przyswajalne [g]</b> 216,4 <b>w tym cukry [g]</b> 77,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 14 <b>Sól [g]</b> 4,2