

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-09 czwartek	Dieta podstawowa	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) rzodkiewka 30 g sałata 15 g połędwica luksusowa 30 g ser żółty 30 g (MLE) Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE) Herbata z cytryną 250 ml		Rosół z makaronem 350 g (GLU, JAJ, SEL) Udko gotowane 120 g Marchew z groszkiem gotowana 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane 250 g Sos bazyliowy 100 ml (GLU, SEL) Kompot z owoców mrożonych 250 ml Banan 1 szt. 200 szt		Chleb pszenno żytni 110 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Kielbasa tyrolska 40 g (SOJ, MLE) Serek homogenizowany naturalny 150 g (MLE) ogórek św. 60 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)	Pasztecik z kapusta 50 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 381 Białko ogółem [g] 111,1 Tłuszcz [g] 77,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 Węglowodny przyswajalne [g] 296,9 w tym cukry [g] 79,5 Błonnik pokarmowy [g] 28 Sól [g] 6,9
	Dieta łatwostrawna	Bułka Kielecka 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) sałata 15 g połędwica luksusowa 30 g Twarożek z jogurtem 50 g (MLE) Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE) Herbata z cytryną 250 ml		Rosół z makaronem 350 g (GLU, JAJ, SEL) Udko gotowane 120 g Sos bazyliowy 100 ml (GLU, SEL) Marchew z groszkiem gotowana 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane 250 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml Banan 1 szt. 200 szt		Bułka Kielecka 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Kielbasa tyrolska 40 g (SOJ, MLE) Serek homogenizowany naturalny 150 g (MLE) pomidory 60 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)	Mus owocowo warzywny 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 344,3 Białko ogółem [g] 109,1 Tłuszcz [g] 68,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 63 Węglowodny przyswajalne [g] 671,1 w tym cukry [g] 94 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 Sól [g] 7,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) połędwica luksusowa 40 g ser żółty 30 g (MLE) sałata 15 g Herbata b/cukru 250 ml rzodkiewka 30 g	Chleb razowy 20 g (GLU) Pasztecik drobiowy 20 g (GLU, JAJ, SOJ)	Krupnik z ryżu 350 g (SEL) Udko gotowane 120 g Ziemniaki gotowane 250 g Marchew z groszkiem gotowana 150 g (GLU, MLE) kompot z owoców mroż.b/cukru 250 ml	Kisiel surówkowy 150 ml	Chleb razowy 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Kielbasa tyrolska 40 g (SOJ, MLE) Serek homogenizowany naturalny 150 g (MLE) Papryka konserwowa 50 g kawa z mlekiem b/cukru 250 g (GLU, MLE)	Pasztecik z kapusta 50 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 036,1 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Węglowodny przyswajalne [g] 233 w tym cukry [g] 45,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 Sól [g] 7,8
	Dieta łatwostrawna dzieci	Bułka Kielecka 60 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) połędwica luksusowa 30 g twarożek zmiksowany 40 g (MLE) sałata 15 g Kasza manna na mleku dzieci 250 ml (GLU, MLE) Herbata z cytryną 250 ml	Sok Karotka 150 g Chrupki kukurydziane kg 20 g	Rosół z makaronem 350 g (GLU, JAJ, SEL) Udko gotowane 120 g Sos bazyliowy 100 ml (GLU, SEL) Marchew z groszkiem gotowana 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki pure dzieci 170 g (MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml	Banan 1 szt. 200 szt	Bułka Kielecka 60 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Kielbasa tyrolska 30 g (SOJ, MLE) Serek Almette mini 30 g (MLE) pomidory 60 g Herbata z cytryną 250 ml	Mus owocowo warzywny 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 902,4 Białko ogółem [g] 78,6 Tłuszcz [g] 48,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodny przyswajalne [g] 262,4 w tym cukry [g] 94,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 Sól [g] 4,4