

Jadłospis 14.04 -20.04.2025

14.04.2025

DIETA PODSTAWOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 760 kcal <u>Białko:</u> 41,9 g <u>Tłuszcze:</u> 30,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 16,4 g <u>Węglowodany:</u> 92,3 g w tym cukry: 4,7 g <u>Błonnik:</u> 6,13 g <u>Sól:</u> 3,56 g	śniadanie	Płatki owsiane na mleku Herbata Chleb żytni Kajzerka Masło 82% Parówka hot-dog Ser biały Ogórek zielony Papryka czerwona	250 ml 250 ml 30 g 50 g 20 g 100 g 50 g 20 g 10 g	I, VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VI, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 850 kcal <u>Białko:</u> 39,0 g <u>Tłuszcze:</u> 27,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 7,0 g <u>Węglowodany:</u> 119,8 g w tym cukry: 10,7 g <u>Błonnik:</u> 12,1 g <u>Sól:</u> 0,9 g	obiad	Barszcz biały Kotlet drobiowy panierowany Marchew Kasza jęczmienna Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	VI, IX, X I, III, VII I	Wartość energetyczna: 2414 kcal Białko: 98,1 g Tłuszcze: 100,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 40,2 g Węglowodany: 273,9 g w tym cukry: 30,1 g Błonnik: 22,93 g Sól: 6,58 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 701 kcal <u>Białko:</u> 11,9 g <u>Tłuszcze:</u> 50,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 14,8 g <u>Węglowodany:</u> 48,1 g w tym cukry: 2,7 g <u>Błonnik:</u> 4,7 g <u>Sól:</u> 2,12 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 80 g 10 g	 I, VI, VII, XI VII III, VII, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 103 kcal <u>Białko:</u> 5,3 g <u>Tłuszcze:</u> 3,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 2,0 g <u>Węglowodany:</u> 13,7 g w tym cukry: 12,0 g <u>Błonnik:</u> 0 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Serek homogenizowany	100 g	VII	

14.04.2025

DIETA WĄTROBOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 767 kcal <u>Białko:</u> 44,0 g <u>Tłuszcze:</u> 32,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 17,2 g <u>Węglowodany:</u> 94,8 g w tym cukry: 5,9 g <u>Błonnik:</u> 3,8 g <u>Sól:</u> 3,5 g	śniadanie	Płatki owsiane na mleku Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Parówka hot-dog Pomidor Ser biały	250 ml 250 ml 30 g 50 g 20 g 100 g 50 g 50 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VI, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 738 kcal <u>Białko:</u> 47,0 g <u>Tłuszcze:</u> 18,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 5,4 g <u>Węglowodany:</u> 102,1g w tym cukry: 9,5 g <u>Błonnik:</u> 12,3 g <u>Sól:</u> 0,9 g	obiad	Zupa jarzynowa Kotlet drobiowy gotowany Marchew Kasza jęczmienna Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	VI, IX, X I I	Wartość energetyczna: 2302 kcal Białko: 109,4 g Tłuszcze: 103,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 39,4 g Węglowodany: 256,8 g w tym cukry: 30,0 g Błonnik: 20,1 g Sól: 6,5 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 694 kcal <u>Białko:</u> 13,1 g <u>Tłuszcze:</u> 50,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 14,8 g <u>Węglowodany:</u> 46,2 g w tym cukry: 2,6 g <u>Błonnik:</u> 4,0 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 80 g 10 g	I, VI, VII, XI VII III, VII, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 103 kcal <u>Białko:</u> 5,3 g <u>Tłuszcze:</u> 3,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 2,0 g <u>Węglowodany:</u> 13,7 g w tym cukry: 12,0 g <u>Błonnik:</u> 0 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Serek homogenizowany	100 g	VII	

14.04.2025

DIETA CUKRZYCOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 708 kcal <u>Białko:</u> 41,0 g <u>Tłuszcze:</u> 33,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,1 g <u>Węglowodany:</u> 87,8 g w tym cukry: 4,5 g <u>Błonnik:</u> 7,7 g <u>Sól:</u> 3,3 g	śniadanie	Płatki owsiane na mleku Herbata Chleb razowy Masło 82% Parówka hot-dog Ser biały Ogórek zielony Papryka czerwona	250 ml 250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 20 g 10 g	VII I, VI, VII, XI VII VI, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 850 kcal <u>Białko:</u> 39,0 g <u>Tłuszcze:</u> 27,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 7,0 g <u>Węglowodany:</u> 119,8 g w tym cukry: 10,7 g <u>Błonnik:</u> 12,1 g <u>Sól:</u> 0,9 g	obiad	Barszcz biały Kotlet drobiowy panierowany Marchew Kasza jęczmienna Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	VI, IX, X I, III, VII I	Wartość energetyczna: 2283 kcal Białko: 95,6 g Tłuszcze: 113,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 39,0 g Węglowodany: 252,7 g w tym cukry: 22,4 g Błonnik: 27,3 g Sól: 6,47 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 658 kcal <u>Białko:</u> 10,8 g <u>Tłuszcze:</u> 50,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 14,8 g <u>Węglowodany:</u> 41,1 g w tym cukry: 3,2 g <u>Błonnik:</u> 7,5 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 80 g 10 g	I, VI, VII, XI VII III, VII, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 67 kcal <u>Białko:</u> 4,8 g <u>Tłuszcze:</u> 3,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 2,1 g <u>Węglowodany:</u> 4,0 g w tym cukry: 4,0 g <u>Błonnik:</u> 0,0 g <u>Sól:</u> 0,17 g	II kolacja	Jogurt naturalny	100 g	I, VII	

14.04.2025					
DIETA DZIECIĘCA					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 763 kcal <u>Białko:</u> 43,0 g <u>Tłuszcze:</u> 34,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,5 g <u>Węglowodany:</u> 97,3 g w tym cukry: 4,7 g <u>Błonnik:</u> 5,13 g <u>Sól:</u> 3,56 g	śniadanie	Płatki owsiane na mleku Herbata owocowa Chleb żytni Kajzerka Masło 82% Parówka hot-dog Ser biały Ogórek zielony Papryka czerwona	250 ml 250 ml 30 g 50 g 20 g 100 g 50 g 20 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VI, IX, X VII	Wartość energetyczna: 2305 kcal Białko: 107,2 g Tłuszcze: 105,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 37,7 g Węglowodany: 261,2 g w tym cukry: 28,9 g Błonnik: 21,43 g Sól: 6,58 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 738 kcal <u>Białko:</u> 47,0 g <u>Tłuszcze:</u> 18,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 5,4 g <u>Węglowodany:</u> 102,1g w tym cukry: 9,5 g <u>Błonnik:</u> 12,3 g <u>Sól:</u> 0,9 g	obiad	Zupa jarzynowa Kotlet drobiowy gotowany Marchew Kasza jęczmienna Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	VI, IX, X I I	
<u>Wartość energetyczna:</u> 701 kcal <u>Białko:</u> 11,9 g <u>Tłuszcze:</u> 50,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 14,8 g <u>Węglowodany:</u> 48,1 g w tym cukry: 2,7 g <u>Błonnik:</u> 4,0 g <u>Sól:</u> 2,12 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 80 g 10 g	I, VI, VII, XI VII III, VII, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 103 kcal <u>Białko:</u> 5,3 g <u>Tłuszcze:</u> 3,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 2,0 g <u>Węglowodany:</u> 13,7 g w tym cukry: 12,0 g <u>Błonnik:</u> 0 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Serek homogenizowany	100 g	VII	

15.04.2025					
DIETA PODSTAWOWA					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 653 kcal <u>Białko:</u> 32,4 g <u>Tłuszcze:</u> 32,5 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 16,1 g <u>Węglowodany:</u> 58,3 g w tym cukry: 10,8 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 2,1 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Chleb żytni Kajzerka Masło 82% Szynka gotowana Pomidor Ser żółty Sałata	100 g 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 40 g 50 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII IX, X VII	Wartość energetyczna: 2300 kcal Białko: 96,0 g Tłuszcze: 115,2 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 47,8 g Węglowodany: 228,0 g w tym cukry: 32,1 g Błonnik: 17,8 g Sól: 6,7 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 734 kcal <u>Białko:</u> 24,0 g <u>Tłuszcze:</u> 25,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 9,2 g <u>Węglowodany:</u> 111,1 g w tym cukry: 12,3 g <u>Błonnik:</u> 8,3 g <u>Sól:</u> 1,2 g	obiad	Krupnik Cepeliny z farszem ruskim i zasmażką Kompot Surówka z czerwonej kapusty	250 ml 270 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 719 kcal <u>Białko:</u> 17,6 g <u>Tłuszcze:</u> 47,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,5 g <u>Węglowodany:</u> 54,6 g w tym cukry: 6,0 g <u>Błonnik:</u> 3,5 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 194 kcal <u>Białko:</u> 22,0 g <u>Tłuszcze:</u> 10,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 7,0 g <u>Węglowodany:</u> 4,0 g w tym cukry: 3,0 g <u>Błonnik:</u> 0,0 g <u>Sól:</u> 1,4 g	II kolacja	Serek wiejski	200 g	VII	

15.04.2025					
DIETA WĄTROBOWA					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 545 kcal <u>Białko:</u> 29,0 g <u>Tłuszcze:</u> 21,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 12,9 g <u>Węglowodany:</u> 59,1 g w tym cukry: 12,1 g <u>Błonnik:</u> 4,0 g <u>Sól:</u> 2,1 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Szynka gotowana Ser biały Pomidor Sałata	100 g 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII IX, X VII	Wartość energetyczna: 2155 kcal Białko: 93,8 g Tłuszcze: 99,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 41,6 g Węglowodany: 226,9 g w tym cukry: 33,3 g Błonnik: 16,4 g Sól: 6,7 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 704 kcal <u>Białko:</u> 24,0 g <u>Tłuszcze:</u> 20,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 6,5 g <u>Węglowodany:</u> 111,1 g w tym cukry: 12,3 g <u>Błonnik:</u> 8,3 g <u>Sól:</u> 1,2 g	obiad	Krupnik Cepeliny z farszem ruskim Kompot Surówka z czerwonej kapusty	250 ml 270 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 712 kcal <u>Białko:</u> 18,8 g <u>Tłuszcze:</u> 47,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,2 g <u>Węglowodany:</u> 52,7 g w tym cukry: 5,9 g <u>Błonnik:</u> 3,1 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 194 kcal <u>Białko:</u> 22,0 g <u>Tłuszcze:</u> 10,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 7,0 g <u>Węglowodany:</u> 4,0 g w tym cukry: 3,0 g <u>Błonnik:</u> 0,0 g <u>Sól:</u> 1,4 g	II kolacja	Serek wiejski	200 g	VII	

15.04.2025					
DIETA CUKRZYCOWA					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 602 kcal <u>Białko:</u> 31,7 g <u>Tłuszcze:</u> 31,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 18,0 g <u>Węglowodany:</u> 50,1 g w tym cukry: 10,6 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 2,2 g	śniadanie	Jogurt naturalny Herbata Chleb razowy Masło 82% Szynka gotowana Pomidor Ser żółty Sałata	100 g 250 ml 30 g 20 g 50 g 50 g 50 g 10 g	VII I, VI, VII, XI VII IX, X VII	Wartość energetyczna: 2176 kcal Białko: 94,2 g Tłuszcze: 109,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 38,4 g Węglowodany: 212,8 g w tym cukry: 32,4 g Błonnik: 21,3 g Sól: 6,9 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 704 kcal <u>Białko:</u> 24,0 g <u>Tłuszcze:</u> 20,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 6,5 g <u>Węglowodany:</u> 111,1 g w tym cukry: 12,3 g <u>Błonnik:</u> 8,3 g <u>Sól:</u> 1,2 g	obiad	Krupnik Cepeliny z farszem ruskim Kompot Surówka z czerwonej kapusty	250 ml 270 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 676 kcal <u>Białko:</u> 16,5 g <u>Tłuszcze:</u> 47,6g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 6,9 g <u>Węglowodany:</u> 47,6 g w tym cukry: 6,5 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 194 kcal <u>Białko:</u> 22,0 g <u>Tłuszcze:</u> 10,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 7,0 g <u>Węglowodany:</u> 4,0 g w tym cukry: 3,0 g <u>Błonnik:</u> 0,0 g <u>Sól:</u> 1,4 g	II kolacja	Serek wiejski	200 g	VII	

15.04.2025					
DIETA DZIECIĘCA					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 657 kcal <u>Białko:</u> 34,0 g <u>Tłuszcze:</u> 32,5 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 16,1 g <u>Węglowodany:</u> 57,4 g w tym cukry: 10,4 g <u>Błonnik:</u> 4,1 g <u>Sól:</u> 2,1 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata owocowa Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Szynka gotowana Pomidor Ser żółty Sałata	100 g 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 40 g 50 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII IX, X VII	Wartość energetyczna: 2086 kcal Białko: 75,9 g Tłuszcze: 81,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 38,6 g Węglowodany: 273,7 g w tym cukry: 28,6 g Błonnik: 16,4 g Sól: 4,4 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 734 kcal <u>Białko:</u> 24,0 g <u>Tłuszcze:</u> 25,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 9,2 g <u>Węglowodany:</u> 111,1 g w tym cukry: 12,3 g <u>Błonnik:</u> 8,3 g <u>Sól:</u> 1,2 g	obiad	Krupnik Cepeliny z farszem ruskim i zasmażką Kompot Surówka z czerwonej kapusty	250 ml 270 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 517 kcal <u>Białko:</u> 17,1 g <u>Tłuszcze:</u> 23,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 13,3 g <u>Węglowodany:</u> 61,2 g w tym cukry: 5,9 g <u>Błonnik:</u> 3,9 g <u>Sól:</u> 1,1 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Jabłko	250 ml 100 g 20 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 178 kcal <u>Białko:</u> 0,8 g <u>Tłuszcze:</u> 0,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0 g <u>Węglowodany:</u> 44,0 g w tym cukry: 0 g <u>Błonnik:</u> 0,1 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Mus truskawkowy	150 g	VII, IX, X	

16.04.2025					
DIETA PODSTAWOWA					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 662 kcal <u>Białko:</u> 21,4 g <u>Tłuszcze:</u> 35,8 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,9 g <u>Węglowodany:</u> 63,3 g w tym cukry: 9,7 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 2,0 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Szynka konserwowa Serek topiony Ogórek zielony Sałata	100 g 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 510 kcal <u>Białko:</u> 25,6 g <u>Tłuszcze:</u> 17,2 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 2,1 g <u>Węglowodany:</u> 59,3 g w tym cukry: 12,7 g <u>Błonnik:</u> 5,8 g <u>Sól:</u> 0,3 g	obiad	Barszcz czerwony Ziemniaki z koperkiem Pałka z kurczaka Surówka z białej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I VI, IX, X	Wartość energetyczna: 1829 kcal Białko: 67,9 g Tłuszcze: 84,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 33,7 g Węglowodany: 193,5 g w tym cukry: 33,5 g Błonnik: 15,9 g Sól: 4,6 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 588 kcal <u>Białko:</u> 20,9 g <u>Tłuszcze:</u> 31,8 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,7 g <u>Węglowodany:</u> 53,8 g w tym cukry: 0,7 g <u>Błonnik:</u> 4,0 g <u>Sól:</u> 2,3 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Paszтет pieczony z warzywami Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 100 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 69 kcal <u>Białko:</u> 0,0 g <u>Tłuszcze:</u> 0,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,0 g <u>Węglowodany:</u> 17,1 g w tym cukry: 10,4 g <u>Błonnik:</u> 0,1 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Kisiel	100 g		

16.04.2025					
DIETA WĄTROBOWA					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 660 kcal <u>Białko:</u> 25,2 g <u>Tłuszcze:</u> 30,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 16,0 g <u>Węglowodany:</u> 70,3 g w tym cukry: 18,2 g <u>Błonnik:</u> 3,7 g <u>Sól:</u> 2,5 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Szynka konserwowa Szynka drobiowa Sałata Banan	100 g 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 10 g 50 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII, IX, X VII	Wartość energetyczna: 1766 kcal Białko: 71,3 g Tłuszcze: 77,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 33,5 g Węglowodany: 191,1 g w tym cukry: 41,8 g Błonnik: 11,2 g Sól: 3,7 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 510 kcal <u>Białko:</u> 25,6 g <u>Tłuszcze:</u> 17,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 2,1 g <u>Węglowodany:</u> 59,3 g w tym cukry: 12,7 g <u>Błonnik:</u> 5,8 g <u>Sól:</u> 0,3 g	obiad	Barszcz czerwony Ziemniaki z koperkiem Pałka z kurczaka gotowana Warzywa gotowane Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I VI, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 527 kcal <u>Białko:</u> 20,5 g <u>Tłuszcze:</u> 29,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 15,4 g <u>Węglowodany:</u> 44,4 g w tym cukry: 0,5 g <u>Błonnik:</u> 2,2 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Kiełbasa krakowska Ogórek	250 ml 80 g 20 g 50 g 30 g	I, VI, VII, XI VII IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 69 kcal <u>Białko:</u> 0,0 g <u>Tłuszcze:</u> 0,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 0,0 g <u>Węglowodany:</u> 17,1 g w tym cukry: 10,4 g <u>Błonnik:</u> 0,1 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Kisiel	100 g		

16.04.2025

DIETA CUKRZYCOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 611 kcal <u>Białko:</u> 20,7 g <u>Tłuszcze:</u> 34,5 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,6 g <u>Węglowodany:</u> 55,1 g w tym cukry: 9,6 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 2,0 g	śniadanie	Jogurt naturalny Herbata Chleb razowy Masło 82% Szynka konserwowa Serek topiony Ogórek zielony Sałata	100 g 250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI VII VII, IX, X VII	Wartość energetyczna: 1694 kcal Białko: 66,1 g Tłuszcze: 83,4 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 33,3 g Węglowodany: 168,2 g w tym cukry: 23,3 g Błonnik: 17,8 g Sól: 4,5 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 510 kcal <u>Białko:</u> 25,6 g <u>Tłuszcze:</u> 17,2 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 2,1 g <u>Węglowodany:</u> 59,3 g w tym cukry: 12,7 g <u>Błonnik:</u> 5,8 g <u>Sól:</u> 0,3 g	obiad	Barszcz czerwony Ziemniaki z koperkiem Pałka z kurczaka Surówka z białej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I VI, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 545 kcal <u>Białko:</u> 19,8 g <u>Tłuszcze:</u> 31,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,6 g <u>Węglowodany:</u> 46,8 g w tym cukry: 1,0 g <u>Błonnik:</u> 5,0 g <u>Sól:</u> 2,2 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Paszтет pieczony z warzywami Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 100 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 28 kcal <u>Białko:</u> 0,0 g <u>Tłuszcze:</u> 0,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,0 g <u>Węglowodany:</u> 7,0 g w tym cukry: 0,0 g <u>Błonnik:</u> 0,1 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Kisiel bez cukru	100 g		

16.04.2025

DIETA DZIECIĘCA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
Wartość energetyczna: 516 kcal Białko: 18,4 g Tłuszcze: 34,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 15,5 g Węglowodany: 33,1 g w tym cukry: 8,7 g Błonnik: 3,5 g Sól: 1,4 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Szynka konserwowa Serek topiony Ogórek zielony Sałata	100 g 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII, IX, X VII	Wartość energetyczna: 1622 kcal Białko: 64,5 g Tłuszcze: 81,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 33,0 g Węglowodany: 153,9 g w tym cukry: 32,3 g Błonnik: 12,5 g Sól: 2,6 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
Wartość energetyczna: 510 kcal Białko: 25,6 g Tłuszcze: 17,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 2,1 g Węglowodany: 59,3 g w tym cukry: 12,7 g Błonnik: 5,8 g Sól: 0,3 g	obiad	Barszcz czerwony Ziemniaki z koperkiem Pałka z kurczaka Surówka z białej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I VI, IX, X	
Wartość energetyczna: 527 kcal Białko: 20,5 g Tłuszcze: 29,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 15,4 g Węglowodany: 44,4 g w tym cukry: 0,5 g Błonnik: 2,2 g Sól: 0,9 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Kielbasa krakowska Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 50 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	
Wartość energetyczna: 69 kcal Białko: 0,0 g Tłuszcze: 0,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 0,0 g Węglowodany: 17,1 g w tym cukry: 10,4 g Błonnik: 0,1 g Sól: 0,0 g	II kolacja	Kisiel	100 g		

17.04.2025

DIETA PODSTAWOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 710 kcal <u>Białko:</u> 28,0 g <u>Tłuszcze:</u> 30,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 14,7 g <u>Węglowodany:</u> 82,2 g w tym cukry: 23,3 g <u>Błonnik:</u> 6,1 g <u>Sól:</u> 1,4 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Płatki jęczmienne na mleku Wędlina drobiowa Dżem Papryka czerwona Ogórek kiszony	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 100 g 50 g 10 g 20 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII I, VI, VII, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 800 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 20,4 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 9,1 g <u>Węglowodany:</u> 110,9 g w tym cukry: 24,0 g <u>Błonnik:</u> 7,9 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Zupa grochowa Makaron z kurczakiem w sosie Kompot Buraczki	250 ml 300 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, III, VII, IX, X	Wartość energetyczna: 2081 kcal Białko: 81,4 g Tłuszcze: 73,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 37,2 g Węglowodany: 267,2 g w tym cukry: 55,0 g Błonnik: 18,0 g Sól: 5,1 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 425 kcal <u>Białko:</u> 11,6 g <u>Tłuszcze:</u> 19,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,7 g <u>Węglowodany:</u> 50,5 g w tym cukry: 3,9 g <u>Błonnik:</u> 3,3 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Galaretk mięsno-warzywna Pomarańcza	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 146 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 4,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 1,7 g <u>Węglowodany:</u> 23,6 g w tym cukry: 3,8 g <u>Błonnik:</u> 0,7 g <u>Sól:</u> 0,1 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe	50 g	I, III, VII	

17.04.2025					
DIETA WĄTROBOWA					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 730 kcal <u>Białko:</u> 29,0 g <u>Tłuszcze:</u> 30,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 14,7 g <u>Węglowodany:</u> 92,9 g w tym cukry: 30,5 g <u>Błonnik:</u> 5,3 g <u>Sól:</u> 2,0 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Sałata Dżem Jabłko Płatki jęczmienne na mleku	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 10 g 50 g 50 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, VII, X VII	Wartość energetyczna: 2082 kcal Białko: 83,6 g Tłuszcze: 73,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 37,2 g Węglowodany: 277,9 g w tym cukry: 63,7 g Błonnik: 17,0 g Sól: 5,7 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 780 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 20,4 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 9,1 g <u>Węglowodany:</u> 110,9 g w tym cukry: 24,0 g <u>Błonnik:</u> 7,9 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Kluski lane Makaron z kurczakiem w sosie Kompot Buraczki	250 ml 300 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, III, VII, IX, X 	
<u>Wartość energetyczna:</u> 426 kcal <u>Białko:</u> 12,8 g <u>Tłuszcze:</u> 19,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,7 g <u>Węglowodany:</u> 50,5 g w tym cukry: 5,4 g <u>Błonnik:</u> 3,1 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Galaretk mięsno-warzywna Pomarańcza	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X 	
<u>Wartość energetyczna:</u> 146 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 4,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 1,7 g <u>Węglowodany:</u> 23,6 g w tym cukry: 3,8 g <u>Błonnik:</u> 0,7 g <u>Sól:</u> 0,1 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe	50 g	I, III, VII	

17.04.2025					
DIETA CUKRZYCOWA					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 890 kcal <u>Białko:</u> 54,0 g <u>Tłuszcze:</u> 51,5 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 27,1 g <u>Węglowodany:</u> 61,2 g w tym cukry: 7,4 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 1,5 g	śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Ser żółty Ogórek kiszony Sałata Wędlina drobiowa Płatki jęczmienne na mleku	250 ml 80 g 20 g 100 g 30 g 10 g 50 g 100 g	I, VI, VII, XI VII VII I, VI, VII, X VII	Wartość energetyczna: 2136 kcal Białko: 106,1 g Tłuszcze: 93,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 49,0 g Węglowodany: 223,7 g w tym cukry: 38,6 g Błonnik: 21,5 g Sól: 5,3 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 800 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 20,4 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 9,1 g <u>Węglowodany:</u> 110,9 g w tym cukry: 24,0 g <u>Błonnik:</u> 7,9 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Zupa grochowa Makaron z kurczakiem w sosie Kompot Buraczki	250 ml 300 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, III, VII, IX, X 	
<u>Wartość energetyczna:</u> 391 kcal <u>Białko:</u> 10,3 g <u>Tłuszcze:</u> 19,2 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,7 g <u>Węglowodany:</u> 45,8 g w tym cukry: 6,5 g <u>Błonnik:</u> 6,1 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Galaretka mięsno-warzywna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X 	
<u>Wartość energetyczna:</u> 55 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 2,8 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 1,1 g <u>Węglowodany:</u> 5,8 g w tym cukry: 0,7 g <u>Błonnik:</u> 1,5 g <u>Sól:</u> 0,2 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe bez cukru	50 g	I, III, VII	

17.04.2025					
DIETA DZIECIĘCA					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 880 kcal <u>Białko:</u> 42,0 g <u>Tłuszcze:</u> 43,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 26,2 g <u>Węglowodany:</u> 86,4 g w tym cukry: 24,7 g <u>Błonnik:</u> 3,4 g <u>Sól:</u> 2,2 g	śniadanie	Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser żółty Sałata Ogórek kiszony Dżem Płatki jęczmienne na mleku	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 10 g 30 g 50 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII	Wartość energetyczna: 2304 kcal Białko: 98,5 g Tłuszcze: 87,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 48,8 g Węglowodany: 282,3 g w tym cukry: 58,0 g Błonnik: 15,9 g Sól: 4,9 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 800 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 20,4 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 9,1 g <u>Węglowodany:</u> 110,9 g w tym cukry: 24,0 g <u>Błonnik:</u> 7,9 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Kluski lane Makaron z kurczakiem w sosie Kompot Buraczki	250 ml 300 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, III, VII, IX, X 	
<u>Wartość energetyczna:</u> 478 kcal <u>Białko:</u> 14,7 g <u>Tłuszcze:</u> 19,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 61,4 g w tym cukry: 5,5 g <u>Błonnik:</u> 3,9 g <u>Sól:</u> 1,1 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Pomarańcza	250 ml 100 g 20 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 146 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 4,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 1,7 g <u>Węglowodany:</u> 23,6 g w tym cukry: 3,8 g <u>Błonnik:</u> 0,7 g <u>Sól:</u> 0,1 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe	50 g	I, III, VII	

18.04.2025

DIETA PODSTAWOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
Wartość energetyczna: 619 kcal <u>Białko:</u> 21,6 g <u>Tłuszcze:</u> 32,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,1 g <u>Węglowodany:</u> 60,3 g w tym cukry: 12,0 g <u>Błonnik:</u> 3,2 g <u>Sól:</u> 1,2 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Jogurt owocowy Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem Jajko z majonezem Sałata	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 100 g 50 g 10 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII VII	Wartość energetyczna: 2015 kcal Białko: 58,1 g Tłuszcze: 76,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 32,9 g Węglowodany: 255,4 g w tym cukry: 53,0 g Błonnik: 15,2 g Sól: 2,4 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
Wartość energetyczna: 777 kcal <u>Białko:</u> 26,7 g <u>Tłuszcze:</u> 18,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 5,9 g <u>Węglowodany:</u> 110,3 g w tym cukry: 25,1 g <u>Błonnik:</u> 7,5 g <u>Sól:</u> 0,3 g	obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem Pierogi leniwe Surówka z marchewki z ananasem Kompot	250 ml 300 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I	
Wartość energetyczna: 491 kcal <u>Białko:</u> 8,2 g <u>Tłuszcze:</u> 24,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 57,0 g w tym cukry: 4,0 g <u>Błonnik:</u> 2,8 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
Wartość energetyczna: 128 kcal <u>Białko:</u> 1,6 g <u>Tłuszcze:</u> 0,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 27,8 g w tym cukry: 11,9 g <u>Błonnik:</u> 1,7 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Wafle ryżowe z dżemem	20 g	I, XI	

18.04.2025

DIETA WĄTROBOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 654 kcal <u>Białko:</u> 37,2 g <u>Tłuszcze:</u> 32,2 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 14,5 g <u>Węglowodany:</u> 54,6 g w tym cukry: 7,3 g <u>Błonnik:</u> 3,1 g <u>Sól:</u> 1,2 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Jogurt owocowy Ser biały z koperkiem Jajko z majonezem Sałata	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 100 g 50 g 10 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII VII	Wartość energetyczna: 2043 kcal Białko: 74,9 g Tłuszcze: 76,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 32,3 g Węglowodany: 247,7 g w tym cukry: 48,2 g Błonnik: 14,7 g Sól: 2,4 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 777 kcal <u>Białko:</u> 26,7 g <u>Tłuszcze:</u> 18,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 5,9 g <u>Węglowodany:</u> 110,3 g w tym cukry: 25,1 g <u>Błonnik:</u> 7,5 g <u>Sól:</u> 0,3 g	obiad	Ryżanka Pierogi leniwe Surówka z marchewki z ananasem Kompot	250 ml 300 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I	
<u>Wartość energetyczna:</u> 484 kcal <u>Białko:</u> 9,4 g <u>Tłuszcze:</u> 24,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 55,0 g w tym cukry: 3,9 g <u>Błonnik:</u> 2,4 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 128 kcal <u>Białko:</u> 1,6 g <u>Tłuszcze:</u> 0,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 27,8 g w tym cukry: 11,9 g <u>Błonnik:</u> 1,7 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Wafle ryżowe z dżemem	20 g	I, XI	

18.04.2025

DIETA CUKRZYCOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
Wartość energetyczna: 568 kcal <u>Białko:</u> 21,2 g <u>Tłuszcze:</u> 32,4 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,2 g <u>Węglowodany:</u> 49,3 g w tym cukry: 5,0 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 1,2 g	śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Jogurt naturalny Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem Jajko z majonezem Sałata	250 ml 80 g 20 g 100 g 100 g 50 g 10 g	I, VI, VII, XI VII VII VII VII	
Wartość energetyczna: 777 kcal <u>Białko:</u> 26,7 g <u>Tłuszcze:</u> 18,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 5,9 g <u>Węglowodany:</u> 110,3 g w tym cukry: 25,1 g <u>Błonnik:</u> 7,5 g <u>Sól:</u> 0,3 g	obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem Pierogi leniwe Surówka z marchewki z ananasem Kompot	250 ml 300 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I	Wartość energetyczna: 1870 kcal Białko: 56,4 g Tłuszcze: 76,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 33,0 g Węglowodany: 224,4 g w tym cukry: 34,8 g Błonnik: 22,7 g Sól: 2,4 g
Wartość energetyczna: 448 kcal <u>Białko:</u> 7,0 g <u>Tłuszcze:</u> 24,8 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 49,0 g w tym cukry: 4,5 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
Wartość energetyczna: 77 kcal <u>Białko:</u> 1,5 g <u>Tłuszcze:</u> 0,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 15,8 g w tym cukry: 0,2 g <u>Błonnik:</u> 1,2 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Wafle ryżowe	20 g	I, XI	

18.04.2025

DIETA DZIECIĘCA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
Wartość energetyczna: 563 kcal <u>Białko:</u> 19,2 g <u>Tłuszcze:</u> 31,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 14,3 g <u>Węglowodany:</u> 51,0 g w tym cukry: 3,8 g <u>Błonnik:</u> 2,8 g <u>Sól:</u> 1,1 g	śniadanie	Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem Jogurt owocowy Jajo z majonezem Sałata	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 100 g 50 g 10 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII III, VII	Wartość energetyczna: 1952 kcal Białko: 56,9 g Tłuszcze: 75,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 32,1 g Węglowodany: 244,1 g w tym cukry: 44,7 g Błonnik: 14,4 g Sól: 2,3 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
Wartość energetyczna: 777 kcal <u>Białko:</u> 26,7 g <u>Tłuszcze:</u> 18,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 5,9 g <u>Węglowodany:</u> 110,3 g w tym cukry: 25,1 g <u>Błonnik:</u> 7,5 g <u>Sól:</u> 0,3 g	obiad	Ryżanka Pierogi leniwe Surówka z marchewki z ananasem Kompot	250 ml 300 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I	
Wartość energetyczna: 484 kcal <u>Białko:</u> 9,4 g <u>Tłuszcze:</u> 24,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 55,0 g w tym cukry: 3,9 g <u>Błonnik:</u> 2,4 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
Wartość energetyczna: 128 kcal <u>Białko:</u> 1,6 g <u>Tłuszcze:</u> 0,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 27,8 g w tym cukry: 11,9 g <u>Błonnik:</u> 1,7 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Wafle ryżowe z dżemem	20 g	I, XI	

19.04.2025

DIETA PODSTAWOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 620 kcal <u>Białko:</u> 27,7 g <u>Tłuszcze:</u> 35,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 19,0 g <u>Węglowodany:</u> 48,9 g <u>w tym cukry:</u> 2,2 g <u>Błonnik:</u> 6,1 g <u>Sól:</u> 0,9 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Ser żółty Ser biały Pomidor Ogórek zielony Jogurt naturalny	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 20 g 20 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 519 kcal <u>Białko:</u> 22,0 g <u>Tłuszcze:</u> 14,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 3,3 g <u>Węglowodany:</u> 84,3 g <u>w tym cukry:</u> 6,9 g <u>Błonnik:</u> 12,6 g <u>Sól:</u> 2,0 g	obiad	Zupa koperkowa Ziemniaki z koperkiem Ryba panierowana Kapusta kiszona Kompot	250 ml 200 g 100 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I I, III, IV	Wartość energetyczna: 1846 kcal Białko: 64,6 g Tłuszcze: 90,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 46,5 g Węglowodany: 189,8 g <u>w tym cukry:</u> 21,6 g Błonnik: 23,1 g Sól: 3,9 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 663 kcal <u>Białko:</u> 14,0 g <u>Tłuszcze:</u> 41,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 24,1 g <u>Węglowodany:</u> 46,8 g <u>w tym cukry:</u> 4,2 g <u>Błonnik:</u> 3,6 g <u>Sól:</u> 1,0 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Ser topiony Ogórek	250 ml 80 g 20 g 100 g 20 g	I, VI, VII, XI VII VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 44 kcal <u>Białko:</u> 0,9 g <u>Tłuszcz:</u> 0,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 9,8 g <u>w tym cukry:</u> 8,3 g <u>Błonnik:</u> 0,8 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Galaretka z owocami	150 ml		

19.04.2025					
DIETA WĄTROBOWA					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 577 kcal <u>Białko:</u> 19,0 g <u>Tłuszcze:</u> 24,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 14,5 g <u>Węglowodany:</u> 70,1 g w tym cukry: 6,4 g <u>Błonnik:</u> 5,3 g <u>Sól:</u> 0,9 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały Dżem Jogurt naturalny Pomidor Sałata	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 100 g 40 g 20 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 470 kcal <u>Białko:</u> 24,0 g <u>Tłuszcze:</u> 9,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 2,4 g <u>Węglowodany:</u> 81,7 g w tym cukry: 12,0 g <u>Błonnik:</u> 13,5 g <u>Sól:</u> 2,0 g	obiad	Zupa koperkowa Ziemniaki z koperkiem Ryba gotowana Surówka z białej kapusty Kompot	250 ml 200 g 100 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I IV	Wartość energetyczna: 1586 kcal Białko: 63,9 g Tłuszcze: 59,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 31,6 g Węglowodany: 209,6 g w tym cukry: 31,0 g Błonnik: 22,2 g Sól: 3,9 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 495 kcal <u>Białko:</u> 20,0 g <u>Tłuszcze:</u> 25,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 14,6 g <u>Węglowodany:</u> 48,0 g w tym cukry: 4,3 g <u>Błonnik:</u> 2,6 g <u>Sól:</u> 1,0 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Ser biały Ogórek	250 ml 80 g 20 g 100 g 20 g	I, VI, VII, XI VII VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 44 kcal <u>Białko:</u> 0,9 g <u>Tłuszcz:</u> 0,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 9,8 g w tym cukry: 8,3 g <u>Błonnik:</u> 0,8 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Galaretka z owocami	150 ml		

19.04.2025					
DIETA CUKRZYCOWA					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 628 kcal <u>Białko:</u> 31,3 g <u>Tłuszcze:</u> 35,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 20,0 g <u>Węglowodany:</u> 46,6 g <u>w tym cukry:</u> 3,2 g <u>Błonnik:</u> 6,9 g <u>Sól:</u> 0,9 g	śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Jogurt naturalny Ser żółty Ser biały Pomidor Sałata	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 50 g 40 g 10 g	I, VI, VII, XI VII VII VII VII	Wartość energetyczna: 1801 kcal Białko: 69,9 g Tłuszcze: 91,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 48,4 g Węglowodany: 172,3 g <u>w tym cukry:</u> 14,7 g Błonnik: 25,3 g Sól: 3,9 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 519 kcal <u>Białko:</u> 22,0 g <u>Tłuszcze:</u> 14,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 3,3 g <u>Węglowodany:</u> 84,3 g <u>w tym cukry:</u> 6,9 g <u>Błonnik:</u> 12,6 g <u>Sól:</u> 2,0 g	obiad	Zupa koperkowa Ziemniaki z koperkiem Ryba panierowana Kapusta kiszona Kompot	250 ml 200 g 100 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I I, III, IV	
<u>Wartość energetyczna:</u> 630 kcal <u>Białko:</u> 14,0 g <u>Tłuszcze:</u> 42,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 25,1 g <u>Węglowodany:</u> 37,8 g <u>w tym cukry:</u> 4,6 g <u>Błonnik:</u> 5,6 g <u>Sól:</u> 1,0 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Ser topiony Ogórek	250 ml 80 g 20 g 100 g 20 g	I, VI, VII, XI VII VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 24 kcal <u>Białko:</u> 2,6 g <u>Tłuszcz:</u> 0,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,0 g <u>Węglowodany:</u> 3,6 g <u>w tym cukry:</u> 0,0 g <u>Błonnik:</u> 0,2 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Galaretka bez cukru	150 ml	VII	

19.04.2025					
DIETA DZIECIĘCA					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 651 kcal <u>Białko:</u> 31,1 g <u>Tłuszcze:</u> 35,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 19,5 g <u>Węglowodany:</u> 53,8 g w tym cukry: 5,4 g <u>Błonnik:</u> 3,1 g <u>Sól:</u> 0,9 g	śniadanie	Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały Ser żółty Sałata Jogurt naturalny Pomidor	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 10 g 100 g 40 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 519 kcal <u>Białko:</u> 22,0 g <u>Tłuszcze:</u> 14,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 3,3 g <u>Węglowodany:</u> 84,3 g w tym cukry: 6,9 g <u>Błonnik:</u> 12,6 g <u>Sól:</u> 2,0 g	obiad	Zupa koperkowa Ziemniaki z koperkiem Ryba panierowana Kapusta kiszona Kompot	250 ml 200 g 100 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I I, III, IV	Wartość energetyczna: 1864 kcal Białko: 69,0 g Tłuszcze: 94,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 47,7 g Węglowodany: 205,7 g w tym cukry: 33,8 g Błonnik: 19,5 g Sól: 3,9 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 650 kcal <u>Białko:</u> 15,0 g <u>Tłuszcze:</u> 44,2 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 24,8 g <u>Węglowodany:</u> 57,8 g w tym cukry: 13,2 g <u>Błonnik:</u> 3,0 g <u>Sól:</u> 1,0 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Ser topiony Banan	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 44 kcal <u>Białko:</u> 0,9 g <u>Tłuszcz:</u> 0,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 9,8 g w tym cukry: 8,3 g <u>Błonnik:</u> 0,8 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Galaretka z owocami	150 ml		

20.04.2025

DIETA PODSTAWOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 950 kcal <u>Białko:</u> 28,0 g <u>Tłuszcze:</u> 45,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 13,2 g <u>Węglowodany:</u> 102,1 g w tym cukry: 12,2 g <u>Błonnik:</u> 5,7 g <u>Sól:</u> 1,2 g	śniadanie	Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Jajko z majonezem Biała kiełbasa z chrzanem Pomidor Ogórek	250 ml 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 20 g 20 g	I, VII I, VI, VII, X I, VI, VII, X VII I, III, IX, X I, VI, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 521 kcal <u>Białko:</u> 22,8 g <u>Tłuszcze:</u> 19,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 4,1 g <u>Węglowodany:</u> 62,0 g w tym cukry: 15,9 g <u>Błonnik:</u> 5,5 g <u>Sól:</u> 0,5 g	obiad	Rosół z makaronem Kotlet schabowy panierowany Buraczki gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X I	Wartość energetyczna: 2152 kcal Białko: 61,1 g Tłuszcze: 104,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 28,7 g Węglowodany: 234,1 g w tym cukry: 37,8 g Błonnik: 16,2 g Sól: 2,6 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 636 kcal <u>Białko:</u> 9,9 g <u>Tłuszcze:</u> 40,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,2 g <u>Węglowodany:</u> 60,0 g w tym cukry: 0,7 g <u>Błonnik:</u> 3,7 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 100 g 10 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 45 kcal <u>Białko:</u> 0,4 g <u>Tłuszcze:</u> 0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,2 g <u>Węglowodany:</u> 10,0 g w tym cukry: 9,0 g <u>Błonnik:</u> 1,3 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Sok warzywno-owocowy	100 ml		

20.04.2025					
DIETA WĄTROBOWA					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 970 kcal <u>Białko:</u> 29,0 g <u>Tłuszcze:</u> 46,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 14,2 g <u>Węglowodany:</u> 103,2 g w tym cukry: 13,5 g <u>Błonnik:</u> 4,2 g <u>Sól:</u> 1,2 g	śniadanie	Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Jajko z majonezem Biała kiełbasa z chrzanem Pomidor Sałata	250 ml 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 100 g 20 g 20 g	I, VII I, VI, VII, X I, VI, VII, X VII I, III, IX, X I, VI, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 413 kcal <u>Białko:</u> 26,9 g <u>Tłuszcze:</u> 6,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 2,1 g <u>Węglowodany:</u> 57,9 g w tym cukry: 18,0 g <u>Błonnik:</u> 5,5 g <u>Sól:</u> 0,5 g	obiad	Rosół z makaronem Kotlet schabowy gotowany Buraczki gotowane Ziemniaki Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X I	Wartość energetyczna: 2119 kcal Białko: 69,3 g Tłuszcze: 93,5 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 27,8 g Węglowodany: 240,1 g w tym cukry: 41,2 g Błonnik: 13,7 g Sól: 2,8 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 691 kcal <u>Białko:</u> 13,0 g <u>Tłuszcze:</u> 40,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,3 g <u>Węglowodany:</u> 69,0 g w tym cukry: 0,7 g <u>Błonnik:</u> 2,7 g <u>Sól:</u> 1,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata	250 ml 100 g 20 g 100 g 10 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 45 kcal <u>Białko:</u> 0,4 g <u>Tłuszcze:</u> 0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,2 g <u>Węglowodany:</u> 10,0 g w tym cukry: 9,0 g <u>Błonnik:</u> 1,3 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Sok warzywno-owocowy	100 ml		

20.04.2025

DIETA CUKRZYCOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 965 kcal <u>Białko:</u> 28,0 g <u>Tłuszcze:</u> 46,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 13,4 g <u>Węglowodany:</u> 92,3 g w tym cukry: 12,1 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 1,1 g	śniadanie	Ryż na mleku Herbata Chleb razowy Masło 82% Jajko z majonezem Biała kiełbasa z chrzanem Pomidor Ogórek	250 ml 250 ml 80 g 20 g 50 g 100 g 20 g 20 g	I, VII I, VI, VII, XI VII I, III, IX, X I, VI, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 521 kcal <u>Białko:</u> 22,8 g <u>Tłuszcze:</u> 19,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 4,1 g <u>Węglowodany:</u> 62,0 g w tym cukry: 15,9 g <u>Błonnik:</u> 5,5 g <u>Sól:</u> 0,5 g	obiad	Rosół z makaronem Kotlet schabowy panierowany Buraczki gotowane Ziemniaki Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X I	Wartość energetyczna: 2108 kcal Białko: 60,6 g Tłuszcze: 105,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 28,7 g Węglowodany: 210,4 g w tym cukry: 32,3 g Błonnik: 19,7 g Sól: 3,0 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 603 kcal <u>Białko:</u> 8,8 g <u>Tłuszcze:</u> 39,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,2 g <u>Węglowodany:</u> 53,0 g w tym cukry: 1,2 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 1,0 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 100 g 10 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 19 kcal <u>Białko:</u> 1,0 g <u>Tłuszcze:</u> 0,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,0 g <u>Węglowodany:</u> 3,1 g w tym cukry: 3,1 g <u>Błonnik:</u> 1,2 g <u>Sól:</u> 0,4 g	II kolacja	Sok pomidorowy	100 ml		

20.04.2025

DIETA DZIECIĘCA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
Wartość energetyczna: 970 kcal Białko: 29,0 g Tłuszcze: 46,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 14,2 g Węglowodany: 103,2 g w tym cukry: 13,5 g Błonnik: 4,2 g Sól: 1,2 g	śniadanie	Ryż na mleku Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Jajko z majonezem Biała kielbasa z chrzanem Pomidor Ogórek	250 ml 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 10 g 20 g 20 g	I, VII I, VI, VII, X I, VI, VII, X VII I, III, IX, X I, VI, VII, IX, X	Wartość energetyczna: 2227 kcal Białko: 65,2 g Tłuszcze: 105,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 29,8 g Węglowodany: 244,2 g w tym cukry: 39,1 g Błonnik: 13,7 g Sól: 2,8 g Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
Wartość energetyczna: 521 kcal Białko: 22,8 g Tłuszcze: 19,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 4,1 g Węglowodany: 62,0 g w tym cukry: 15,9 g Błonnik: 5,5 g Sól: 0,5 g	obiad	Rosół z makaronem Kotlet schabowy panierowany Buraczki gotowane Ziemniaki Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X I	
Wartość energetyczna: 691 kcal Białko: 13,0 g Tłuszcze: 40,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 11,3 g Węglowodany: 69,0 g w tym cukry: 0,7 g Błonnik: 2,7 g Sól: 1,1 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata	250 ml 100 g 20 g 100 g 10 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
Wartość energetyczna: 45 kcal Białko: 0,4 g Tłuszcze: 0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 0,2 g Węglowodany: 10,0 g w tym cukry: 9,0 g Błonnik: 1,3 g Sól: 0 g	II kolacja	Sok warzywno-owocowy	100 ml		