

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	POD	Kolacja	Nocny	SUMA
2025-03-17 poniedziałek	Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	Zupa barszcz białý z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos cebulowy 100 g (<i>GLU</i>) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (<i>GLU</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 407,4 Białko ogółem [g] 88,9 Tłuszcz [g] 74,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 18 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 34,9 Węglowodany ogółem [g] 356 suma cukrów prostych [g] 70 Sód [mg] 2 031 Sól [g] 7,8
	Dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz białý z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (<i>GLU</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 396,2 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 69,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 16 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,4 Węglowodany ogółem [g] 360,6 suma cukrów prostych [g] 86,2 Sód [mg] 1 991,1 Sól [g] 7,7
	Dieta wzdrowia/zołdkowa	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (<i>GLU</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 381,8 Białko ogółem [g] 90,6 Tłuszcz [g] 68,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 16 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,2 Węglowodany ogółem [g] 359,2 suma cukrów prostych [g] 85,5 Sód [mg] 1 985,8 Sól [g] 7,6
	wątrobowaltruskowa	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (<i>GLU</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 381,8 Białko ogółem [g] 90,6 Tłuszcz [g] 68,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 16 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,2 Węglowodany ogółem [g] 359,2 suma cukrów prostych [g] 85,5 Sód [mg] 1 985,8 Sól [g] 7,6

2025-03-17 poniedziałek

Dieta płynna wzmacniająca	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (<i>JAJ</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa ziemniaczana 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>) Marchew gotowana opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (<i>GLU</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>)	Mus z jabłka płynny z biskopiem 120 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>) Herbata bez cukru 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 358,2 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 112,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 43,6 Węglowodany ogółem [g] 246,6 suma cukrów prostych [g] 53,4 Sód [mg] 803,2 Sól [g] 1,9
Dieta cukrzycowa	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa barszcz biał z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (<i>GLU</i>) Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Polędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>) Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 336,9 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 82 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 34,6 Węglowodany ogółem [g] 317,3 suma cukrów prostych [g] 57,9 Sód [mg] 2 691,6 Sól [g] 10,6
Dieta dziecięca podstawowa	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Filet zapiekany dr 50 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biał z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Chrupki kukurydziane 30 g (<i>GLU</i>)	Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Polędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (<i>GLU</i>) Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 722,5 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 95 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 20 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 43,3 Węglowodany ogółem [g] 381 suma cukrów prostych [g] 86,7 Sód [mg] 2 091,3 Sól [g] 8
Sonda / Pega	Płynna ryżanka 250 g (<i>JAJ, MLE</i>) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (<i>JAJ</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>)	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa ziemniaczana 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>) Marchew gotowana opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (<i>GLU</i>)	Mus z jabłka płynny z biskopiem 120 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 265,4 Białko ogółem [g] 106,3 Tłuszcz [g] 115,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 45,6 Węglowodany ogółem [g] 208,8 suma cukrów prostych [g] 52,2 Sód [mg] 900,4 Sól [g] 2,2

2025-03-17 poniedziałek

Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Filet zapiekany dr 50 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biał z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Chrupki kukurydziane 30 g (<i>GLU</i>)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (<i>GLU</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 570,2 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 77,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 31,2 Węglowodany ogółem [g] 384,3 suma cukrów prostych [g] 86,1 Sód [mg] 1 995,9 Sól [g] 7,6
Dieta dziecięca cukrzycowa	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Filet zapiekany dr 50 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa barszcz biał z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (<i>GLU</i>) Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Wafle ryżowe 10 g	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 440,1 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 89,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 35,2 Węglowodany ogółem [g] 325,2 suma cukrów prostych [g] 57,9 Sód [mg] 2 692,8 Sól [g] 10,4
Dieta bogatobiałkowa	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 80 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa barszcz biał z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (<i>GLU</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 440,1 Białko ogółem [g] 100,9 Tłuszcz [g] 74,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 16,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 31,8 Węglowodany ogółem [g] 360,5 suma cukrów prostych [g] 78,7 Sód [mg] 2 058,1 Sól [g] 9
Dieta niskobiałkowa/nierkowa	Zupa ryżanka 350 g (<i>SEL</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL</i>) Marchew gotowana opruszana 80 g (<i>GLU</i>) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biał z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Marchew gotowana opruszana 70 g (<i>GLU</i>) Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 541,6 Białko ogółem [g] 81,4 Tłuszcz [g] 95,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 21 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 47,1 Węglowodany ogółem [g] 351,2 suma cukrów prostych [g] 75,4 Sód [mg] 1 892 Sól [g] 6,9

2025-03-17 poniedziałek

Dieta eliminacyjna	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>) ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>) Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy 120 g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU</i> , <i>RYB</i> , <i>SEL</i>) Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (<i>GLU</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 548,5 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 87 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 20,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 42,5 Węglowodany ogółem [g] 357,3 suma cukrów prostych [g] 86,9 Sód [mg] 2 086,5 Sól [g] 8
Dieta papkowata	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU</i> , <i>RYB</i> , <i>SEL</i>) Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (<i>GLU</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 396,2 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 69,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 16 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,4 Węglowodany ogółem [g] 360,6 suma cukrów prostych [g] 86,2 Sód [mg] 1 991,1 Sól [g] 7,7
Dieta podstawowa cięża/laktacja	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>) ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>)	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>) Sos cebulowy 100 g (<i>GLU</i>) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU</i> , <i>RYB</i> , <i>SEL</i>) Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (<i>GLU</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 582,2 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 78,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 18,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 36,2 Węglowodany ogółem [g] 383,9 suma cukrów prostych [g] 88,3 Sód [mg] 2 121,6 Sól [g] 8
Dieta łatwostrawna cięża/laktacja	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>)	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU</i> , <i>RYB</i> , <i>SEL</i>) Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (<i>GLU</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 571 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 73,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 16,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 388,5 suma cukrów prostych [g] 104,5 Sód [mg] 2 081,7 Sól [g] 7,9

2025-03-17 poniedziałek	Dieta cukrzycowa cięża laktacja	Kefir 360 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GLU, SEL, GOR) ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Grejpfrut 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (GLU) Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Polędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 511,7 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 86 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 35,9 Węglowodany ogółem [g] 345,2 suma cukrów prostych [g] 76,2 Sód [mg] 2 782,2 Sól [g] 10,8
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Filet zapiekany dr 50 g (GLU, SEL, GOR) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g (GLU, JAJ)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Polędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 609,1 Białko ogółem [g] 95,1 Tłuszcz [g] 83 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 16,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 34,5 Węglowodany ogółem [g] 379,8 suma cukrów prostych [g] 97,8 Sód [mg] 2 026,1 Sól [g] 7,7
2025-03-18 wtorek	Dieta podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy z sosem pomid-mięsny 350 g (GLU) Surówka z białej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Rzodkiewka 80 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 287,3 Białko ogółem [g] 79,6 Tłuszcz [g] 74,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 371 suma cukrów prostych [g] 73,4 Sód [mg] 1 825,4 Sól [g] 6,1
	Dieta łatwostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z sosem pomid-mięsny 350 g (GLU, JAJ) Kalafor gotowany na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 172,1 Białko ogółem [g] 81,6 Tłuszcz [g] 64,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 355,9 suma cukrów prostych [g] 73 Sód [mg] 1 200,4 Sól [g] 4,4

2025-03-18 wtorek	Dieta wrzodowa/żółdkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Sos mięsno-jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 100 g (MLE) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 241,4 Białko ogółem [g] 85,1 Tłuszcz [g] 71,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 363,8 suma cukrów prostych [g] 75,6 Sód [mg] 1 824,5 Sól [g] 6
	wątrobowaltruskowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Sos mięsno-jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 100 g (MLE) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 241,4 Białko ogółem [g] 85,1 Tłuszcz [g] 71,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 363,8 suma cukrów prostych [g] 75,6 Sód [mg] 1 824,5 Sól [g] 6
	Dieta płynna wzmocniona	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa jarzynowa dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (MLE)	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 274,1 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 101 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 255,6 suma cukrów prostych [g] 56,8 Sód [mg] 818,5 Sól [g] 1,9
	Dieta cukrzycowa	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy z sosem pomid-mięsnym 350 g (GLU) Surówka z białej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka szkolna wp. 20 g (GLU, SOJ, MLE) Rzodkiewka 80 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 022,4 Białko ogółem [g] 83,7 Tłuszcz [g] 68,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 312,3 suma cukrów prostych [g] 40 Sód [mg] 2 228,9 Sól [g] 8,6

2025-03-18 wtorek

Dieta dziecięca podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa szpinakowa z ziemnikami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z sosem pomid-mięsnym 350 g (GLU, JAJ) Surówka z białej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Rzodkiewka 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 444,7 Białko ogółem [g] 79,6 Tłuszcz [g] 81,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 388,5 suma cukrów prostych [g] 85,9 Sód [mg] 1 839,2 Sól [g] 6
Sonda / Pega	Płynna owsianka 250 g (GLU, JAJ, MLE) Masło 15 g (MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ)	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa jarzynowa dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU)	Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g (GLU, JAJ)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) Mięso drobiowe zmielone 50 g (SEL)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 140,8 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 104,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 40,2 Węglowodany ogółem [g] 212,9 suma cukrów prostych [g] 54,5 Sód [mg] 878,2 Sól [g] 2,2
Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa szpinakowa z ziemnikami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z sosem pomid-mięsnym 350 g (GLU, JAJ) Kalafor gotowany na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 307,9 Białko ogółem [g] 81,8 Tłuszcz [g] 71,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 373,4 suma cukrów prostych [g] 85,4 Sód [mg] 1 214,2 Sól [g] 4,4
Dieta dziecięca cukrzycowa	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa szpinakowa z ziemnikami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy z sosem pomid-mięsnym 350 g (GLU) Surówka z białej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Szynka szkolna wp. 20 g (GLU, SOJ, MLE) Rzodkiewka 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 158,2 Białko ogółem [g] 83,9 Tłuszcz [g] 75,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 329,8 suma cukrów prostych [g] 52,4 Sód [mg] 2 242,7 Sól [g] 8,6

2025-03-18 wtorek	Dieta bogatobiałkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa szpinakowa z ziemnikami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z sosem pomid-mięsnym 350 g (GLU, JAJ) Surówka z białej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Rzodkiewka 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 355,3 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 78,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 365,5 suma cukrów prostych [g] 75,2 Sód [mg] 1 306 Sól [g] 4,6
	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Marchew gotowana opruszana 80 g (GLU) Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa szpinakowa z ziemnikami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z sosem pomid-mięsnym 350 g (GLU, JAJ) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Dżem niskosłodzony 60 g Marchew gotowana opruszana 70 g (GLU) Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 019,9 Białko ogółem [g] 56 Tłuszcz [g] 57,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26,8 Węglowodany ogółem [g] 329,9 suma cukrów prostych [g] 74,6 Sód [mg] 1 256,5 Sól [g] 3,6
	Dieta eliminacyjna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa szpinakowa z ziemnikami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z sosem pomid-mięsnym 350 g (GLU, JAJ) Surówka z białej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Rzodkiewka 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 314,5 Białko ogółem [g] 79,5 Tłuszcz [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,8 Węglowodany ogółem [g] 372,7 suma cukrów prostych [g] 75,7 Sód [mg] 1 269,4 Sól [g] 4,7
	Dieta papkwata	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa szpinakowa z ziemnikami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z sosem pomid-mięsnym 350 g (GLU, JAJ) Kalafior gotowany na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 100 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 217,5 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 65,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 369,9 suma cukrów prostych [g] 80,3 Sód [mg] 1 246,3 Sól [g] 4,6

2025-03-18 wtorek	Dieta podstawowa cięża/laktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) ogórek kwaszony 80 g Salata rozponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa szpinakowa z ziemnikami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z sosem pomid-mięsnym 350 g (GLU, JAJ) Surówka z białej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Rzodkiewka 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 483,7 Białko ogółem [g] 86,5 Tłuszcz [g] 78,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 398,9 suma cukrów prostych [g] 91,7 Sód [mg] 1 916 Sól [g] 6,3
	Dieta łatwostrawna cięża/laktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata rozponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa szpinakowa z ziemnikami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z sosem pomid-mięsnym 350 g (GLU, JAJ) Kalaflor gotowany na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 346,9 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 68,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,4 Węglowodany ogółem [g] 383,8 suma cukrów prostych [g] 91,3 Sód [mg] 1 291 Sól [g] 4,6
	Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) ogórek kwaszony 80 g Salata rozponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa szpinakowa z ziemnikami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z sosem pomid-mięsnym 350 g (GLU) Surówka z białej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 100 g (MLE) Rzodkiewka 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 194,6 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 72,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 27,8 Węglowodany ogółem [g] 348,7 suma cukrów prostych [g] 59 Sód [mg] 2 328,5 Sól [g] 8,3
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pasta z wędliny 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Salata rozponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa szpinakowa z ziemnikami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z sosem pomid-mięsnym 350 g (GLU, JAJ) Kalaflor gotowany na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopt z jabłkiem 50 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 396,3 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 76,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 381,2 suma cukrów prostych [g] 88,4 Sód [mg] 1 243,5 Sól [g] 5,1

2025-03-19 środa	Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szyńka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por (<i>JAJ, SEL</i>) Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jablkowy 200 g	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Kotlet panierowany ze schabu 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Szyńka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Ser żółty 40 g (<i>MLE</i>) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 333,3 Białko ogółem [g] 120,3 Tłuszcz [g] 68,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 8,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 322,4 suma cukrów prostych [g] 62,8 Sód [mg] 2 854,8 Sól [g] 8,9
	Dieta łatwostrawna	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szyńka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por (<i>JAJ, SEL</i>) Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos potrawkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Salata z maślanką 70 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Szyńka z piersi kurczaka 40 g (<i>SOJ</i>) Szyńka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 261,9 Białko ogółem [g] 113,9 Tłuszcz [g] 70,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 8,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 301,3 suma cukrów prostych [g] 76,9 Sód [mg] 2 014,6 Sól [g] 7,9
	Dieta wzdrowiajądkowa	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g (<i>GLU, JAJ</i>) Szyńka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos potrawkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Marchew gotowana opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Szyńka z piersi kurczaka 40 g (<i>SOJ</i>) Szyńka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 449,5 Białko ogółem [g] 126,6 Tłuszcz [g] 81,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,9 Węglowodany ogółem [g] 313,1 suma cukrów prostych [g] 81,4 Sód [mg] 2 212,5 Sól [g] 8,4
	wątrobowatrzuszkowa	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g (<i>GLU, JAJ</i>) Szyńka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos potrawkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Marchew gotowana opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Szyńka z piersi kurczaka 40 g (<i>SOJ</i>) Szyńka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 449,5 Białko ogółem [g] 126,6 Tłuszcz [g] 81,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,9 Węglowodany ogółem [g] 313,1 suma cukrów prostych [g] 81,4 Sód [mg] 2 212,5 Sól [g] 8,4

2025-03-19 środa

Dieta płynna wzmocniona	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (<i>JAJ</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa ryżanka 400 g (<i>SEL</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>) Marchew gotowana opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (<i>MLE</i>)	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>) Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 251,7 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 106,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 40,3 Węglowodany ogółem [g] 234,3 suma cukrów prostych [g] 54,2 Sód [mg] 819,7 Sól [g] 2
Dieta cukrzycowa	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por (<i>JAJ, SEL</i>) Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos potrawkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Szynka z piersi kurczaka 40 g (<i>SOJ</i>) Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, ser top 1 Por (<i>GLU, MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 956,9 Białko ogółem [g] 108,8 Tłuszcz [g] 64,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23 Węglowodany ogółem [g] 252 suma cukrów prostych [g] 32,6 Sód [mg] 2 987,9 Sól [g] 10,8
Dieta dziecięca podstawowa	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos potrawkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Szynka z piersi kurczaka 40 g (<i>SOJ</i>) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 305,4 Białko ogółem [g] 110,5 Tłuszcz [g] 73,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 312,6 suma cukrów prostych [g] 77,2 Sód [mg] 2 050,5 Sól [g] 7,9
Sonda / Pega	Płynna owsianka 250 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (<i>JAJ</i>)	Kisiel bez cukru 200 g	Zupa ryżanka 400 g (<i>SEL</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>)	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 066,2 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 108,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 42,2 Węglowodany ogółem [g] 182,1 suma cukrów prostych [g] 44,7 Sód [mg] 839,2 Sól [g] 2,1

2025-03-19 środa

Dieta dziecięca lekkostrawna	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos potrawkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Salata z maślanką 70 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty b/c 30 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynka z piersi kurczaka 40 g (<i>SOJ</i>) Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 361,1 Białko ogółem [g] 107,6 Tłuszcz [g] 83 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,7 Węglowodany ogółem [g] 302,8 suma cukrów prostych [g] 77,5 Sód [mg] 1 622,1 Sól [g] 6,8
Dieta dziecięca cukrzycowa	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos potrawkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynka z piersi kurczaka 40 g (<i>SOJ</i>) Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, ser top 1 Por (<i>GLU, MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 121,1 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 254,5 suma cukrów prostych [g] 35,8 Sód [mg] 2 929 Sól [g] 10,7
Dieta bogatobiałkowa	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 50 g Salatka jarzynowa 80 Por (<i>JAJ, SEL</i>) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos potrawkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (<i>GLU</i>) Szynka z piersi kurczaka 40 g (<i>SOJ</i>) Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 296,1 Białko ogółem [g] 129,7 Tłuszcz [g] 65,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 8,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 21,4 Węglowodany ogółem [g] 311,7 suma cukrów prostych [g] 71,8 Sód [mg] 2 232,6 Sól [g] 8,4
Dieta niskobiałkowa/nierkowa	Zupa grysikowa 350 g (<i>GLU, SEL</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 50 g (<i>GLU, JAJ</i>) Marchew gotowana opruszana 80 g (<i>GLU</i>) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos potrawkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Marchew gotowana opruszana 70 g (<i>GLU</i>) Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 233,2 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 72,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,6 Węglowodany ogółem [g] 313,4 suma cukrów prostych [g] 66,8 Sód [mg] 1 578,7 Sól [g] 6

2025-03-19 środa

Dieta eliminacyjna	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por (<i>JAJ, SEL</i>) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos potrawkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Ser żółty 40 g (<i>MLE</i>) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 310,2 Białko ogółem [g] 119,9 Tłuszcz [g] 70,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 25,2 Węglowodany ogółem [g] 311,4 suma cukrów prostych [g] 76,7 Sód [mg] 2 802,2 Sól [g] 8,8
Dieta papkowata	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por (<i>JAJ, SEL</i>) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos potrawkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Marchew gotowana opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (<i>GLU</i>) Ser żółty 40 g (<i>MLE</i>) Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 323,2 Białko ogółem [g] 117,6 Tłuszcz [g] 70,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 8,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 313,6 suma cukrów prostych [g] 81,5 Sód [mg] 2 410,9 Sól [g] 7,9
Dieta podstawowa ciąża/laktacja	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por (<i>JAJ, SEL</i>) Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jablkowy 200 g Szynka krucha z pieca 20 g	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos potrawkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Ser żółty 40 g (<i>MLE</i>) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 446,8 Białko ogółem [g] 128,8 Tłuszcz [g] 76,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26,8 Węglowodany ogółem [g] 326,5 suma cukrów prostych [g] 81,9 Sód [mg] 2 993,8 Sól [g] 9,3
Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por (<i>JAJ, SEL</i>) Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos potrawkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Salata z maślanką 70 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Szynka z piersi kurczaka 40 g (<i>SOJ</i>) Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 436,7 Białko ogółem [g] 120,8 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 329,2 suma cukrów prostych [g] 95,2 Sód [mg] 2 105,2 Sól [g] 8,1

2025-03-19 środa	Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Serek wiejski lekki 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE) Jabiko 130 g	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z piersi kurczaka 40 g (SOJ) Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix ti, ser top 1 Por (GLU, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 156,7 Białko ogółem [g] 115,6 Tłuszcz [g] 68,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 285,8 suma cukrów prostych [g] 55,8 Sód [mg] 3 079,1 Sól [g] 11
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Salata z maślanką 70 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka 40 g (SOJ) Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 300,1 Białko ogółem [g] 102,9 Tłuszcz [g] 73,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 7,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 313,3 suma cukrów prostych [g] 89,9 Sód [mg] 1 587,6 Sól [g] 6,7
2025-03-20 czwartek	Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Rzodkiewka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) A'la gołabek 200 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 40 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 319,1 Białko ogółem [g] 96,8 Tłuszcz [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26,8 Węglowodany ogółem [g] 366 suma cukrów prostych [g] 77,1 Sód [mg] 1 543,3 Sól [g] 6,2
	Dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 40 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 407,2 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 76,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28 Węglowodany ogółem [g] 371,6 suma cukrów prostych [g] 92,4 Sód [mg] 1 685,4 Sól [g] 6,3

2025-03-20 czwartek	Dieta wrzodowa/żółdkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor bez skóry 80 g Salata rozponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Marchew gotowana opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (<i>MLE</i>) Szyńka zielonogórska wp 40 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 389,4 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 75,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 373,3 suma cukrów prostych [g] 93,7 Sód [mg] 1 712 Sól [g] 6,4
	wątrobowaltruskowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor bez skóry 80 g Salata rozponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Marchew gotowana opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (<i>MLE</i>) Szyńka zielonogórska wp 40 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 389,4 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 75,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 373,3 suma cukrów prostych [g] 93,7 Sód [mg] 1 712 Sól [g] 6,4
	Dieta płynna wzmocniona	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (<i>JAJ</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Herbata b/c 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa ziemniaczana 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>) Marchew gotowana 150 g (<i>GLU</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>)	Mus z jabłka płynny z biskopiem 120 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>) Herbata b/c 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 409,9 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 115,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 44,5 Węglowodany ogółem [g] 253,6 suma cukrów prostych [g] 53,7 Sód [mg] 804,5 Sól [g] 2
	Dieta cukrzycowa	Maślanka 330 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Rzodkiewka 80 g Salata rozponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Salatka wiosenna z makaronem 150 g (<i>GLU</i>)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) A'la gołąbek 200 g (<i>JAJ</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (<i>MLE</i>) Szyńka zielonogórska wp 40 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 307,2 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 82,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 343,4 suma cukrów prostych [g] 56,2 Sód [mg] 2 458,7 Sól [g] 9,4

2025-03-20 czwartek

Dieta dziecięca podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Rzodkiewka 80 g Sałata rozponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) A'la gołąbek 200 g (<i>JAJ</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Twarożek 80 g (<i>MLE</i>) Szynka zielonogórska wp 40 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 574,9 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 82,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,8 Węglowodany ogółem [g] 403,9 suma cukrów prostych [g] 102,3 Sód [mg] 1 519,1 Sól [g] 6
Sonda / Pega	Płynna owsianka 250 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (<i>JAJ</i>)	Kisiel bez cukru 200 g	Zupa ziemniaczana 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Marchew gotowana opruszana 150 g (<i>GLU</i>)	Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 180,5 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 113,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 16,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 45,2 Węglowodany ogółem [g] 197,7 suma cukrów prostych [g] 43,8 Sód [mg] 822,2 Sól [g] 2
Dieta dziecięca lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor bez skóry 80 g Sałata rozponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Twarożek 80 g (<i>MLE</i>) Szynka zielonogórska wp 40 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 586 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 87,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 392,1 suma cukrów prostych [g] 100,6 Sód [mg] 1 626,2 Sól [g] 6,1
Dieta dziecięca cukrzycowa	Maślanka 330 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Rzodkiewka 80 g Sałata rozponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Salatka wiosenna z makaronem 150 g (<i>GLU</i>)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) A'la gołąbek 200 g (<i>JAJ</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Twarożek 80 g (<i>MLE</i>) Szynka zielonogórska wp 40 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 547,1 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 93,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 35,1 Węglowodany ogółem [g] 371,3 suma cukrów prostych [g] 74,5 Sód [mg] 2 550,5 Sól [g] 9,6

2025-03-20 czwartek

Dieta bogatobiałkowa	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 80 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata rozponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) A'la gołąbek 200 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 40 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 471,6 Białko ogółem [g] 108,9 Tłuszcz [g] 79,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 374,3 suma cukrów prostych [g] 88,9 Sód [mg] 1 582,1 Sól [g] 6,7
Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa ryżanka 350 g (SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Marchew gotowana opruszana 80 g (GLU) Sałata rozponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) A'la gołąbek 200 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Dżem niskosłodzony 60 g Marchew gotowana opruszana 70 g (GLU) Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 341,2 Białko ogółem [g] 69,9 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 33,5 Węglowodany ogółem [g] 366 suma cukrów prostych [g] 90,8 Sód [mg] 1 418 Sól [g] 5,8
Dieta eliminacyjna	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Rzodkiewka 80 g Sałata rozponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) A'la gołąbek 200 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 40 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 396,1 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26,8 Węglowodany ogółem [g] 383,4 suma cukrów prostych [g] 94,2 Sód [mg] 1 578,3 Sól [g] 6,3
Dieta papłkowata	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata rozponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 40 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 425,8 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 78,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 29,3 Węglowodany ogółem [g] 374,2 suma cukrów prostych [g] 94,5 Sód [mg] 1 746,7 Sól [g] 6,5

2025-03-20 czwartek	Dieta podstawowa ciężalaktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Rzodkiewka 80 g Salata rozponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) A'la gołąbek 200 g (<i>JAJ</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (<i>MLE</i>) Szynka zielonogórska wp 40 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 493,9 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,1 Węglowodany ogółem [g] 393,9 suma cukrów prostych [g] 95,4 Sód [mg] 1 633,9 Sól [g] 6,4
	Dieta łatwostrawna ciężalaktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Salata rozponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (<i>MLE</i>) Szynka zielonogórska wp 40 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 582 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 80,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 29,3 Węglowodany ogółem [g] 399,5 suma cukrów prostych [g] 110,7 Sód [mg] 1 776 Sól [g] 6,5
	Dieta cukrzycowa ciężalaktacja	Maślanka 330 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Rzodkiewka 80 g Salata rozponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Salatka wiosenna z makaronem 150 g (<i>GLU</i>) Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) A'la gołąbek 200 g (<i>JAJ</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (<i>MLE</i>) Szynka zielonogórska wp 40 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 482 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 86,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 34,4 Węglowodany ogółem [g] 371,3 suma cukrów prostych [g] 74,5 Sód [mg] 2 549,3 Sól [g] 9,7
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor bez skóry 80 g Salata rozponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Twarożek 80 g (<i>MLE</i>) Szynka zielonogórska wp 40 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 586 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 87,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 392,1 suma cukrów prostych [g] 100,6 Sód [mg] 1 626,2 Sól [g] 6,1

2025-03-21 piątek	Dieta podstawowa	Ryż na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (<i>GLU</i>) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Jabiko 130 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ryba miruna pieczona. 130 g (<i>RYB</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (<i>SOJ</i>) ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 100 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 58,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 299,8 suma cukrów prostych [g] 66 Sód [mg] 2 279,8 Sól [g] 8,3
	Dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (<i>GLU</i>) Sałata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ryba miruna pieczona. 130 g (<i>RYB</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy b/c 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (<i>SOJ</i>) ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 141,3 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 56,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 310,7 suma cukrów prostych [g] 85,5 Sód [mg] 1 466,3 Sól [g] 6,1
	Dieta wzdobawiajątkowa	Ryż na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (<i>GLU</i>) Sałata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Ryba miruna pieczona. 130 g (<i>RYB</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (<i>SOJ</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 141 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 55,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 316,5 suma cukrów prostych [g] 78,8 Sód [mg] 1 490,2 Sól [g] 6,2
	wątrobowatrzuszkowa	Ryż na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (<i>GLU</i>) Sałata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Ryba miruna pieczona. 130 g (<i>RYB</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (<i>SOJ</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 141 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 55,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 316,5 suma cukrów prostych [g] 78,8 Sód [mg] 1 490,2 Sól [g] 6,2

2025-03-21 piątek

Dieta płynna wzmocniona	Ryż na mleku 350 g (MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (MLE)	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g (GLU, JAJ)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Herbata bez cukru 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 361,3 Białko ogółem [g] 98,8 Tłuszcz [g] 106,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 40,3 Węglowodany ogółem [g] 260,8 suma cukrów prostych [g] 53,9 Sód [mg] 820,9 Sól [g] 2,1
Dieta cukrzycowa	Serek homogenizowany naturalny 150 g Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) ogórek kwaszony 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona. 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ) Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 860,5 Białko ogółem [g] 92,2 Tłuszcz [g] 52,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 261,6 suma cukrów prostych [g] 50,5 Sód [mg] 2 305,4 Sól [g] 9,3
Dieta dziecięca podstawowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Salata rozszponka 10 g ogórek kwaszony 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona. 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 20 g (MLE) ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 218,7 Białko ogółem [g] 103,6 Tłuszcz [g] 60,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 25,6 Węglowodany ogółem [g] 320,2 suma cukrów prostych [g] 79,3 Sód [mg] 2 302,4 Sól [g] 8,3
Sonda / Pega	płynna owsianka 250 g (GLU, JAJ, MLE) Masło 15 g (MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ)	Kisiel bez cukru 200 g	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL)	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g (GLU, JAJ)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 159,4 Białko ogółem [g] 102,5 Tłuszcz [g] 108,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 42,2 Węglowodany ogółem [g] 204,2 suma cukrów prostych [g] 44,4 Sód [mg] 839,6 Sól [g] 2,1

2025-03-21 piątek	Dieta dziecięca lekkostrawna	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Sałata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona. 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy b/c 300 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 226,4 Białko ogółem [g] 107,8 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26,2 Węglowodany ogółem [g] 316,6 suma cukrów prostych [g] 85,4 Sód [mg] 1 529,5 Sól [g] 5,7
	Dieta dziecięca cukrzycowa	Serek homogenizowany naturalny 150 g Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona. 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g	Wafle ryżowe 10 g	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 022,7 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 59 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 8,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 21,5 Węglowodany ogółem [g] 282,5 suma cukrów prostych [g] 63,6 Sód [mg] 2 342 Sól [g] 9,4
	Dieta bogatobiałkowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 80 g (GLU) Sałata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona. 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 222,7 Białko ogółem [g] 115,6 Tłuszcz [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 310,5 suma cukrów prostych [g] 78 Sód [mg] 1 541,4 Sól [g] 6,9
	Dieta niskobiałkowa/nierkowa	Zupa ryżanka 350 g (SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Marchew gotowana opruszana 80 g (GLU) Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona. 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Dżem niskosłodzony 60 g Sałata masłowa 20 g Marchew gotowana opruszana 70 g (GLU) Herbata bez cukru 250 g	Herbatniki 2 szt (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 150 Białko ogółem [g] 72,5 Tłuszcz [g] 50,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 362,4 suma cukrów prostych [g] 107 Sód [mg] 1 531,7 Sól [g] 6,1

2025-03-21 piątek

Dieta eliminacyjna	Ryż na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona. 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 081,6 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 53,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 306,2 suma cukrów prostych [g] 78,5 Sód [mg] 2 301,2 Sól [g] 8,4
Dieta papkowata	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona. 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 141,3 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 56,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 310,7 suma cukrów prostych [g] 85,5 Sód [mg] 1 466,3 Sól [g] 6,1
Dieta podstawowa cięża/laktacja	Ryż na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona. 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 197,4 Białko ogółem [g] 107,4 Tłuszcz [g] 57,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,6 Węglowodany ogółem [g] 321,1 suma cukrów prostych [g] 83,7 Sód [mg] 2 356,4 Sól [g] 8,5
Dieta łatwostrawna cięża/laktacja	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona. 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy b/c 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 316,1 Białko ogółem [g] 112,4 Tłuszcz [g] 60,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 338,6 suma cukrów prostych [g] 103,8 Sód [mg] 1 556,9 Sól [g] 6,3

2025-03-21 piątek	Dieta cukrzycowa ciężka/laktacja	Serek homogenizowany naturalny 150 g Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (<i>GLU</i>) ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ryba miruna pieczona. 130 g (<i>RYB</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (<i>SOJ</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 879,3 Białko ogółem [g] 88,9 Tłuszcz [g] 53,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 21,4 Węglowodany ogółem [g] 265,1 suma cukrów prostych [g] 47,5 Sód [mg] 2 316 Sól [g] 9,3
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Ryż na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Schabowa kanapkowa wp 50 g (<i>GLU</i>) Salata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ryba miruna pieczona. 130 g (<i>RYB</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 300 g	Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) ogonówka wp. 40 g (<i>SOJ</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 302,2 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 68,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 321,8 suma cukrów prostych [g] 96,2 Sód [mg] 1 563,3 Sól [g] 5,8
2025-03-22 sobota	Dieta podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 70 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ryż brązowy na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 378,2 Białko ogółem [g] 105,3 Tłuszcz [g] 72,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,2 Węglowodany ogółem [g] 341,9 suma cukrów prostych [g] 73,5 Sód [mg] 2 218,4 Sól [g] 6,1
	Dieta łatwostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 70 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Kalafior gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 406,7 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 78,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 327,2 suma cukrów prostych [g] 86,8 Sód [mg] 2 507,4 Sól [g] 8,4

2025-03-22 sobota	Dieta wrzodowa/żółdkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g (GLU, JAJ) Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 649,4 Białko ogółem [g] 119,2 Tłuszcz [g] 90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 34,2 Węglowodany ogółem [g] 350,3 suma cukrów prostych [g] 90,8 Sód [mg] 2 821,2 Sól [g] 9,2
	wątrobowal/trzustkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g (GLU, JAJ) Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 649,4 Białko ogółem [g] 119,2 Tłuszcz [g] 90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 34,2 Węglowodany ogółem [g] 350,3 suma cukrów prostych [g] 90,8 Sód [mg] 2 821,2 Sól [g] 9,2
	Dieta płynna wzmocniona	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (MLE)	Mus z jabłka płynny z biskopiem 120 g (GLU, JAJ)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 344,9 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 106,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 40,3 Węglowodany ogółem [g] 256,4 suma cukrów prostych [g] 53,9 Sód [mg] 820 Sól [g] 2
	Dieta cukrzycowa	Kefir 360 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 70 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż brązowy na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 191,1 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 71 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,8 Węglowodany ogółem [g] 301 suma cukrów prostych [g] 46,7 Sód [mg] 2 589 Sól [g] 8

2025-03-22 sobota

Dieta dziecięca podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 511,7 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 81,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 352,5 suma cukrów prostych [g] 81,9 Sód [mg] 2 636,8 Sól [g] 7
Sonda / Pega	plynna owsianka 250 g (GLU, JAJ, MLE) Masło 15 g (MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ)	Kisiel bez cukru 200 g	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL)	Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g (GLU, JAJ)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 159,4 Białko ogółem [g] 102,5 Tłuszcz [g] 108,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 42,2 Węglowodany ogółem [g] 204,2 suma cukrów prostych [g] 44,4 Sód [mg] 839,6 Sól [g] 2,1
Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kalańior gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g	Biszkopty b/c 30 g (GLU, JAJ)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 288,2 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 76,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 29,8 Węglowodany ogółem [g] 306,6 suma cukrów prostych [g] 76,4 Sód [mg] 2 455,8 Sól [g] 7,5
Dieta dziecięca cukrzycowa	Kefir 360 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 359,6 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 86,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 34,3 Węglowodany ogółem [g] 301,4 suma cukrów prostych [g] 46,5 Sód [mg] 3 061,2 Sól [g] 9

2025-03-22 sobota	Dieta bogatobiałkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 50 g Pomidor 70 g Salata roszonek 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kalafor gotowany na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 382,5 Białko ogółem [g] 116,1 Tłuszcz [g] 72,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26,3 Węglowodany ogółem [g] 326,5 suma cukrów prostych [g] 79,1 Sód [mg] 2 763,6 Sól [g] 9
	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 350 g (GLU, SEL) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 50 g (GLU, JAJ) Marchew gotowana opruszana 80 g (GLU) Salata roszonek 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z wędliny 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Marchew gotowana opruszana 70 g (GLU) Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 354,6 Białko ogółem [g] 86,5 Tłuszcz [g] 78,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 36,6 Węglowodany ogółem [g] 333,8 suma cukrów prostych [g] 64,5 Sód [mg] 2 102,8 Sól [g] 7,4
	Dieta eliminacyjna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 70 g Salata roszonek 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 432 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 71,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 29,9 Węglowodany ogółem [g] 353,9 suma cukrów prostych [g] 91 Sód [mg] 2 677,5 Sól [g] 7,2
	Dieta papkowata	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 70 g Salata roszonek 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 338,7 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 68,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 334,1 suma cukrów prostych [g] 89,3 Sód [mg] 2 564,6 Sól [g] 8,4

2025-03-22 sobota	Dieta podstawowa ciężalaktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 70 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jablkowy 200 g Szynka krucha z pieca 20 g	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż brązowy na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Kefir 360 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 573,8 Białko ogółem [g] 115,9 Tłuszcz [g] 77,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 31,8 Węglowodany ogółem [g] 370 suma cukrów prostych [g] 91,8 Sód [mg] 2 445,4 Sól [g] 6,6
	Dieta łatwostrawna ciężalaktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 70 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jablkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kalafor gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Kefir 360 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 581,5 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 82,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 29,9 Węglowodany ogółem [g] 355,1 suma cukrów prostych [g] 105,1 Sód [mg] 2 598 Sól [g] 8,6
	Dieta cukrzycowa ciężalaktacja	Kefir 360 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 70 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż brązowy na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 365,9 Białko ogółem [g] 106,3 Tłuszcz [g] 75 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,1 Węglowodany ogółem [g] 328,9 suma cukrów prostych [g] 65 Sód [mg] 2 679,6 Sól [g] 8,2
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż brązowy na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kalafor gotowany na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g (GLU, JAJ)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 334,5 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 75,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 325,7 suma cukrów prostych [g] 88,5 Sód [mg] 2 019,3 Sól [g] 6,4

2025-03-23 niedziela	Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU</i>, <i>MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mandarynka 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (<i>SEL</i>) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Kurczak gotowany 40 g (<i>GLU</i>, <i>SOJ</i>) Salata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (<i>GLU</i>, <i>JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 168,7 Białko ogółem [g] 102,7 Tłuszcz [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,8 Węglowodany ogółem [g] 280,2 suma cukrów prostych [g] 51,1 Sód [mg] 2 181,8 Sól [g] 6,5
	Dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU</i>, <i>MLE</i>) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (<i>SEL</i>) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos karmelowy 100 g (<i>GLU</i>, <i>MLE</i>) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Kurczak gotowany 40 g (<i>GLU</i>, <i>SOJ</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (<i>GLU</i>, <i>JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 301,8 Białko ogółem [g] 106,8 Tłuszcz [g] 80,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,5 Węglowodany ogółem [g] 296,5 suma cukrów prostych [g] 73,2 Sód [mg] 1 692 Sól [g] 5
	Dieta wzdrowiajądkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU</i>, <i>MLE</i>) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (<i>SEL</i>) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos karmelowy 100 g (<i>GLU</i>, <i>MLE</i>) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Kurczak gotowany 40 g (<i>GLU</i>, <i>SOJ</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (<i>GLU</i>, <i>JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 301,8 Białko ogółem [g] 106,8 Tłuszcz [g] 80,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,5 Węglowodany ogółem [g] 296,5 suma cukrów prostych [g] 73,2 Sód [mg] 1 692 Sól [g] 5
	wątrobowatrzuszkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU</i>, <i>MLE</i>) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (<i>SEL</i>) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos karmelowy 100 g (<i>GLU</i>, <i>MLE</i>) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Kurczak gotowany 40 g (<i>GLU</i>, <i>SOJ</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (<i>GLU</i>, <i>JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 301,8 Białko ogółem [g] 106,8 Tłuszcz [g] 80,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,5 Węglowodany ogółem [g] 296,5 suma cukrów prostych [g] 73,2 Sód [mg] 1 692 Sól [g] 5

2025-03-23 niedziela

Dieta płynna wzmocniona	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (<i>JAJ</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa ryżanka 400 g (<i>SEL</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>) Marchew gotowana opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (<i>MLE</i>)	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>) Herbata bez cukru 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 199 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 101,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 37,4 Węglowodany ogółem [g] 234,6 suma cukrów prostych [g] 55,2 Sód [mg] 799,1 Sól [g] 2
Dieta cukrzycowa	Jogurt naturalny 150 g (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Polędwica wieśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa ryżanka 400 g (<i>SEL</i>) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Kurczak gotowany 40 g (<i>GLU, SOJ</i>) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>) Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 924,4 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 67,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 238,5 suma cukrów prostych [g] 38,5 Sód [mg] 2 574,9 Sól [g] 8,3
Dieta dziecięca podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Polędwica wieśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mandarynka 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (<i>SEL</i>) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Sos karmelowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Kurczak gotowany 40 g (<i>GLU, SOJ</i>) Salata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (<i>GLU, JAJ</i>) Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 319 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 85,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 33,4 Węglowodany ogółem [g] 293,5 suma cukrów prostych [g] 65,5 Sód [mg] 2 160,9 Sól [g] 6,2
Sonda / Pega	płynna owsianka 250 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (<i>JAJ</i>)	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Sos karmelowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Zupa ryżanka 400 g (<i>SEL</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>)	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 191 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 110,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 43,2 Węglowodany ogółem [g] 202,6 suma cukrów prostych [g] 56,9 Sód [mg] 903,5 Sól [g] 2,2

2025-03-23 niedziela

Dieta dziecięca lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Polędwica wieśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 385,6 Białko ogółem [g] 107,8 Tłuszcz [g] 85,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 305,9 suma cukrów prostych [g] 84,8 Sód [mg] 1 767,8 Sól [g] 4,6
Dieta dziecięca cukrzycowa	Jogurt naturalny 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Polędwica wieśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 143,1 Białko ogółem [g] 96,8 Tłuszcz [g] 80,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,9 Węglowodany ogółem [g] 264 suma cukrów prostych [g] 53,7 Sód [mg] 2 595,5 Sól [g] 8,3
Dieta bogatobiałkowa	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Polędwica wieśniowa wp 80 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mandarynka 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 260,1 Białko ogółem [g] 113,1 Tłuszcz [g] 78,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,4 Węglowodany ogółem [g] 283,9 suma cukrów prostych [g] 62,9 Sód [mg] 1 901,1 Sól [g] 5,8
Dieta niskobiałkowa/nierkowa	Zupa grysikowa 350 g (GLU, SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Marchew gotowana opruszana 80 g (GLU) Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g pasta drobiowo-jarzynowa 50 g (GLU, SEL) Sałata masłowa 20 g Marchew gotowana opruszana 70 g (GLU) Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 294,8 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 84 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 17,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 309,9 suma cukrów prostych [g] 62,2 Sód [mg] 1 724,5 Sól [g] 6,6

2025-03-23 niedziela

Dieta eliminacyjna	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU</i>, <i>MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Półdewica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Sałata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mandarynka 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (<i>SEL</i>) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos karmelowy 100 g (<i>GLU</i>, <i>MLE</i>) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Kurczak gotowany 40 g (<i>GLU</i>, <i>SOJ</i>) Sałata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 186,5 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 78,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,7 Węglowodany ogółem [g] 276,9 suma cukrów prostych [g] 53,5 Sód [mg] 2 153 Sól [g] 6,4
Dieta papkowata	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU</i>, <i>MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Półdewica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Sałata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (<i>SEL</i>) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos karmelowy 100 g (<i>GLU</i>, <i>MLE</i>) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Kurczak gotowany 40 g (<i>GLU</i>, <i>SOJ</i>) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 301,8 Białko ogółem [g] 106,8 Tłuszcz [g] 80,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,5 Węglowodany ogółem [g] 296,5 suma cukrów prostych [g] 73,2 Sód [mg] 1 692 Sól [g] 5
Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU</i>, <i>MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Półdewica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Sałata rozszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mandarynka 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>)	Zupa ryżanka 400 g (<i>SEL</i>) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Sos karmelowy 100 g (<i>GLU</i>, <i>MLE</i>) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Kurczak gotowany 40 g (<i>GLU</i>, <i>SOJ</i>) Sałata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 358 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 82,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 304 suma cukrów prostych [g] 71,4 Sód [mg] 2 237,8 Sól [g] 6,6
Dieta łatwostrawna ciąży/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU</i>, <i>MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Półdewica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Sałata rozszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>)	Zupa ryżanka 400 g (<i>SEL</i>) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos karmelowy 100 g (<i>GLU</i>, <i>MLE</i>) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Kurczak gotowany 40 g (<i>GLU</i>, <i>SOJ</i>) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 476,6 Białko ogółem [g] 113,7 Tłuszcz [g] 84,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 33,8 Węglowodany ogółem [g] 324,4 suma cukrów prostych [g] 91,5 Sód [mg] 1 782,6 Sól [g] 5,2

2025-03-23 niedziela	Dieta cukrzycowa ciężka/laktacja	Jogurt naturalny 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Polędwica wieśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sałata roszponka 10 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 182,1 Białko ogółem [g] 103,6 Tłuszcz [g] 77,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 29,6 Węglowodany ogółem [g] 274,5 suma cukrów prostych [g] 59,7 Sód [mg] 2 672,3 Sól [g] 8,5
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 Por (GLU) Masło 10 g (MLE) Polędwica wieśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo pszenne 100 Por (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 385,6 Białko ogółem [g] 107,8 Tłuszcz [g] 85,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 305,9 suma cukrów prostych [g] 84,8 Sód [mg] 1 767,8 Sól [g] 4,6