

# Jadłospis 06.01-12.01.2025

06.01.2025

## DIETA PODSTAWOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 760 kcal <u>Białko:</u> 41,9 g <u>Tłuszcze:</u> 30,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 16,4 g <u>Węglowodany:</u> 92,3 g w tym cukry: 4,7 g <u>Błonnik:</u> 6,13 g <u>Sól:</u> 3,56 g	śniadanie	Płatki owsiane na mleku Herbata Chleb żytni Kajzerka Masło 82% Parówka hot-dog Ser biały Ogórek zielony Papryka czerwona	250 ml  250 ml 30 g 50 g 20 g 100 g 50 g 20 g 10 g	I, VII  I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VI, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 610 kcal <u>Białko:</u> 25,2 g <u>Tłuszcze:</u> 17,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 2,5 g <u>Węglowodany:</u> 99,7 g w tym cukry: 14,1 g <u>Błonnik:</u> 8,8 g <u>Sól:</u> 0,3 g	obiad	Jarzynowa z ziemniakami Forszmak drobiowy Marchew Kasza jęczmienna Kompot	250 ml  120 g 100 g 200 g 250 ml	VI, IX, X  VII, IX  I	<p style="text-align: center;"><b>Wartość energetyczna:</b> 2174 kcal</p> <p style="text-align: center;"><b>Białko:</b> 84,3 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Tłuszcze:</b> 100,4 g</p> <p style="text-align: center;">w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 35,7 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Węglowodany:</b> 253,8 g</p> <p style="text-align: center;">w tym cukry: 33,5 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Błonnik:</b> 19,63 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Sól:</b> 5,98 g</p> <p style="text-align: center;">Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.</p>
<u>Wartość energetyczna:</u> 701 kcal <u>Białko:</u> 11,9 g <u>Tłuszcze:</u> 50,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 14,8 g <u>Węglowodany:</u> 48,1 g w tym cukry: 2,7 g <u>Błonnik:</u> 4,7 g <u>Sól:</u> 2,12 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 80 g 10 g	I, VI, VII, XI VII III, VII, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 103 kcal <u>Białko:</u> 5,3 g <u>Tłuszcze:</u> 3,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 2,0 g <u>Węglowodany:</u> 13,7 g w tym cukry: 12,0 g <u>Błonnik:</u> 0 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Serek homogenizowany	100 g	VII	

06.01.2025

**DIETA WĄTROBOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 767 kcal <u>Białko:</u> 44,0 g <u>Tłuszcze:</u> 32,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 17,2 g <u>Węglowodany:</u> 94,8 g <u>w tym cukry:</u> 5,9 g <u>Błonnik:</u> 3,8 g <u>Sól:</u> 3,5 g	śniadanie	Płatki owsiane na mleku Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Parówka hot-dog Pomidor Ser biały	250 ml  250 ml 30 g 50 g 20 g 100 g 50 g 50 g	VII  I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VI, IX, X  VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 610 kcal <u>Białko:</u> 25,2 g <u>Tłuszcze:</u> 17,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,5 g <u>Węglowodany:</u> 99,7 g <u>w tym cukry:</u> 14,1 g <u>Błonnik:</u> 8,8 g <u>Sól:</u> 0,3 g	obiad	Jarzynowa z ziemniakami Forszmak drobiowy Marchew Kasza jęczmienna Kompot	250 ml  120 g 100 g 200 g 250 ml	VI, IX, X  VII, IX  I	<b>Wartość energetyczna:</b> 2174 kcal <b>Białko:</b> 87,6 g <b>Tłuszcze:</b> 102,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 36,5 g <b>Węglowodany:</b> 254,4 g <u>w tym cukry:</u> 34,6 g <b>Błonnik:</b> 16,6 g <b>Sól:</b> 5,9 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 694 kcal <u>Białko:</u> 13,1 g <u>Tłuszcze:</u> 50,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 14,8 g <u>Węglowodany:</u> 46,2 g <u>w tym cukry:</u> 2,6 g <u>Błonnik:</u> 4,0 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 80 g  10 g	I, VI, VII, XI VII III, VII, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 103 kcal <u>Białko:</u> 5,3 g <u>Tłuszcze:</u> 3,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,0 g <u>Węglowodany:</u> 13,7 g <u>w tym cukry:</u> 12,0 g <u>Błonnik:</u> 0 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Serek homogenizowany	100 g	VII	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.

06.01.2025

**DIETA CUKRZYCOWA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 708 kcal <u>Białko:</u> 41,0 g <u>Tłuszcze:</u> 33,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,1 g <u>Węglowodany:</u> 87,8 g <u>w tym cukry:</u> 4,5 g <u>Błonnik:</u> 7,7 g <u>Sól:</u> 3,3 g</p>	śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku Herbata Chleb razowy Masło 82% Parówka hot-dog Ser biały Ogórek zielony Papryka czerwona</p>	<p>250 ml 250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 20 g 10 g</p>	<p>VII I,VI, VII, XI VII VI, IX, X VII</p>	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 610 kcal <u>Białko:</u> 25,2 g <u>Tłuszcze:</u> 17,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,5 g <u>Węglowodany:</u> 99,7 g <u>w tym cukry:</u> 14,1 g <u>Błonnik:</u> 8,8 g <u>Sól:</u> 0,3 g</p>	obiad	<p>Jarzynowa z ziemniakami Forszmak drobiowy Marchew Kasza jęczmienna Kompot</p>	<p>250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml</p>	<p>VI, IX, X VII, IX I</p>	<p><b>Wartość energetyczna:</b> 2043 kcal <b>Białko:</b> 81,8 g <b>Tłuszcze:</b> 103,4 g <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</b> 34,5 g <b>Węglowodany:</b> 232,6 g <b>w tym cukry:</b> 25,8 g <b>Błonnik:</b> 24,0 g <b>Sól:</b> 5,87 g</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 658 kcal <u>Białko:</u> 10,8 g <u>Tłuszcze:</u> 50,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 14,8 g <u>Węglowodany:</u> 41,1 g <u>w tym cukry:</u> 3,2 g <u>Błonnik:</u> 7,5 g <u>Sól:</u> 2,1 g</p>	kolacja	<p>Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Sałata</p>	<p>250 ml 80 g 20 g 80 g 10 g</p>	<p>I, VI, VII, XI VII III, VII, IX</p>	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 67 kcal <u>Białko:</u> 4,8 g <u>Tłuszcze:</u> 3,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,1 g <u>Węglowodany:</u> 4,0 g <u>w tym cukry:</u> 4,0 g <u>Błonnik:</u> 0,0 g <u>Sól:</u> 0,17 g</p>	II kolacja	Jogurt naturalny	100 g	I, VII	<p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.</p>

06.01.2025

**DIETA DZIECIĘCA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 763 kcal <u>Białko:</u> 43,0 g <u>Tłuszcze:</u> 34,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,5 g <u>Węglowodany:</u> 97,3 g <u>w tym cukry:</u> 4,7 g <u>Błonnik:</u> 5,13 g <u>Sól:</u> 3,5 g</p>	śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku Herbata owocowa Chleb żytni Kajzerka Masło 82% Parówka hot-dog Ser biały Ogórek zielony Papryka czerwona</p>	<p>250 ml 250 ml 30 g 50 g 20 g 100 g 50 g 20 g 10 g</p>	<p>VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VI, IX, X VII</p>	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 610 kcal <u>Białko:</u> 25,2 g <u>Tłuszcze:</u> 17,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,5 g <u>Węglowodany:</u> 99,7 g <u>w tym cukry:</u> 14,1 g <u>Błonnik:</u> 8,8 g <u>Sól:</u> 0,3 g</p>	obiad	<p>Jarzynowa z ziemniakami Forszmak drobiowy Marchew Kasza jęczmienna Kompot</p>	<p>250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml</p>	<p>VI, IX, X VII, IX I</p>	<p><b>Wartość energetyczna:</b> 2177 kcal <b>Białko:</b> 85,4 g <b>Tłuszcze:</b> 104,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 34,8 g <b>Węglowodany:</b> 258,8 g <u>w tym cukry:</u> 33,5 g <b>Błonnik:</b> 18,1 g <b>Sól:</b> 5,9 g</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 701 kcal <u>Białko:</u> 11,9 g <u>Tłuszcze:</u> 50,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 14,8 g <u>Węglowodany:</u> 48,1 g <u>w tym cukry:</u> 2,7 g <u>Błonnik:</u> 4,0 g <u>Sól:</u> 2,1 g</p>	kolacja	<p>Herbata owocowa Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Sałata</p>	<p>250 ml 80 g 20 g 80 g 10 g</p>	<p>I, VI, VII, XI VII III, VII, IX</p>	<p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 103 kcal <u>Białko:</u> 5,3 g <u>Tłuszcze:</u> 3,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,0 g <u>Węglowodany:</u> 13,7 g <u>w tym cukry:</u> 12,0 g <u>Błonnik:</u> 0 g <u>Sól:</u> 0,0 g</p>	II kolacja	<p>Serek homogenizowany</p>	<p>100 g</p>	<p>VII</p>	

07.01.2025

**DIETA PODSTAWOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 653 kcal <u>Białko:</u> 32,4 g <u>Tłuszcze:</u> 32,5 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 16,1 g <u>Węglowodany:</u> 58,3 g w tym cukry: 10,8 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 2,1 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Chleb żytni Kajzerka Masło 82% Szynka gotowana Pomidor Ser żółty Sałata	100 g 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 40 g 50 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 899 kcal <u>Białko:</u> 21,2 g <u>Tłuszcze:</u> 45,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 17,1 g <u>Węglowodany:</u> 114,1 g w tym cukry: 17,5 g <u>Błonnik:</u> 6,4 g <u>Sól:</u> 2,1 g	obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Pyzy z mięsem i zasmażką Kompot Surówka z czerwonej kapusty	250 ml 270 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII, IX	<b>Wartość energetyczna:</b> 2489 kcal <b>Białko:</b> 79,8 g <b>Tłuszcze:</b> 141,5 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 49,9 g <b>Węglowodany:</b> 267,8 g w tym cukry: 38,1 g <b>Błonnik:</b> 18,5 g <b>Sól:</b> 7,1 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 719 kcal <u>Białko:</u> 17,6 g <u>Tłuszcze:</u> 47,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,5 g <u>Węglowodany:</u> 54,6 g w tym cukry: 6,0 g <u>Błonnik:</u> 3,5 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 218 kcal <u>Białko:</u> 8,6 g <u>Tłuszcze:</u> 15,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 1,2 g <u>Węglowodany:</u> 10,8 g w tym cukry: 3,8 g <u>Błonnik:</u> 2,6 g <u>Sól:</u> 0,8 g	II kolacja	Sałatka gyros	150 g	VII, IX, X	

07.01.2025

**DIETA WĄTROBOWA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 545 kcal <u>Białko:</u> 29,0 g <u>Tłuszcze:</u> 21,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 12,9 g <u>Węglowodany:</u> 59,1 g w tym cukry: 12,1 g <u>Błonnik:</u> 4,0 g <u>Sól:</u> 2,1 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Szynka gotowana Ser biały Pomidor Sałata	100 g 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 862 kcal <u>Białko:</u> 21,2 g <u>Tłuszcze:</u> 41,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 14,4 g <u>Węglowodany:</u> 114,1 g w tym cukry: 17,5 g <u>Błonnik:</u> 6,4 g <u>Sól:</u> 2,1 g	obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Pyzy z mięsem Kompot Surówka z czerwonej kapusty	250 ml 270 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII, IX	<b>Wartość energetyczna:</b> 2337 kcal <b>Białko:</b> 77,6 g <b>Tłuszcze:</b> 126,2 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 43,7 g <b>Węglowodany:</b> 236,7 g <u>w tym cukry:</u> 39,3 g <b>Błonnik:</b> 16,1 g <b>Sól:</b> 7,1 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 712 kcal <u>Białko:</u> 18,8 g <u>Tłuszcze:</u> 47,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,2 g <u>Węglowodany:</u> 52,7 g w tym cukry: 5,9 g <u>Błonnik:</u> 3,1 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 218 kcal <u>Białko:</u> 8,6 g <u>Tłuszcze:</u> 15,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 1,2 g <u>Węglowodany:</u> 10,8 g w tym cukry: 3,8 g <u>Błonnik:</u> 2,6 g <u>Sól:</u> 0,8 g	II kolacja	Sałatka gyros	150 g	VII, IX, X	

07.01.2025

**DIETA CUKRZYCOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 602 kcal <u>Białko:</u> 31,7 g <u>Tłuszcze:</u> 31,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 18,0 g <u>Węglowodany:</u> 50,1 g <u>w tym cukry:</u> 10,6 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 2,2 g	śniadanie	Jogurt naturalny Herbata Chleb razowy Masło 82% Szynka gotowana Pomidor Ser żółty Sałata	100 g 250 ml 30 g 20 g 50 g 50 g 50 g 10 g	VII I, VI, VII, XI VII IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 862 kcal <u>Białko:</u> 21,2 g <u>Tłuszcze:</u> 41,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 14,4 g <u>Węglowodany:</u> 114,1 g <u>w tym cukry:</u> 17,5 g <u>Błonnik:</u> 6,4 g <u>Sól:</u> 2,1 g	obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Pyzy z mięsem Kompot Surówka z czerwonej kapusty	250 ml 270 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII, IX	<b>Wartość energetyczna:</b> 2358 kcal <b>Białko:</b> 78,0 g <b>Tłuszcze:</b> 136,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 40,5 g <b>Węglowodany:</b> 222,6 g <u>w tym cukry:</u> 38,4 g <b>Błonnik:</b> 22,0 g <b>Sól:</b> 7,2 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 676 kcal <u>Białko:</u> 16,5 g <u>Tłuszcze:</u> 47,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 6,9 g <u>Węglowodany:</u> 47,6 g <u>w tym cukry:</u> 6,5 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 218 kcal <u>Białko:</u> 8,6 g <u>Tłuszcze:</u> 15,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 1,2 g <u>Węglowodany:</u> 10,8 g <u>w tym cukry:</u> 3,8 g <u>Błonnik:</u> 2,6 g <u>Sól:</u> 0,8 g	II kolacja	Sałatka gyros	150 g	VII, IX, X	

07.01.2025

**DIETA DZIECIĘCA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 657 kcal <u>Białko:</u> 34,0 g <u>Tłuszcze:</u> 32,5 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 16,1 g <u>Węglowodany:</u> 57,4 g w tym cukry: 10,4 g <u>Błonnik:</u> 4,1 g <u>Sól:</u> 2,1 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata owocowa Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Szynka gotowana Pomidor Ser żółty Sałata	100 g 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 40 g 50 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 899 kcal <u>Białko:</u> 21,2 g <u>Tłuszcze:</u> 45,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 17,1 g <u>Węglowodany:</u> 114,1 g w tym cukry: 17,5 g <u>Błonnik:</u> 6,4 g <u>Sól:</u> 2,1 g	obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Pyzy z mięsem i zasmażką Kompot Surówka z czerwonej kapusty	250 ml 270 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII, IX	<b>Wartość energetyczna:</b> 2261 kcal <b>Białko:</b> 73,1 g <b>Tłuszcze:</b> 101,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 46,5 g <b>Węglowodany:</b> 276,7 g w tym cukry: 33,8 g <b>Błonnik:</b> 14,5 g <b>Sól:</b> 5,3 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 517 kcal <u>Białko:</u> 17,1 g <u>Tłuszcze:</u> 23,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 13,3 g <u>Węglowodany:</u> 61,2 g w tym cukry: 5,9 g <u>Błonnik:</u> 3,9 g <u>Sól:</u> 1,1 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Jabłko	250 ml 100 g 20 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 188 kcal <u>Białko:</u> 0,8 g <u>Tłuszcze:</u> 0,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0 g <u>Węglowodany:</u> 44,0 g w tym cukry: 0 g <u>Błonnik:</u> 0,1 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Mus truskawkowy	150 ml	VII, IX, X	



08.01.2025

## DIETA PODSTAWOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 662 kcal <u>Białko:</u> 21,4 g <u>Tłuszcze:</u> 35,8 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,9 g <u>Węglowodany:</u> 63,3 g w tym cukry: 9,7 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 2,0 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Szynka konserwowa Serek topiony Ogórek zielony Sałata	100 g 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 899 kcal <u>Białko:</u> 40,1 g <u>Tłuszcze:</u> 27,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 8,5 g <u>Węglowodany:</u> 125,0 g w tym cukry: 7,6 g <u>Błonnik:</u> 9,7 g <u>Sól:</u> 0,4 g	obiad	Grochowa Makaron z sosem boloness Kompot Buraczki	250 ml 300 g 250 ml 100 g	I, VI, IX, X I	<b>Wartość energetyczna:</b> 2304 kcal <b>Białko:</b> 87,1 g <b>Tłuszcze:</b> 97,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 40,5 g <b>Węglowodany:</b> 271,9 g w tym cukry: 18,2 g <b>Błonnik:</b> 22,3 g <b>Sól:</b> 4,7 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 588 kcal <u>Białko:</u> 20,9 g <u>Tłuszcze:</u> 31,8 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,7 g <u>Węglowodany:</u> 53,8 g w tym cukry: 0,7 g <u>Błonnik:</u> 4,0 g <u>Sól:</u> 2,3 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Paszтет pieczony z warzywami Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 100 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 155 kcal <u>Białko:</u> 4,7 g <u>Tłuszcze:</u> 2,4 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,4 g <u>Węglowodany:</u> 29,8 g w tym cukry: 0,2 g <u>Błonnik:</u> 2,6 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Ciastka owsiane	50 g	III, VI, VII, VIII	

08.01.2025

**DIETA WĄTROBOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 660 kcal <u>Białko:</u> 25,2 g <u>Tłuszcze:</u> 30,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 16,0 g <u>Węglowodany:</u> 70,3 g w tym cukry: 18,2 g <u>Błonnik:</u> 3,7 g <u>Sól:</u> 2,5 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Szynka konserwowa Szynka drobiowa Sałata Banan	100 g 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 10 g 50 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 578 kcal <u>Białko:</u> 31,0 g <u>Tłuszcze:</u> 10,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 2,9 g <u>Węglowodany:</u> 93,2 g w tym cukry: 6,3 g <u>Błonnik:</u> 3,7 g <u>Sól:</u> 0,5 g	obiad	Kluski lane Makaron z sosem boloness Kompot Buraczki	250 ml 300 g 250 ml 100 g	I, VI, IX, X I	<b>Wartość energetyczna:</b> 1920 kcal <b>Białko:</b> 81,4 g <b>Tłuszcze:</b> 73,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 34,7 g <b>Węglowodany:</b> 237,7 g w tym cukry: 25,2 g <b>Błonnik:</b> 12,2 g <b>Sól:</b> 3,9 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 527 kcal <u>Białko:</u> 20,5 g <u>Tłuszcze:</u> 29,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 15,4 g <u>Węglowodany:</u> 44,4 g w tym cukry: 0,5 g <u>Błonnik:</u> 2,2 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Kiełbasa krakowska Ogórek	250 ml 80 g 20 g 50 g 30 g	I, VI, VII, XI VII IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 155 kcal <u>Białko:</u> 4,7 g <u>Tłuszcze:</u> 2,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 0,4 g <u>Węglowodany:</u> 29,8 g w tym cukry: 0,2 g <u>Błonnik:</u> 2,6 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Ciastka owsiane	50 g	III, VI, VII, VIII	

08.01.2025

**DIETA CUKRZYCOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 611 kcal <u>Białko:</u> 20,7 g <u>Tłuszcze:</u> 34,5 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,6 g <u>Węglowodany:</u> 55,1 g w tym cukry: 9,6 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 2,0 g	śniadanie	Jogurt naturalny Herbata Chleb razowy Masło 82% Szynka konserwowa Serek topiony Ogórek zielony Sałata	100 g 250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI VII VII, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 899 kcal <u>Białko:</u> 40,1 g <u>Tłuszcze:</u> 27,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 8,5 g <u>Węglowodany:</u> 125,0 g w tym cukry: 7,6 g <u>Błonnik:</u> 9,7 g <u>Sól:</u> 0,4 g	obiad	Grochowa Makaron z sosem boloness Kompot Buraczki	250 ml 300 g 250 ml 100 g	I, VI, IX, X I	<b>Wartość energetyczna:</b> 2191 kcal <b>Białko:</b> 85,6 g <b>Tłuszcze:</b> 97,1 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 40,3 g <b>Węglowodany:</b> 245,1 g w tym cukry: 18,4 g <b>Błonnik:</b> 24,2 g <b>Sól:</b> 4,6 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 545 kcal <u>Białko:</u> 19,8 g <u>Tłuszcze:</u> 31,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,6 g <u>Węglowodany:</u> 46,8 g w tym cukry: 1,0 g <u>Błonnik:</u> 5,0 g <u>Sól:</u> 2,2 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Paszтет pieczony z warzywami Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 100 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 136 kcal <u>Białko:</u> 5,0 g <u>Tłuszcze:</u> 3,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,6 g <u>Węglowodany:</u> 18,2 g w tym cukry: 0,2 g <u>Błonnik:</u> 2,5 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Ciastka owsiane bez cukru	50 g	III, VI, VII, VIII	

08.01.2025

**DIETA DZIECIĘCA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 516 kcal <u>Białko:</u> 18,4 g <u>Tłuszcze:</u> 34,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,5 g <u>Węglowodany:</u> 33,1 g <u>w tym cukry:</u> 8,7 g <u>Błonnik:</u> 3,5 g <u>Sól:</u> 1,4 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Szynka konserwowa Serek topiony Ogórek zielony Sałata	100 g 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 899 kcal <u>Białko:</u> 40,1 g <u>Tłuszcze:</u> 27,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 8,5 g <u>Węglowodany:</u> 125,0 g <u>w tym cukry:</u> 7,6 g <u>Błonnik:</u> 9,7 g <u>Sól:</u> 0,4 g	obiad	Grochowa Makaron z sosem boloness Kompot Buraczki	250 ml 300 g 250 ml 100 g	I, VI, IX, X I	<b>Wartość energetyczna:</b> 2097 kcal <b>Białko:</b> 83,7 g <b>Tłuszcze:</b> 93,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 39,8 g <b>Węglowodany:</b> 232,3 g <u>w tym cukry:</u> 17,0 g <b>Błonnik:</b> 19,0 g <b>Sól:</b> 2,7 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 527 kcal <u>Białko:</u> 20,5 g <u>Tłuszcze:</u> 29,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,4 g <u>Węglowodany:</u> 44,4 g <u>w tym cukry:</u> 0,5 g <u>Błonnik:</u> 3,2 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Kiełbasa krakowska Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 50 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 155 kcal <u>Białko:</u> 4,7 g <u>Tłuszcze:</u> 2,4 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,4 g <u>Węglowodany:</u> 29,8 g <u>w tym cukry:</u> 0,2 g <u>Błonnik:</u> 2,6 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Ciastka owsiane	50 g	III, VI, VII, VIII	

09.01.2025

**DIETA PODSTAWOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 710 kcal <u>Białko:</u> 28,0 g <u>Tłuszcze:</u> 30,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 14,7 g <u>Węglowodany:</u> 82,2 g <u>w tym cukry:</u> 23,3 g <u>Błonnik:</u> 6,1 g <u>Sól:</u> 1,4 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Płatki jęczmienne na mleku Wędlina drobiowa Dżem Papryka czerwona Ogórek kiszony	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 100 g 50 g 10 g 20 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VII I, VI, VII, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 821 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 31,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 7,7 g <u>Węglowodany:</u> 94,8 g <u>w tym cukry:</u> 14,0 g <u>Błonnik:</u> 6,9 g <u>Sól:</u> 1,7 g	obiad	Pieczarkowa z makaronem Ziemniaki z koperkiem Kotlet mielony Surówka z białej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	I, III, IX, X I I, III, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 2110 kcal <b>Białko:</b> 81,4 g <b>Tłuszcze:</b> 84,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 35,8 g <b>Węglowodany:</b> 253,0 g <u>w tym cukry:</u> 46,6 g <b>Błonnik:</b> 17,2 g <b>Sól:</b> 5,3 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 433 kcal <u>Białko:</u> 11,6 g <u>Tłuszcze:</u> 19,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,7 g <u>Węglowodany:</u> 52,4 g <u>w tym cukry:</u> 5,5 g <u>Błonnik:</u> 3,5 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Galaretka mięsno-warzywna Pomarańcza	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 146 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 4,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 1,7 g <u>Węglowodany:</u> 23,6 g <u>w tym cukry:</u> 3,8 g <u>Błonnik:</u> 0,7 g <u>Sól:</u> 0,1 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe	50 g	I, III, VII	

09.01.2025

**DIETA WĄTROBOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 730 kcal <u>Białko:</u> 29,0 g <u>Tłuszcze:</u> 30,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 14,7 g <u>Węglowodany:</u> 92,9 g <u>w tym cukry:</u> 30,5 g <u>Błonnik:</u> 5,3 g <u>Sól:</u> 2,0 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Sałata Dżem Jabłko Płatki jęczmienne na mleku	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 10 g 50 g 50 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, VII, X    I, VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 642 kcal <u>Białko:</u> 28,0 g <u>Tłuszcze:</u> 18,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,8 g <u>Węglowodany:</u> 94,4 g <u>w tym cukry:</u> 15,2 g <u>Błonnik:</u> 5,9 g <u>Sól:</u> 1,4 g	obiad	Ryżanka Ziemniaki z koperkiem Pulpet w sosie Surówka z białej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g  250 ml	I, IX, X I I, III, IX, X  	<b>Wartość energetyczna:</b> 1944 kcal <b>Białko:</b> 73,6 g <b>Tłuszcze:</b> 71,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 28,9 g <b>Węglowodany:</b> 261,4 g <u>w tym cukry:</u> 54,9 g <b>Błonnik:</b> 16,0 g <b>Sól:</b> 5,6 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 426 kcal <u>Białko:</u> 12,8 g <u>Tłuszcze:</u> 19,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,7 g <u>Węglowodany:</u> 50,5 g <u>w tym cukry:</u> 5,4 g <u>Błonnik:</u> 3,1 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Galaretka mięsno-warzywna Pomarańcza	250 ml 80 g 20 g 100 g  50 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X  	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 146 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 4,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 1,7 g <u>Węglowodany:</u> 23,6 g <u>w tym cukry:</u> 3,8 g <u>Błonnik:</u> 0,7 g <u>Sól:</u> 0,1 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe	50 g	I, III, VII	

09.01.2025

**DIETA CUKRZYCOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 890 kcal <u>Białko:</u> 54,0 g <u>Tłuszcze:</u> 51,5 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 27,1 g <u>Węglowodany:</u> 61,2 g <u>w tym cukry:</u> 7,4 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 1,5 g	śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Ser żółty Ogórek kiszony Sałata Wędlina drobiowa Płatki jęczmienne na mleku	250 ml 80 g 20 g 100 g 30 g 10 g 50 g 100 g	I, VI, VII, XI VII VII I, VI, VII, X I, VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 821 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 31,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 7,7 g <u>Węglowodany:</u> 94,8 g <u>w tym cukry:</u> 14,0 g <u>Błonnik:</u> 6,9 g <u>Sól:</u> 1,7 g	obiad	Piecarkowa z makaronem Ziemniaki z koperkiem Kotlet mielony Surówka z białej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	I, III, IX, X I I, III, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 2157 kcal <b>Białko:</b> 106,1 g <b>Tłuszcze:</b> 104,5 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 47,6 g <b>Węglowodany:</b> 207,6 g <u>w tym cukry:</u> 28,6 g <b>Błonnik:</b> 20,5 g <b>Sól:</b> 5,5 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 391 kcal <u>Białko:</u> 10,3 g <u>Tłuszcze:</u> 19,2 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,7 g <u>Węglowodany:</u> 45,8 g <u>w tym cukry:</u> 6,5 g <u>Błonnik:</u> 6,1 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Galaretk mięsno-warzywna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 55 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 2,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 1,1 g <u>Węglowodany:</u> 5,8 g <u>w tym cukry:</u> 0,7 g <u>Błonnik:</u> 1,5 g <u>Sól:</u> 0,2 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe bez cukru	50 g	I, III, VII	

09.01.2025

**DIETA DZIECIĘCA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 880 kcal <u>Białko:</u> 42,0 g <u>Tłuszcze:</u> 43,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 26,2 g <u>Węglowodany:</u> 86,4 g <u>w tym cukry:</u> 24,7 g <u>Błonnik:</u> 3,4 g <u>Sól:</u> 2,2 g	śniadanie	Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser żółty Sałata Ogórek kiszony Dżem Płatki jęczmienne na mleku	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 10 g 30 g 50 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII    I, VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 821 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 31,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 7,7 g <u>Węglowodany:</u> 94,8 g <u>w tym cukry:</u> 14,0 g <u>Błonnik:</u> 6,9 g <u>Sól:</u> 1,7 g	obiad	Piecarkowa z makaronem Ziemniaki z koperkiem Kotlet mielony Surówka z białej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	I, IX, X  I I, III, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 2325 kcal <b>Białko:</b> 98,5 g <b>Tłuszcze:</b> 97,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 47,4 g <b>Węglowodany:</b> 266,2 g <u>w tym cukry:</u> 48,0 g <b>Błonnik:</b> 14,9 g <b>Sól:</b> 5,1 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 478 kcal <u>Białko:</u> 14,7 g <u>Tłuszcze:</u> 19,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 61,4 g <u>w tym cukry:</u> 5,5 g <u>Błonnik:</u> 3,9 g <u>Sól:</u> 1,1 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Pomarańcza	250 ml 100 g 20 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 146 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 4,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 1,7 g <u>Węglowodany:</u> 23,6 g <u>w tym cukry:</u> 3,8 g <u>Błonnik:</u> 0,7 g <u>Sól:</u> 0,1 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe	50 g	I, III, VII	



10.01.2025

**DIETA PODSTAWOWA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 619 kcal <u>Białko:</u> 21,6 g <u>Tłuszcze:</u> 32,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,1 g <u>Węglowodany:</u> 60,3 g w tym cukry: 12,0 g <u>Błonnik:</u> 3,2 g <u>Sól:</u> 1,2 g</p>	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Jogurt owocowy Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem Jajko z majonezem Sałata	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 100 g  50 g 10 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII  VII	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 672 kcal <u>Białko:</u> 25,0 g <u>Tłuszcze:</u> 14,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 3,4 g <u>Węglowodany:</u> 116,4 g w tym cukry: 13,8 g <u>Błonnik:</u> 11,8 g <u>Sól:</u> 1,2 g</p>	obiad	Krupnik Ryż Kompot Kapusta kiszona Ryba panierowana	250 ml 200 g 250 ml 100 g 100 g	I, VI, IX, X I  I, III, IV	<p><b>Wartość energetyczna:</b> 1983 kcal <b>Białko:</b> 61,7 g <b>Tłuszcze:</b> 88,3 g w tym nasycone <b>kwasy tłuszczowe:</b> 30,4 g <b>Węglowodany:</b> 237,6 g w tym cukry: 29,8 g <b>Błonnik:</b> 19,4 g <b>Sól:</b> 3,4 g</p> <p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 491 kcal <u>Białko:</u> 8,2 g <u>Tłuszcze:</u> 24,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 57,0 g w tym cukry: 4,0 g <u>Błonnik:</u> 2,8 g <u>Sól:</u> 0,9 g</p>	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII  I, III, VII, IX, X	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 201 kcal <u>Białko:</u> 6,9 g <u>Tłuszcze:</u> 16,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 3,9 g w tym cukry: 0 g <u>Błonnik:</u> 1,6 g <u>Sól:</u> 0,1 g</p>	II kolacja	Sałatka grecka	150 g	IX	

10.01.2025

**DIETA WĄTROBOWA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 654 kcal <u>Białko:</u> 37,2 g <u>Tłuszcze:</u> 32,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 14,5 g <u>Węglowodany:</u> 54,6 g w tym cukry: 7,3 g <u>Błonnik:</u> 3,1 g <u>Sól:</u> 1,2 g</p>	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały z koperkiem Jajko z majonezem Sałata Jogurt owocowy	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 50 g 10 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII VII	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 651 kcal <u>Białko:</u> 25,9 g <u>Tłuszcze:</u> 24,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 6,9 g <u>Węglowodany:</u> 94,5 g w tym cukry: 4,6 g <u>Błonnik:</u> 5,9 g <u>Sól:</u> 0,2 g</p>	obiad	Krupnik Ryż Ryba gotowana z warzywami Kompot Kapusta kiszona	250 ml 200 g 100 g 250 ml 100 g	I, VII, IX, X I IV	<p><b>Wartość energetyczna:</b> 1990 kcal <b>Białko:</b> 79,4 g <b>Tłuszcze:</b> 97,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 33,3 g <b>Węglowodany:</b> 208 g w tym cukry: 15,8 g <b>Błonnik:</b> 13,0 g <b>Sól:</b> 2,4 g</p> <p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 484 kcal <u>Białko:</u> 9,4 g <u>Tłuszcze:</u> 24,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 55,0 g w tym cukry: 3,9 g <u>Błonnik:</u> 2,4 g <u>Sól:</u> 0,9 g</p>	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 201 kcal <u>Białko:</u> 6,9 g <u>Tłuszcze:</u> 16,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 3,9 g w tym cukry: 0 g <u>Błonnik:</u> 1,6 g <u>Sól:</u> 0,1 g</p>	II kolacja	Sałatka grecka	150 g	IX	

10.01.2025

**DIETA CUKRZYCOWA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 568 kcal <u>Białko:</u> 21,2 g <u>Tłuszcze:</u> 32,4 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,2 g <u>Węglowodany:</u> 49,3 g <u>w tym cukry:</u> 5,0 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 1,2 g</p>	śniadanie	<p>Herbata Chleb razowy Masło 82% Jogurt naturalny Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem Jajko z majonezem Sałata</p>	<p>250 ml 80 g 20 g 100 g 100 g 50 g 10 g</p>	<p>I, VI, VII, XI VII VII VII VII</p>	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 672 kcal <u>Białko:</u> 25,0 g <u>Tłuszcze:</u> 14,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 3,4 g <u>Węglowodany:</u> 116,4 g <u>w tym cukry:</u> 13,8 g <u>Błonnik:</u> 11,8 g <u>Sól:</u> 1,2 g</p>	obiad	<p>Krupnik Ryż Kompot Kapusta kiszona Ryba panierowana</p>	<p>250 ml 200 g 250 ml 100 g 100 g</p>	<p>I, VI, IX, X I I, III, IV</p>	<p><b>Wartość energetyczna:</b> 1889 kcal <b>Białko:</b> 60,1 g <b>Tłuszcze:</b> 87,9 g <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</b> 30,5 g <b>Węglowodany:</b> 218,6 g <b>w tym cukry:</b> 23,3 g <b>Błonnik:</b> 27,4 g <b>Sól:</b> 3,4 g</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 448 kcal <u>Białko:</u> 7,0 g <u>Tłuszcze:</u> 24,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 49,0 g <u>w tym cukry:</u> 4,5 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 0,9 g</p>	kolacja	<p>Herbata Chleb razowy Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna</p>	<p>250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g</p>	<p>I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X</p>	<p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 201 kcal <u>Białko:</u> 6,9 g <u>Tłuszcze:</u> 16,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 3,9 g <u>w tym cukry:</u> 0 g <u>Błonnik:</u> 1,6 g <u>Sól:</u> 0,1 g</p>	II kolacja	Sałatka grecka	150 g	IX	

10.01.2025

**DIETA DZIECIĘCA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 563 kcal <u>Białko:</u> 19,2 g <u>Tłuszcze:</u> 31,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 14,3 g <u>Węglowodany:</u> 51,0 g w tym cukry: 3,8 g <u>Błonnik:</u> 2,8 g <u>Sól:</u> 1,1 g</p>	śniadanie	Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem Jajko z majonezem Sałata Jogurt owocowy	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g  50 g 10 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII  VII VII	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 672 kcal <u>Białko:</u> 25,0 g <u>Tłuszcze:</u> 14,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 3,4 g <u>Węglowodany:</u> 116,4 g w tym cukry: 13,8 g <u>Błonnik:</u> 11,8 g <u>Sól:</u> 1,2 g</p>	obiad	Krupnik Ryż Kompot Kapusta kiszona Ryba panierowana	250 ml 200 g 250 ml 100 g 100 g	I, VI, IX, X I  I, III, IV	<p><b>Wartość energetyczna:</b> 1922 kcal <b>Białko:</b> 58,9 g <b>Tłuszcze:</b> 74,3 g w tym nasycone <b>kwasy tłuszczowe:</b> 31,5 g <b>Węglowodany:</b> 236,1 g w tym cukry: 33,5 g <b>Błonnik:</b> 17,0 g <b>Sól:</b> 3,2 g</p> <p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 484 kcal <u>Białko:</u> 9,4 g <u>Tłuszcze:</u> 24,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 55,0 g w tym cukry: 3,9 g <u>Błonnik:</u> 2,4 g <u>Sól:</u> 0,9 g</p>	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII  I, III, VII, IX, X	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 103 kcal <u>Białko:</u> 5,3 g <u>Tłuszcze:</u> 3,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 2,0 g <u>Węglowodany:</u> 13,7 g w tym cukry: 12,0 g <u>Błonnik:</u> 0 g <u>Sól:</u> 0,0 g</p>	II kolacja	Serek homogenizowany	100 g	VII	

11.01.2025

**DIETA PODSTAWOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 620 kcal <u>Białko:</u> 27,7 g <u>Tłuszcze:</u> 35,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 19,0 g <u>Węglowodany:</u> 48,9 g w tym cukry: 2,2 g <u>Błonnik:</u> 6,1 g <u>Sól:</u> 0,9 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Ser żółty Wędlina drobiowa Pomidor Ogórek zielony Jogurt naturalny	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 20 g 20 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 880 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 32,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 9,5 g <u>Węglowodany:</u> 111,6 g w tym cukry: 39,0 g <u>Błonnik:</u> 5,6 g <u>Sól:</u> 2,2 g	obiad	Zupa koperkowa Naleśniki z serem Kompot Jabłko	250 ml 270 g 250 ml 100 g	I, VII, IX, X I, III, VII	<b>Wartość energetyczna:</b> 1948 kcal <b>Białko:</b> 77,0 g <b>Tłuszcze:</b> 86,9 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 40,2 g <b>Węglowodany:</b> 217,5 g w tym cukry: 50,6 g <b>Błonnik:</b> 14,7 g <b>Sól:</b> 4,9 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 404 kcal <u>Białko:</u> 10,4 g <u>Tłuszcze:</u> 18,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,6 g <u>Węglowodany:</u> 47,2 g w tym cukry: 1,1 g <u>Błonnik:</u> 3,6 g <u>Sól:</u> 1,8 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Galantyna z kurczaka z warzywami Ogórek	250 ml 80 g 20 g 80 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 44 kcal <u>Białko:</u> 0,9 g <u>Tłuszcz:</u> 0,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 9,8 g w tym cukry: 8,3 g <u>Błonnik:</u> 0,8 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Galaretka z owocami	150 ml		

11.01.2025

**DIETA WĄTROBOWA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 669 kcal <u>Białko:</u> 38,3 g <u>Tłuszcze:</u> 35,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 19,5 g <u>Węglowodany:</u> 49,5 g w tym cukry: 3,3 g <u>Błonnik:</u> 4,3 g <u>Sól:</u> 0,9 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały Wędlina drobiowa Pomidor Sałata Jogurt naturalny	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 880 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 32,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 9,5 g <u>Węglowodany:</u> 111,6 g w tym cukry: 39,0 g <u>Błonnik:</u> 5,6 g <u>Sól:</u> 2,2 g	obiad	Zupa koperkowa Naleśniki z serem Kompot Jabłko	250 ml 270 g 250 ml 100 g	I, VII, IX, X I, III, VII	<b>Wartość energetyczna:</b> 1990 kcal <b>Białko:</b> 88,8 g <b>Tłuszcze:</b> 87,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 40,7 g <b>Węglowodany:</b> 216,2 g w tym cukry: 51,6 g <b>Błonnik:</b> 13,6 g <b>Sól:</b> 4,9 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 397 kcal <u>Białko:</u> 11,6 g <u>Tłuszcze:</u> 18,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 11,6 g <u>Węglowodany:</u> 45,3 g w tym cukry: 1,0 g <u>Błonnik:</u> 2,2 g <u>Sól:</u> 1,8 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Galantyna z kurczaka z warzywami Ogórek	250 ml 80 g 20 g 80 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 44 kcal <u>Białko:</u> 0,9 g <u>Tłuszcz:</u> 0,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 9,8 g w tym cukry: 8,3 g <u>Błonnik:</u> 0,8 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Galaretka z owocami	150 ml		

11.01.2025

**DIETA CUKRZYCOWA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 628 kcal <u>Białko:</u> 31,3 g <u>Tłuszcze:</u> 35,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 20,0 g <u>Węglowodany:</u> 46,6 g <u>w tym cukry:</u> 3,2 g <u>Błonnik:</u> 6,9 g <u>Sól:</u> 0,9 g</p>	śniadanie	<p>Herbata Chleb razowy Masło 82% Jogurt naturalny Ser żółty Wędlina drobiowa Pomidor Sałata</p>	<p>250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 50 g 40 g 10 g</p>	<p>I, VI, VII, XI VII VII VII VII, IX, X</p>	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 880 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 32,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 9,5 g <u>Węglowodany:</u> 111,6 g <u>w tym cukry:</u> 39,0 g <u>Błonnik:</u> 5,6 g <u>Sól:</u> 2,2 g</p>	obiad	<p>Zupa koperkowa Naleśniki z serem Kompot Jabłko</p>	<p>250 ml 270 g 250 ml 100 g</p>	<p>I, VII, IX, X I, III, VII</p>	<p><b>Wartość energetyczna:</b> 2089 kcal <b>Białko:</b> 84,5 g <b>Tłuszcze:</b> 98,6 g <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</b> 48,1 g <b>Węglowodany:</b> 222,4 g <b>w tym cukry:</b> 56,7 g <b>Błonnik:</b> 19,7 g <b>Sól:</b> 5,0 g</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 361 kcal <u>Białko:</u> 9,2 g <u>Tłuszcze:</u> 18,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,6 g <u>Węglowodany:</u> 40,2 g <u>w tym cukry:</u> 1,5 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 1,9 g</p>	kolacja	<p>Herbata Chleb razowy Masło 82% Galantyna z kurczaka z warzywami Ogórek</p>	<p>250 ml 80 g 20 g 80 g 20 g</p>	<p>I, VI, VII, XI VII I, IX, IX, X</p>	<p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 24 kcal <u>Białko:</u> 2,6 g <u>Tłuszcz:</u> 0,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,0 g <u>Węglowodany:</u> 3,6 g <u>w tym cukry:</u> 0,0 g <u>Błonnik:</u> 0,2 g <u>Sól:</u> 0 g</p>	II kolacja	Galaretka bez cukru	150 ml	VII	

11.01.2025

**DIETA DZIECIĘCA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 619 kcal <u>Białko:</u> 29,1 g <u>Tłuszcze:</u> 35,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 19,5 g <u>Węglowodany:</u> 46,8 g w tym cukry: 1,4 g <u>Błonnik:</u> 3,1 g <u>Sól:</u> 0,9 g</p>	śniadanie	<p>Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser żółty Wędlina drobiowa Sałata Pomidor Jogurt naturalny</p>	<p>250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 10 g 40 g 100 g</p>	<p>I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII, IX, X VII</p>	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 880 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 32,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 9,5 g <u>Węglowodany:</u> 111,6 g w tym cukry: 39,0 g <u>Błonnik:</u> 5,6 g <u>Sól:</u> 2,2 g</p>	obiad	<p>Zupa koperkowa Naleśniki z serem Kompot Jabłko</p>	<p>250 ml 270 g 250 ml 100 g</p>	<p>I, VII, IX, X I, III, VII</p>	<p><b>Wartość energetyczna:</b> 2021 kcal <b>Białko:</b> 84,4 g <b>Tłuszcze:</b> 89,4 g w tym nasycone <b>kwasy tłuszczowe:</b> 42,9 g <b>Węglowodany:</b> 223,8 g w tym cukry: 58,7 g <b>Błonnik:</b> 13,5 g <b>Sól:</b> 4,7 g</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 478 kcal <u>Białko:</u> 16,4 g <u>Tłuszcze:</u> 21,4 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 13,8 g <u>Węglowodany:</u> 55,6 g w tym cukry: 10,0 g <u>Błonnik:</u> 3,0 g <u>Sól:</u> 1,6 g</p>	kolacja	<p>Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Ogonówka Banan</p>	<p>250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g</p>	<p>I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X</p>	<p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 44 kcal <u>Białko:</u> 0,9 g <u>Tłuszcz:</u> 0,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 9,8 g w tym cukry: 8,3 g <u>Błonnik:</u> 0,8 g <u>Sól:</u> 0 g</p>	II kolacja	Galaretka z owocami	150 ml		



12.01.2025

**DIETA PODSTAWOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 990 kcal <u>Białko:</u> 39,8 g <u>Tłuszcze:</u> 52,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 25,1 g <u>Węglowodany:</u> 94,0 g <u>w tym cukry:</u> 31,0 g <u>Błonnik:</u> 6,2 g <u>Sól:</u> 1,6 g	śniadanie	Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Kiełbasa biała na ciepło Jajko Pomidor Ogórek	250 ml 250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 50 g 20 g 20 g	I, VII  I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 2161 kcal <b>Białko:</b> 64,2 g <b>Tłuszcze:</b> 103,4 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 39,4 g <b>Węglowodany:</b> 242,9 g <u>w tym cukry:</u> 59,9 g <b>Błonnik:</b> 12,3 g <b>Sól:</b> 4,0 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 490 kcal <u>Białko:</u> 14,1 g <u>Tłuszcze:</u> 11,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,9 g <u>Węglowodany:</u> 78,9 g <u>w tym cukry:</u> 19,2 g <u>Błonnik:</u> 2,1 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Rosół z makaronem Kotlet de vollye Buraczki gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X  I	
<u>Wartość energetyczna:</u> 636 kcal <u>Białko:</u> 9,9 g <u>Tłuszcze:</u> 40,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,2 g <u>Węglowodany:</u> 60,0 g <u>w tym cukry:</u> 0,7 g <u>Błonnik:</u> 2,7 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 100 g 10 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 45 kcal <u>Białko:</u> 0,4 g <u>Tłuszcze:</u> 0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,2 g <u>Węglowodany:</u> 10,0 g <u>w tym cukry:</u> 9,0 g <u>Błonnik:</u> 1,3 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Sok warzywno-owocowy	100 ml		

12.01.2025

**DIETA WĄTROBOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 993 kcal <u>Białko:</u> 39,7 g <u>Tłuszcze:</u> 52,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 25,3 g <u>Węglowodany:</u> 92,7 g <u>w tym cukry:</u> 32,1 g <u>Błonnik:</u> 4,3 g <u>Sól:</u> 1,6 g	śniadanie	Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Kiełbasa biała na ciepło Jajko Pomidor Sałata	250 ml 250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 50 g 20 g 10 g	I, VII  I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X  VI, IX, X	<p style="text-align: center;"><b>Wartość energetyczna:</b> 2219 kcal</p> <p style="text-align: center;"><b>Białko:</b> 67,2 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Tłuszcze:</b> 102,4 g</p> <p style="text-align: center;"><u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 39,7 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Węglowodany:</b> 250,6 g</p> <p style="text-align: center;"><u>w tym cukry:</u> 61,0 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Błonnik:</b> 10,4 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Sól:</b> 4,2 g</p> <p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.</p>
<u>Wartość energetyczna:</u> 490 kcal <u>Białko:</u> 14,1 g <u>Tłuszcze:</u> 9,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,9 g <u>Węglowodany:</u> 78,9 g <u>w tym cukry:</u> 19,2 g <u>Błonnik:</u> 2,1 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Rosół z makaronem Rolada drobiowa gotowana Buraczki gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X  I	
<u>Wartość energetyczna:</u> 691 kcal <u>Białko:</u> 13,0 g <u>Tłuszcze:</u> 40,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,3 g <u>Węglowodany:</u> 69,0 g <u>w tym cukry:</u> 0,7 g <u>Błonnik:</u> 2,7 g <u>Sól:</u> 1,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata	250 ml 100 g 20 g 100 g 10 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 45 kcal <u>Białko:</u> 0,4 g <u>Tłuszcze:</u> 0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,2 g <u>Węglowodany:</u> 10,0 g <u>w tym cukry:</u> 9,0 g <u>Błonnik:</u> 1,3 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Sok warzywno-owocowy	100 ml		

12.01.2025

**DIETA CUKRZYCOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 939 kcal <u>Białko:</u> 34,6 g <u>Tłuszcze:</u> 51,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 25,1 g <u>Węglowodany:</u> 85,7 g <u>w tym cukry:</u> 32,4 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 1,6 g	śniadanie	Ryż na mleku Herbata Chleb razowy Masło 82% Kiełbasa na ciepło Jajko Pomidor Ogórek	250 ml 250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 20 g 20 g	I, VII  I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 490 kcal <u>Białko:</u> 14,1 g <u>Tłuszcze:</u> 11,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,9 g <u>Węglowodany:</u> 78,9 g <u>w tym cukry:</u> 19,2 g <u>Błonnik:</u> 2,1 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Rosół z makaronem Kotlet de vollye Buraczki gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g  250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X  I	<b>Wartość energetyczna:</b> 2051 kcal <b>Białko:</b> 58,5 g <b>Tłuszcze:</b> 103,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 39,2 g <b>Węglowodany:</b> 220,7 g <u>w tym cukry:</u> 55,9 g <b>Błonnik:</b> 17,3 g <b>Sól:</b> 4,5 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 603 kcal <u>Białko:</u> 8,8 g <u>Tłuszcze:</u> 39,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,2 g <u>Węglowodany:</u> 53,0 g <u>w tym cukry:</u> 1,2 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 1,0 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 100 g  10 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 19 kcal <u>Białko:</u> 1,0 g <u>Tłuszcze:</u> 0,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,0 g <u>Węglowodany:</u> 3,1 g <u>w tym cukry:</u> 3,1 g <u>Błonnik:</u> 1,2 g <u>Sól:</u> 0,4 g	II kolacja	Sok pomidorowy	100 ml		

12.01.2025

**DIETA DZIECIĘCA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 994 kcal <u>Białko:</u> 39,7 g <u>Tłuszcze:</u> 53,2 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 25,3 g <u>Węglowodany:</u> 93,0 g <u>w tym cukry:</u> 32,1 g <u>Błonnik:</u> 4,3 g <u>Sól:</u> 1,6 g	śniadanie	Ryż na mleku Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Kiełbasa biała na ciepło Jajko Pomidor Ogórek	250 ml 250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 50 g 20 g 20 g	I, VII  I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X  VI, IX, X	<p style="text-align: center;"><b>Wartość energetyczna:</b> 2220 kcal</p> <p style="text-align: center;"><b>Białko:</b> 67,2 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Tłuszcze:</b> 104,8 g</p> <p style="text-align: center;"><u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 39,7 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Węglowodany:</b> 250,9 g</p> <p style="text-align: center;"><u>w tym cukry:</u> 61,0 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Błonnik:</b> 10,4 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Sól:</b> 4,2 g</p> <p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.</p>
<u>Wartość energetyczna:</u> 490 kcal <u>Białko:</u> 14,1 g <u>Tłuszcze:</u> 11,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,9 g <u>Węglowodany:</u> 78,9 g <u>w tym cukry:</u> 19,2 g <u>Błonnik:</u> 2,1 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Rosół z makaronem Kotlet de vollye Buraczki gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X  I	
<u>Wartość energetyczna:</u> 691 kcal <u>Białko:</u> 13,0 g <u>Tłuszcze:</u> 40,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,3 g <u>Węglowodany:</u> 69,0 g <u>w tym cukry:</u> 0,7 g <u>Błonnik:</u> 2,7 g <u>Sól:</u> 1,1 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata	250 ml 100 g 20 g 100 g 10 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 45 kcal <u>Białko:</u> 0,4 g <u>Tłuszcze:</u> 0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,2 g <u>Węglowodany:</u> 10,0 g <u>w tym cukry:</u> 9,0 g <u>Błonnik:</u> 1,3 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Sok warzywno-owocowy	100 ml		

Opracowała: Katarzyna Gajda