

# Jadłospis 21.10-27.10.2024

21.10.2024					
<b>DIETA PODSTAWOWA</b>					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 760 kcal <u>Białko:</u> 41,9 g <u>Tłuszcze:</u> 30,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 16,4 g <u>Węglowodany:</u> 92,3 g <u>w tym cukry:</u> 4,7 g <u>Błonnik:</u> 6,13 g <u>Sól:</u> 3,56 g</p>	śniadanie	Płatki jęczmienne 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	<p><b>Wartość energetyczna:</b> 2374 kcal <b>Białko:</b> 92,4 g <b>Tłuszcze:</b> 105,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 38,9 g <b>Węglowodany:</b> 274,8 g <u>w tym cukry:</u> 39,4 g <b>Błonnik:</b> 23,63 g <b>Sól:</b> 6,68 g</p> <p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 810 kcal <u>Białko:</u> 33,3 g <u>Tłuszcze:</u> 22,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 5,7 g <u>Węglowodany:</u> 120,7 g <u>w tym cukry:</u> 20,0 g <u>Błonnik:</u> 12,8 g <u>Sól:</u> 1,0 g</p>	obiad	Zupa koperkowa Gulasz wieprzowy Buraczki Kasza jęczmienna Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	VI, IX, X VII, IX  I	
<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> 4,7 g <u>Sól:</u> 2,12 g</p>	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	
<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	Serek homogenizowany	100 g	VII	

21.10.2024

**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 w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 17,2 g <u>Węglowodany:</u> 94,8 g w tym cukry: 5,9 g <u>Błonnik:</u> 3,8 g <u>Sól:</u> 3,5 g	śniadanie	Płatki owsiane na mleku Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Parówka hot-dog Pomidor Ser biały	250 ml  250 ml 30 g 50 g 20 g 100 g 50 g 50 g	VII  I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VI, IX, X  VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 810 kcal <u>Białko:</u> 33,3 g <u>Tłuszcze:</u> 22,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 5,7 g <u>Węglowodany:</u> 120,7 g w tym cukry: 20,0 g <u>Błonnik:</u> 12,8 g <u>Sól:</u> 1,0 g	obiad	Zupa koperkowa Gulasz wieprzowy Buraczki Kasza jęczmienna Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	VI, IX, X VII, IX  I	<b>Wartość energetyczna:</b> 2374 kcal <b>Białko:</b> 95,7 g <b>Tłuszcze:</b> 107,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 39,7 g <b>Węglowodany:</b> 275,4 g w tym cukry: 40,5 g <b>Błonnik:</b> 18,9 g <b>Sól:</b> 6,6 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 694 kcal <u>Białko:</u> 13,1 g <u>Tłuszcze:</u> 50,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 14,8 g <u>Węglowodany:</u> 46,2 g w tym cukry: 2,6 g <u>Błonnik:</u> 2,3 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 80 g  10 g	I, VI, VII, XI VII III, VII, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 103 kcal <u>Białko:</u> 5,3 g <u>Tłuszcze:</u> 3,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 2,0 g <u>Węglowodany:</u> 13,7 g w tym cukry: 12,0 g <u>Błonnik:</u> 0 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Serek homogenizowany	100 g	VII	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.

21.10.2024

**DIETA CUKRZYCOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<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	śniadanie	Płatki owsiane na mleku Herbata Chleb razowy Masło 82% Parówka hot-dog Ser biały Ogórek zielony Papryka czerwona	250 ml 250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 20 g 10 g	VII I,VI, VII, XI VII VI, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 810 kcal <u>Białko:</u> 33,3 g <u>Tłuszcze:</u> 22,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 5,7 g <u>Węglowodany:</u> 120,7 g <u>w tym cukry:</u> 20,0 g <u>Błonnik:</u> 12,8 g <u>Sól:</u> 1,0 g	obiad	Zupa koperkowa Gulasz wieprzowy Buraczki Kasza jęczmienna Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	VI, IX, X VII, IX I	<b>Wartość energetyczna:</b> 2243 kcal <b>Białko:</b> 89,9 g <b>Tłuszcze:</b> 108,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 37,7 g <b>Węglowodany:</b> 253,6 g <u>w tym cukry:</u> 31,7 g <b>Błonnik:</b> 28,0 g <b>Sól:</b> 6,57 g
<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	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 80 g 10 g	I, VI, VII, XI VII III, VII, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 67 kcal <u>Białko:</u> 4,8 g <u>Tłuszcze:</u> 3,1 g <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	II kolacja	Jogurt naturalny	100 g	I, VII	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - duszenie.

21.10.2024

**DIETA DZIECIĘCA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 763 kcal <u>Białko:</u> 43,0 g <u>Tłuszcze:</u> 34,0 g <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> 3,56 g	śniadanie	Płatki owsiane na mleku Herbata owocowa Chleb żytni Kajzerka Masło 82% Parówka hot-dog Ser biały Ogórek zielony Papryka czerwona	250 ml  250 ml 30 g 50 g 20 g 100 g 50 g 20 g 10 g	VII  I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VI, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 810 kcal <u>Białko:</u> 33,3 g <u>Tłuszcze:</u> 22,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 5,7 g <u>Węglowodany:</u> 120,7 g <u>w tym cukry:</u> 20,0 g <u>Błonnik:</u> 12,8 g <u>Sól:</u> 1,0 g	obiad	Zupa koperkowa Gulasz wieprzowy Buraczki Kasza jęczmienna Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	VI, IX, X VII, IX  I	<b>Wartość energetyczna:</b> 2377 kcal <b>Białko:</b> 93,5 g <b>Tłuszcze:</b> 109,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 38,0 g <b>Węglowodany:</b> 269,8 g <u>w tym cukry:</u> 39,4 g <b>Błonnik:</b> 21,93 g <b>Sól:</b> 6,68 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - duszenie.
<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> 2,12 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Sałata	250 ml 80 g 20 g 80 g  10 g	I, VI, VII, XI VII III, VII, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 103 kcal <u>Białko:</u> 5,3 g <u>Tłuszcze:</u> 3,0 g <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	

22.10.2024

**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 tłuszczowe: 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> 760 kcal <u>Białko:</u> 29,0 g <u>Tłuszcze:</u> 25,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 9,2 g <u>Węglowodany:</u> 115,1 g w tym cukry: 12,0 g <u>Błonnik:</u> 7,9 g <u>Sól:</u> 1,6 g	obiad	Barszcz biały Cepeliny z farszem ruskim i zasmażką Kompot Surówka z białej kapusty	250 ml 270 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII, IX	<b>Wartość energetyczna:</b> 2350 kcal <b>Białko:</b> 87,6g <b>Tłuszcze:</b> 120,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 42,0 g <b>Węglowodany:</b> 238,8 g w tym cukry: 32,6 g <b>Błonnik:</b> 20,0 g <b>Sól:</b> 6,6 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 719 kcal <u>Białko:</u> 17,6 g <u>Tłuszcze:</u> 47,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 15,5 g <u>Węglowodany:</u> 54,6 g w tym cukry: 6,0 g <u>Błonnik:</u> 3,5 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 218 kcal <u>Białko:</u> 8,6 g <u>Tłuszcze:</u> 15,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 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	200 g	VII, IX, X	

22.10.2024

**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> 738 kcal <u>Białko:</u> 23,0 g <u>Tłuszcze:</u> 19,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 9,1 g <u>Węglowodany:</u> 108,0 g w tym cukry: 16,1 g <u>Błonnik:</u> 6,5 g <u>Sól:</u> 1,4 g	obiad	Ryżanka Cepeliny z farszem ruskim Kompot Surówka z białej kapusty	250 ml 270 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII	<b>Wartość energetyczna:</b> 2213 kcal <b>Białko:</b> 79,4 g <b>Tłuszcze:</b> 103,6 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 32,5 g <b>Węglowodany:</b> 184,4 g <u>w tym cukry:</u> 39,4 g <b>Błonnik:</b> 19,9 g <b>Sól:</b> 5,7 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> 5,8 g <u>Sól:</u> 1,4 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	200 g	VII, IX, X	

22.10.2024

**DIETA CUKRZYCOWA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 602 kcal <u>Białko:</u> 31,7 g <u>Tłuszcze:</u> 31,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 18,0 g <u>Węglowodany:</u> 50,1 g w tym cukry: 10,6 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 2,2 g	śniadanie	Jogurt naturalny Herbata Chleb razowy Masło 82% Szynka gotowana Pomidor Ser żółty Sałata	100 g 250 ml 30 g 20 g 50 g 50 g 50 g 10 g	VII I, VI, VII, XI VII IX, X VII	<b>Wartość energetyczna:</b> 2234 kcal <b>Białko:</b> 79,8 g <b>Tłuszcze:</b> 113,5 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 35,2 g <b>Węglowodany:</b> 216,5 g <u>w tym cukry:</u> 37,0 g <b>Błonnik:</b> 22,1 g <b>Sól:</b> 6,5 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 738 kcal <u>Białko:</u> 23,0 g <u>Tłuszcze:</u> 19,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 9,1 g <u>Węglowodany:</u> 108,0 g w tym cukry: 16,1 g <u>Błonnik:</u> 6,5 g <u>Sól:</u> 1,4 g	obiad	Ryżanka Cepeliny z farszem ruskim Kompot Surówka z białej kapusty	250 ml 270 g  250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 676 kcal <u>Białko:</u> 16,5 g <u>Tłuszcze:</u> 47,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 6,9 g <u>Węglowodany:</u> 47,6 g w tym cukry: 6,5 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 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> 2,6g <u>Sól:</u> 0,8 g	II kolacja	Sałatka gyros	200 g	VII, IX, X	

22.10.2024

**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> 760 kcal <u>Białko:</u> 29,0 g <u>Tłuszcze:</u> 25,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 9,2 g <u>Węglowodany:</u> 115,1 g w tym cukry: 12,0 g <u>Błonnik:</u> 7,9 g <u>Sól:</u> 1,6 g	obiad	Barszcz biały Cepeliny z farszem ruskim i zasmażką Kompot Surówka z białej kapusty	250 ml 270 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII, IX	<b>Wartość energetyczna:</b> 2122 kcal <b>Białko:</b> 80,9 g <b>Tłuszcze:</b> 81,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 38,6 g <b>Węglowodany:</b> 277,7 g w tym cukry: 28,3 g <b>Błonnik:</b> 16,0 g <b>Sól:</b> 4,8 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 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 g	II kolacja	Mus truskawkowy	200 g	VII, IX, X	



23.10.2024

**DIETA PODSTAWOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 662 kcal <u>Białko:</u> 21,4 g <u>Tłuszcze:</u> 35,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 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% Ser biały Serek topiony Ogórek zielony Sałata	100 g 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 510 kcal <u>Białko:</u> 25,6 g <u>Tłuszcze:</u> 17,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 2,1 g <u>Węglowodany:</u> 59,3 g w tym cukry: 12,7 g <u>Błonnik:</u> 5,8 g <u>Sól:</u> 0,3 g	obiad	Barszcz czerwony Ziemniaki z koperkiem Pałka z kurczaka Surówka z czerwonej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I VI, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 1915 kcal <b>Białko:</b> 72,6 g <b>Tłuszcze:</b> 87,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 34,1 g <b>Węglowodany:</b> 206,2 g w tym cukry: 23,3 g <b>Błonnik:</b> 18,4 g <b>Sól:</b> 4,6 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 588 kcal <u>Białko:</u> 20,9 g <u>Tłuszcze:</u> 31,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 15,7 g <u>Węglowodany:</u> 53,8 g w tym cukry: 0,7 g <u>Błonnik:</u> 4,0 g <u>Sól:</u> 2,3 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Paszтет pieczony z warzywami Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 100 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 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	

23.10.2024

**DIETA WĄTROBOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<b>Wartość energetyczna:</b> 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% Ser biały 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	<b>Wartość energetyczna:</b> 1852 kcal <b>Białko:</b> 76,0 g <b>Tłuszcze:</b> 80,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 33,9 g <b>Węglowodany:</b> 203,8 g w tym cukry: 31,6 g <b>Błonnik:</b> 14,3 g <b>Sól:</b> 3,7 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
<b>Wartość energetyczna:</b> 510 kcal <u>Białko:</u> 25,6 g <u>Tłuszcze:</u> 17,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 2,1 g <u>Węglowodany:</u> 59,3 g w tym cukry: 12,7 g <u>Błonnik:</u> 5,8 g <u>Sól:</u> 0,3 g	obiad	Barszcz czerwony Ziemniaki z koperkiem Pałka z kurczaka gotowana Surówka z czerwonej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I VI, IX, X	
<b>Wartość energetyczna:</b> 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	
<b>Wartość energetyczna:</b> 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	

23.10.2024

**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 tłuszczowe: 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% Ser biały 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	<p style="text-align: center;"><b>Wartość energetyczna:</b> 1802 kcal <b>Białko:</b> 71,1 g <b>Tłuszcze:</b> 87,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 33,9 g <b>Węglowodany:</b> 179,4 g w tym cukry: 23,5 g <b>Błonnik:</b> 20,3 g <b>Sól:</b> 4,5 g</p> <p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.</p>
<u>Wartość energetyczna:</u> 510 kcal <u>Białko:</u> 25,6 g <u>Tłuszcze:</u> 17,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 2,1 g <u>Węglowodany:</u> 59,3 g w tym cukry: 12,7 g <u>Błonnik:</u> 5,8 g <u>Sól:</u> 0,3 g	obiad	Barszcz czerwony Ziemniaki z koperkiem Pałka z kurczaka Surówka z czerwonej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I VI, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 545 kcal <u>Białko:</u> 19,8 g <u>Tłuszcze:</u> 31,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 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 tłuszczowe: 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	

23.10.2024

**DIETA DZIECIEŃCA**

	<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% Ser biały 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	<p style="text-align: center;"><b>Wartość energetyczna:</b> 1708 kcal</p> <p style="text-align: center;"><b>Białko:</b> 69,2 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Tłuszcze:</b> 83,5 g</p> <p style="text-align: center;"><u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 33,4 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Węglowodany:</b> 166,6 g</p> <p style="text-align: center;"><u>w tym cukry:</u> 22,1 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Błonnik:</b> 14,1 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Sól:</b> 2,6 g</p> <p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.</p>
<u>Wartość energetyczna:</u> 510 kcal <u>Białko:</u> 25,6 g <u>Tłuszcze:</u> 17,2 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,1 g <u>Węglowodany:</u> 59,3 g <u>w tym cukry:</u> 12,7 g <u>Błonnik:</u> 5,8 g <u>Sól:</u> 0,3 g	obiad	Barszcz czerwony Ziemniaki z koperkiem Pałka z kurczaka Surówka z czerwonej kapusty Kompot	250 ml 200 g  120 g 100 g  250 ml	VII, IX, X I  VI, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 527 kcal <u>Białko:</u> 20,5 g <u>Tłuszcze:</u> 29,9 g <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> 2,2 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Kielbasa krakowska Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 50 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	
<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	

24.10.2024

**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 w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 14,7 g <u>Węglowodany:</u> 82,2 g w tym cukry: 23,3 g <u>Błonnik:</u> 6,1 g <u>Sól:</u> 1,4 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Płatki jęczmienne na mleku Wędlina drobiowa Dżem Papryka czerwona Ogórek kiszony	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 100 g 50 g 10 g 20 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VII I, VI, VII, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 1764 kcal <b>Białko:</b> 70,0 g <b>Tłuszcze:</b> 65,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 31,3 g <b>Węglowodany:</b> 229,3 g w tym cukry: 39,2 g <b>Błonnik:</b> 19,8 g <b>Sól:</b> 4,8 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - duszenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 483 kcal <u>Białko:</u> 26,6 g <u>Tłuszcze:</u> 11,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 3,2 g <u>Węglowodany:</u> 73,0 g w tym cukry: 8,2 g <u>Błonnik:</u> 9,7 g <u>Sól:</u> 1,2 g	obiad	Kluski lane Ziemniaki z koperkiem Kompot Surówka z kapusty pekińskiej Pulpet w sosie	250 ml 200 g 250 ml 100 g 120 g	I, VI, IX, X I III, X III, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 425 kcal <u>Białko:</u> 11,6 g <u>Tłuszcze:</u> 19,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,7 g <u>Węglowodany:</u> 50,5 g w tym cukry: 3,9 g <u>Błonnik:</u> 3,3 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Galaretka mięsno-warzywna Pomarańcza	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 146 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 4,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 1,7 g <u>Węglowodany:</u> 23,6 g w tym cukry: 3,8 g <u>Błonnik:</u> 0,7 g <u>Sól:</u> 0,1 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe	50 g	I, III, VII	

24.10.2024

**DIETA WĄTROBOWA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 730 kcal <u>Białko:</u> 29,0 g <u>Tłuszcze:</u> 30,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 14,7 g <u>Węglowodany:</u> 92,9 g w tym cukry: 30,5 g <u>Błonnik:</u> 5,3 g <u>Sól:</u> 2,0 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Sałata Dżem Jabłko Płatki jęczmienne na mleku	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 10 g 50 g 50 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, VII, X    I, VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 483 kcal <u>Białko:</u> 26,6 g <u>Tłuszcze:</u> 11,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 3,2 g <u>Węglowodany:</u> 73,0 g w tym cukry: 8,2 g <u>Błonnik:</u> 9,7 g <u>Sól:</u> 1,2 g	obiad	Kluski lane Ziemniaki z koperkiem Kompot Surówka z kapusty pekińskiej Pulpet w sosie	250 ml 200 g 250 ml 100 g 120 g	I, VI, IX, X I  III, X  III, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 1785 kcal <b>Białko:</b> 72,2 g <b>Tłuszcze:</b> 65,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 31,3 g <b>Węglowodany:</b> 240,0 g w tym cukry: 47,9 g <b>Błonnik:</b> 18,8 g <b>Sól:</b> 5,4 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 426 kcal <u>Białko:</u> 12,8 g <u>Tłuszcze:</u> 19,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,7 g <u>Węglowodany:</u> 50,5 g w tym cukry: 5,4 g <u>Błonnik:</u> 3,1 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Galaretk mięsno-warzywna Pomarańcza	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 146 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 4,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 1,7 g <u>Węglowodany:</u> 23,6 g w tym cukry: 3,8 g <u>Błonnik:</u> 0,7 g <u>Sól:</u> 0,1 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe	50 g	I, III, VII	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - duszenie, - pieczenie.

24.10.2024

**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 w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 27,1 g <u>Węglowodany:</u> 61,2 g w tym cukry: 7,4 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 1,5 g	śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Ser żółty Ogórek kiszony Sałata Wędlna 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> 483 kcal <u>Białko:</u> 26,6 g <u>Tłuszcze:</u> 11,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 3,2 g <u>Węglowodany:</u> 73,0 g w tym cukry: 8,2 g <u>Błonnik:</u> 9,7 g <u>Sól:</u> 1,2 g	obiad	Kluski lane Ziemniaki z koperkiem Kompot Surówka z kapusty pekińskiej Pulpet w sosie	250 ml 200 g 250 ml 100 g 120 g	I, VI, IX, X I III, X III, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 1819 kcal <b>Białko:</b> 94,7 g <b>Tłuszcze:</b> 85,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 43,1 g <b>Węglowodany:</b> 185,8 g w tym cukry: 22,8 g <b>Błonnik:</b> 23,3 g <b>Sól:</b> 5,0 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 391 kcal <u>Białko:</u> 10,3 g <u>Tłuszcze:</u> 19,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 11,7 g <u>Węglowodany:</u> 45,8 g w tym cukry: 6,5 g <u>Błonnik:</u> 6,1 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% 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, - duszenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 55 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 2,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 1,1 g <u>Węglowodany:</u> 5,8 g w tym cukry: 0,7 g <u>Błonnik:</u> 1,5 g <u>Sól:</u> 0,2 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe bez cukru	50 g	I, III, VII	

24.10.2024

**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 w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 26,2 g <u>Węglowodany:</u> 86,4 g w tym cukry: 24,7 g <u>Błonnik:</u> 3,4 g <u>Sól:</u> 2,2 g	śniadanie	Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser żółty Sałata Ogórek kiszony Dżem Płatki jęczmienne na mleku	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 10 g 30 g 50 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII I, VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 483 kcal <u>Białko:</u> 26,6 g <u>Tłuszcze:</u> 11,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 3,2 g <u>Węglowodany:</u> 73,0 g w tym cukry: 8,2 g <u>Błonnik:</u> 9,7 g <u>Sól:</u> 1,2 g	obiad	Kluski lane Ziemniaki z koperkiem Kompot Surówka z kapusty pekińskiej Pulpet w sosie	250 ml 200 g 250 ml 100 g 120 g	I, VI, IX, X I III, X III, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 1987 kcal <b>Białko:</b> 87,1 g <b>Tłuszcze:</b> 78,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 42,9 g <b>Węglowodany:</b> 244,4 g w tym cukry: 42,2 g <b>Błonnik:</b> 18,7 g <b>Sól:</b> 4,6 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 478 kcal <u>Białko:</u> 14,7 g <u>Tłuszcze:</u> 19,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 61,4 g w tym cukry: 5,5 g <u>Błonnik:</u> 3,9 g <u>Sól:</u> 1,1 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Pomarańcza	250 ml 100 g 20 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - duszenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 146 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 4,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 1,7 g <u>Węglowodany:</u> 23,6 g w tym cukry: 3,8 g <u>Błonnik:</u> 0,7 g <u>Sól:</u> 0,1 g	II kolacja	Ciasto drożdżowe	50 g	I, III, VII	



25.10.2024

**DIETA PODSTAWOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 619 kcal <u>Białko:</u> 21,6 g <u>Tłuszcze:</u> 32,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 15,1 g <u>Węglowodany:</u> 60,3 g w tym cukry: 12,0 g <u>Błonnik:</u> 3,2 g <u>Sól:</u> 1,2 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Jogurt owocowy Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem Jajko z majonezem Sałata	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 100 g  50 g 10 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII  VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 575 kcal <u>Białko:</u> 29,8 g <u>Tłuszcze:</u> 15,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 1,6 g <u>Węglowodany:</u> 87,9 g w tym cukry: 9,7 g <u>Błonnik:</u> 13,3 g <u>Sól:</u> 1,0 g	obiad	Zupa jarzynowa Ryba Kapusta kiszona Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g  250 ml	I, VI, IX, X I, III  I	<b>Wartość energetyczna:</b> 1886 kcal <b>Białko:</b> 66,5 g <b>Tłuszcze:</b> 89,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 28,6 g <b>Węglowodany:</b> 209,1 g w tym cukry: 25,7 g <b>Błonnik:</b> 21,9 g <b>Sól:</b> 3,2 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 491 kcal <u>Białko:</u> 8,2 g <u>Tłuszcze:</u> 24,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 57,0 g w tym cukry: 4,0 g <u>Błonnik:</u> 2,8 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII  I, III, VII, IX, X	
<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	II kolacja	Sałatka grecka	150 g	IX	

25.10.2024

**DIETA WĄTROBOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<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	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	
<u>Wartość energetyczna:</u> 445 kcal <u>Białko:</u> 24,3 g <u>Tłuszcze:</u> 9,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 2,6 g <u>Węglowodany:</u> 76,1 g w tym cukry: 10,8 g <u>Błonnik:</u> 14,5 g <u>Sól:</u> 1,0 g	obiad	Zupa jarzynowa Ryba gotowana Ziemniaki z koperkiem Warzywa gotowane Kompot	250 ml 100 g 200 g 100 g 250 ml	I, VI, IX, X I I	<b>Wartość energetyczna:</b> 1784 kcal <b>Białko:</b> 77,8 g <b>Tłuszcze:</b> 82,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 29,0 g <b>Węglowodany:</b> 189,6 g w tym cukry: 22,5 g <b>Błonnik:</b> 21,6 g <b>Sól:</b> 3,2 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<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	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 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	II kolacja	Sałatka grecka	150 g	IX	

25.10.2024

**DIETA CUKRZYCOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<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	śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Jogurt naturalny Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem Jajko z majonezem Sałata	250 ml 80 g 20 g 100 g 100 g 50 g 10 g	I, VI, VII, XI VII VII VII VII	<b>Wartość energetyczna:</b> 1792 kcal <b>Białko:</b> 64,9 g <b>Tłuszcze:</b> 88,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 28,7 g <b>Węglowodany:</b> 190,1 g <u>w tym cukry:</u> 19,2 g <b>Błonnik:</b> 28,6 g <b>Sól:</b> 3,2 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 575 kcal <u>Białko:</u> 29,8 g <u>Tłuszcze:</u> 15,4 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 1,6 g <u>Węglowodany:</u> 87,9 g <u>w tym cukry:</u> 9,7 g <u>Błonnik:</u> 13,3 g <u>Sól:</u> 1,0 g	obiad	Zupa jarzynowa Ryba Kapusta kiszona Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III I	
<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	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<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	II kolacja	Sałatka grecka	150 g	IX	

25.10.2024

**DIETA DZIECIĘCA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 563 kcal <u>Białko:</u> 19,2 g <u>Tłuszcze:</u> 31,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 14,3 g <u>Węglowodany:</u> 51,0 g <u>w tym cukry:</u> 3,8 g <u>Błonnik:</u> 2,8 g <u>Sól:</u> 1,1 g	śniadanie	Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem 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	<b>Wartość energetyczna:</b> 1725 kcal <b>Białko:</b> 63,7 g <b>Tłuszcze:</b> 75,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 29,7 g <b>Węglowodany:</b> 207,6 g <u>w tym cukry:</u> 29,4 g <b>Błonnik:</b> 18,5 g <b>Sól:</b> 3,0 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 575 kcal <u>Białko:</u> 29,8 g <u>Tłuszcze:</u> 15,4 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 1,6 g <u>Węglowodany:</u> 87,9 g <u>w tym cukry:</u> 9,7 g <u>Błonnik:</u> 13,3 g <u>Sól:</u> 1,0 g	obiad	Zupa jarzynowa Ryba Kapusta kiszona Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, VI, IX, X I, III I	
<u>Wartość energetyczna:</u> 484 kcal <u>Białko:</u> 9,4 g <u>Tłuszcze:</u> 24,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 55,0 g <u>w tym cukry:</u> 3,9 g <u>Błonnik:</u> 2,4 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<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	

26.10.2024

**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 tłuszczowe: 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 Ser biały Pomidor Ogórek zielony Jogurt naturalny	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 20 g 20 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 630 kcal <u>Białko:</u> 37,7 g <u>Tłuszcze:</u> 15,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 5,3 g <u>Węglowodany:</u> 89,3 g w tym cukry: 4,7 g <u>Błonnik:</u> 8,9 g <u>Sól:</u> 0,8 g	obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Ryż Kompot Biała kapusta Kurczak w sosie porowym	250 ml 200 g 250 ml 100 g 100 g	I, VI, IX, X I I, III, VII, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 1698 kcal <b>Białko:</b> 76,7 g <b>Tłuszcze:</b> 69,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 36,0 g <b>Węglowodany:</b> 195,2 g w tym cukry: 16,3 g <b>Błonnik:</b> 19,4 g <b>Sól:</b> 3,5 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 404 kcal <u>Białko:</u> 10,4 g <u>Tłuszcze:</u> 18,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 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 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		

26.10.2024

**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% Wędlina drobiowa Ser biały Pomidor Sałata Jogurt naturalny	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 40 g 10 g 100g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII IX, X VII VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 612 kcal <u>Białko:</u> 39,8 g <u>Tłuszcze:</u> 11,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 3,0 g <u>Węglowodany:</u> 88,6 g w tym cukry: 11,4 g <u>Błonnik:</u> 9,2 g <u>Sól:</u> 1,0 g	obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Ryż Kompot Warzywa gotowane Kurczak w sosie porowym	250 ml 200 g 250 ml 100 g 100 g	I, VI, IX, X I I, III, VII, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 1722 kcal <b>Białko:</b> 90,6 g <b>Tłuszcze:</b> 66,5 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 34,2 g <b>Węglowodany:</b> 193,2 g w tym cukry: 24,0 g <b>Błonnik:</b> 16,5 g <b>Sól:</b> 3,7 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.
<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		

26.10.2024

**DIETA CUKRZYCOWA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 628 kcal <u>Białko:</u> 31,3 g <u>Tłuszcze:</u> 35,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 20,0 g <u>Węglowodany:</u> 46,6 g w tym cukry: 3,2 g <u>Błonnik:</u> 6,9 g <u>Sól:</u> 0,9 g	śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Jogurt naturalny Ser żółty Ser biały Pomidor Sałata	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 50 g 40 g 10 g	I, VI, VII, XI VII VII VII VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 630 kcal <u>Białko:</u> 37,7 g <u>Tłuszcze:</u> 15,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 5,3 g <u>Węglowodany:</u> 89,3 g w tym cukry: 4,7 g <u>Błonnik:</u> 8,9 g <u>Sól:</u> 0,8 g	obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Ryż Kompot Biała kapusta Kurczak w sosie porowym	250 ml 200 g 250 ml 100 g 100 g	I, VI, IX, X  I  I, III, VII, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 1643 kcal <b>Białko:</b> 80,8 g <b>Tłuszcze:</b> 69,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 36,9 g <b>Węglowodany:</b> 179,7 g w tym cukry: 9,4 g <b>Błonnik:</b> 23,0 g <b>Sól:</b> 3,6 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 361 kcal <u>Białko:</u> 9,2 g <u>Tłuszcze:</u> 18,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 11,6 g <u>Węglowodany:</u> 40,2 g w tym cukry: 1,5 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 1,9 g	kolacja	Herbata Chleb razowy 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> 24 kcal <u>Białko:</u> 2,6 g <u>Tłuszcz:</u> 0,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 0,0 g <u>Węglowodany:</u> 3,6 g w tym cukry: 0,0 g <u>Błonnik:</u> 0,2 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Galaretka bez cukru	150 ml	VII	

26.10.2024

**DIETA DZIECIECIA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 619 kcal <u>Białko:</u> 29,1 g <u>Tłuszcze:</u> 35,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 19,5 g <u>Węglowodany:</u> 46,8 g <u>w tym cukry:</u> 1,4 g <u>Błonnik:</u> 3,1 g <u>Sól:</u> 0,9 g	śniadanie	Herbata owocowa Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser żółty Wędlina drobiowa Sałata Jogurt naturalny	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 100 g 10 g 100 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VI, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 650 kcal <u>Białko:</u> 32,8 g <u>Tłuszcze:</u> 13,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,5 g <u>Węglowodany:</u> 103,6 g <u>w tym cukry:</u> 9,2 g <u>Błonnik:</u> 7,9 g <u>Sól:</u> 1,1 g	obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Ryż Kompot Biała kapusta Kurczak w sosie porowym	250 ml 200 g 250 ml 100 g 100 g	I, VI, IX, X I I, III, VII, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 1791 kcal <b>Białko:</b> 79,2 g <b>Tłuszcze:</b> 70,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 33,9 g <b>Węglowodany:</b> 215,8 g <u>w tym cukry:</u> 28,9 g <b>Błonnik:</b> 14,8 g <b>Sól:</b> 3,6 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 478 kcal <u>Białko:</u> 16,4 g <u>Tłuszcze:</u> 21,4 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 13,8 g <u>Węglowodany:</u> 55,6 g <u>w tym cukry:</u> 10,0 g <u>Błonnik:</u> 3,0 g <u>Sól:</u> 1,6 g	kolacja	Herbata owocowa Chleb pszenny Masło 82% Ogonówka Banan	250 ml 80 g 20 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VI, 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 <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,1 g <u>Węglowodany:</u> 9,8 g <u>w tym cukry:</u> 8,3 g <u>Błonnik:</u> 0,8 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Galaretka z owocami	150 ml		



27.10.2024

**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	
<u>Wartość energetyczna:</u> 530 kcal <u>Białko:</u> 17,0 g <u>Tłuszcze:</u> 10,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 3,2 g <u>Węglowodany:</u> 95,2 g <u>w tym cukry:</u> 12,1 g <u>Błonnik:</u> 7,9 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Rosół z makaronem Kotlet de vollye Buraczki gotowane Kluski śląskie z sosem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, III, VI, IX I, III, IX, X  I	<b>Wartość energetyczna:</b> 220 kcal <b>Białko:</b> 67,1 g <b>Tłuszcze:</b> 102,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 39,7 g <b>Węglowodany:</b> 259,2 g <u>w tym cukry:</u> 52,8 g <b>Błonnik:</b> 18,1 g <b>Sól:</b> 4,0 g
<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	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<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		

27.10.2024

**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	
<u>Wartość energetyczna:</u> 500 kcal <u>Białko:</u> 22,0 g <u>Tłuszcze:</u> 4,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,5 g <u>Węglowodany:</u> 87,3 g <u>w tym cukry:</u> 9,4 g <u>Błonnik:</u> 7,9 g <u>Sól:</u> 1,1 g	obiad	Rosół z makaronem Rolada drobiowa gotowana Buraczki gotowane Kluski śląskie z sosem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, III, VI, IX IX, X  I	<b>Wartość energetyczna:</b> 2229 kcal <b>Białko:</b> 75,1 g <b>Tłuszcze:</b> 97,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 37,3 g <b>Węglowodany:</b> 259,0 g <u>w tym cukry:</u> 51,2 g <b>Błonnik:</b> 17,2 g <b>Sól:</b> 3,8 g
<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	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<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		

27.10.2024

**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> 530 kcal <u>Białko:</u> 17,0 g <u>Tłuszcze:</u> 10,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 3,2 g <u>Węglowodany:</u> 95,2 g <u>w tym cukry:</u> 12,1 g <u>Błonnik:</u> 7,9 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Rosół z makaronem Kotlet de vollye Buraczki gotowane Kluski śląskie z sosem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g  250 ml	I, III, VI, IX I, III, IX, X  I	<b>Wartość energetyczna:</b> 2091 kcal <b>Białko:</b> 61,4 g <b>Tłuszcze:</b> 101,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 39,5 g <b>Węglowodany:</b> 237,0 g <u>w tym cukry:</u> 48,8 g <b>Błonnik:</b> 23,1 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		

27.10.2024

**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	
<u>Wartość energetyczna:</u> 530 kcal <u>Białko:</u> 17,0 g <u>Tłuszcze:</u> 10,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 3,2 g <u>Węglowodany:</u> 95,2 g <u>w tym cukry:</u> 12,1 g <u>Błonnik:</u> 7,9 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Rosół z makaronem Kotlet de vollye Buraczki gotowane Kluski śląskie z sosem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml	I, III, VI, IX I, III, IX, X  I	<b>Wartość energetyczna:</b> 2260 kcal <b>Białko:</b> 70,1 g <b>Tłuszcze:</b> 103,5 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 40,0 g <b>Węglowodany:</b> 267,2 g <u>w tym cukry:</u> 53,9 g <b>Błonnik:</b> 16,2 g <b>Sól:</b> 4,2 g
<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	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<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		