

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-22 środa	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z marchwi i papryki konserwowej 70 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Wątróbka drobiowa w sosie własnym 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g (MLE) Grycikowa 500 g (SEL) Buraki ćwikłowe gotowane z chrzanem 100 g (MLE, SO2) Fasolka szparagowa gotowana z wody 100 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Kielbasa żywiecka podsuszana, kielbasa wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU, SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2073,2 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 66,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Węglowodany ogółem [g] 284,3 suma cukrów prostych [g] 54,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 Sól [g] 5,7	
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Serek maślany do smarowania 70 g (MLE) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grycikowa 500 g (SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe gotowane 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 20 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1949,8 Białko ogółem [g] 81,4 Tłuszcz [g] 51,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 293,9 suma cukrów prostych [g] 59,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 Sól [g] 5,9	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z marchwi i papryki konserwowej 70 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Mandarynka 2 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Grycikowa 500 g (SEL) Gulasz z kurczaka gotowany 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g (MLE) Fasolka szparagowa gotowana z wody 100 g Buraczki ćwikłowe gotowane 100 g	Kisiel truskawkowy b/c 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1915,9 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 48,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Węglowodany ogółem [g] 288 suma cukrów prostych [g] 61,6 Błonnik pokarmowy [g] 44 Sól [g] 6,6	

Oznaczenia alergenów:

- GLU* - Zboża zawierające gluten,
- SKR* - Skorupiaki i pochodne,
- JAJ* - Jaja i pochodne,
- RYB* - Ryby i pochodne,
- OZI* - Orzechy ziemne i pochodne,
- SOJ* - Soja i pochodne,
- MLE* - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
- ORZ* - Orzechy,
- SEL* - Seler i pochodne,
- GOR* - Gorczyca i produkty pochodne,
- SEZ* - Nasiona sezamu i pochodne,
- S02* - Dwutlenek siarki / siarczyny,
- ŁUB* - Łubin i produkty pochodne,
- MCK* - Mięczaki i pochodne,
- MLEK b/Lak* - Mleko i pochodne bez laktozy,