

# Jadłospis 04.03-10.03.2024

04.03.2024					
<b>DIETA PODSTAWOWA</b>					
	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 834 kcal <u>Białko:</u> 44,5 g <u>Tłuszcze:</u> 29,8 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,4 g <u>Węglowodany:</u> 98,3 g w tym cukry: 12,1 g <u>Błonnik:</u> 6,13 g <u>Sól:</u> 3,56 g</p>	śniadanie	<p>Kasza manna na mleku Herbata 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><b>Wartość energetyczna:</b> 2448 kcal <b>Białko:</b> 95,0 g <b>Tłuszcze:</b> 104,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 37,9 g <b>Węglowodany:</b> 280,8 g <u>w tym cukry:</u> 46,8 g <b>Błonnik:</b> 23,63 g <b>Sól:</b> 6,68 g</p> <p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 810 kcal <u>Białko:</u> 33,3 g <u>Tłuszcze:</u> 22,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 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</p>	obiad	<p>Zupa koperkowa Gulasz wieprzowy Buraczki 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><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</p>	kolacja	<p>Herbata 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><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	<p>Serek homogenizowany</p>	<p>100 g</p>	<p>VII</p>	

04.03.2024

**DIETA WĄTROBOWA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 836 kcal <u>Białko:</u> 46,0 g <u>Tłuszcze:</u> 29,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,4 g <u>Węglowodany:</u> 96,8 g <u>w tym cukry:</u> 12,5 g <u>Błonnik:</u> 3,6 g <u>Sól:</u> 2,5 g	śniadanie	Kasza manna 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 <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> 2443 kcal <b>Białko:</b> 97,7 g <b>Tłuszcze:</b> 104,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 37,9 g <b>Węglowodany:</b> 277,4 g <u>w tym cukry:</u> 47,1 g <b>Błonnik:</b> 18,7 g <b>Sól:</b> 5,6 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> 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	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<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	

04.03.2024

**DIETA CUKRZYCOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 777 kcal <u>Białko:</u> 43,5 g <u>Tłuszcze:</u> 28,5 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,1 g <u>Węglowodany:</u> 88,8 g <u>w tym cukry:</u> 11,8 g <u>Błonnik:</u> 7,7 g <u>Sól:</u> 3,3 g	śniadanie	Kasza manna 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> 2312 kcal <b>Białko:</b> 92,4 g <b>Tłuszcze:</b> 103,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 37,7 g <b>Węglowodany:</b> 254,6 g <u>w tym cukry:</u> 39,0 g <b>Błonnik:</b> 28,0 g <b>Sól:</b> 6,57 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<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	

04.03.2024

**DIETA DZIECIĘCA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 834 kcal <u>Białko:</u> 44,5 g <u>Tłuszcze:</u> 29,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,4 g <u>Węglowodany:</u> 98,3 g <u>w tym cukry:</u> 12,1 g <u>Błonnik:</u> 5,13 g <u>Sól:</u> 3,56 g	śniadanie	Kasza manna 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	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> 2448 kcal <b>Białko:</b> 95,0 g <b>Tłuszcze:</b> 104,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 37,9 g <b>Węglowodany:</b> 280,8 g <u>w tym cukry:</u> 46,8 g <b>Błonnik:</b> 21,93 g <b>Sól:</b> 6,68 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<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 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	

05.03.2024

**DIETA PODSTAWOWA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 653 kcal <u>Białko:</u> 32,4 g <u>Tłuszcze:</u> 32,5 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 16,1 g <u>Węglowodany:</u> 58,3 g w tym cukry: 10,8 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 2,1 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Chleb żytni Kajzerka Masło 82% Szynka gotowana Pomidor Ser żółty Sałata	100 g 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 40 g 50 g 10 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 769 kcal <u>Białko:</u> 35,3 g <u>Tłuszcze:</u> 26,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 6,9 g <u>Węglowodany:</u> 98,4 g w tym cukry: 14,4 g <u>Błonnik:</u> 6,5 g <u>Sól:</u> 2,2 g	obiad	Barszcz biały Cepeliny z farszem pieczarkowym i zasmażką Kompot Surówka z czerwonej kapusty	250 ml 270 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII	<b>Wartość energetyczna:</b> 2359 kcal <b>Białko:</b> 93,9 g <b>Tłuszcze:</b> 121,9 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 39,7 g <b>Węglowodany:</b> 222,1 g <u>w tym cukry:</u> 35,0 g <b>Błonnik:</b> 18,6 g <b>Sól:</b> 7,2 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 <u>tłuszczowe:</u> 15,5 g <u>Węglowodany:</u> 54,6 g w tym cukry: 6,0 g <u>Błonnik:</u> 3,5 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 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	

05.03.2024

**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 <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 12,9 g <u>Węglowodany:</u> 59,1 g <u>w tym cukry:</u> 12,1 g <u>Błonnik:</u> 4,0 g <u>Sól:</u> 2,1 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Szyunka 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> 769 kcal <u>Białko:</u> 35,3 g <u>Tłuszcze:</u> 26,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 6,9 g <u>Węglowodany:</u> 98,4 g <u>w tym cukry:</u> 14,4 g <u>Błonnik:</u> 6,5 g <u>Sól:</u> 2,2 g	obiad	Barszcz biały Cepeliny z farszem pieczarkowym i zasmażką Kompot Surówka z czerwonej kapusty	250 ml 270 g  250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII	<b>Wartość energetyczna:</b> 2244 kcal <b>Białko:</b> 91,7 g <b>Tłuszcze:</b> 110,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 36,2 g <b>Węglowodany:</b> 221,0 g <u>w tym cukry:</u> 36,2 g <b>Błonnik:</b> 16,2 g <b>Sól:</b> 7,2 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 712 kcal <u>Białko:</u> 18,8 g <u>Tłuszcze:</u> 47,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,2 g <u>Węglowodany:</u> 52,7 g <u>w tym cukry:</u> 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, - smażenie.
<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	200 g	VII, IX, X	

05.03.2024

**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> 769 kcal <u>Białko:</u> 35,3 g <u>Tłuszcze:</u> 26,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 6,9 g <u>Węglowodany:</u> 98,4 g <u>w tym cukry:</u> 14,4 g <u>Błonnik:</u> 6,5 g <u>Sól:</u> 2,2 g	obiad	Barszcz biały Cepeliny z farszem pieczarkowym i zasmażką Kompot Surówka z czerwonej kapusty	250 ml 270 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII	<b>Wartość energetyczna:</b> 2265 kcal <b>Białko:</b> 92,1 g <b>Tłuszcze:</b> 120,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 33,0 g <b>Węglowodany:</b> 206,9 g <u>w tym cukry:</u> 35,3 g <b>Błonnik:</b> 22,1 g <b>Sól:</b> 7,3 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<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> 2,6g <u>Sól:</u> 0,8 g	II kolacja	Sałatka gyros	200 g	VII, IX, X	

05.03.2024

**DIETA DZIECIĘCA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 657 kcal <u>Białko:</u> 34,0 g <u>Tłuszcze:</u> 32,5 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 16,1 g <u>Węglowodany:</u> 57,4 g w tym cukry: 10,4 g <u>Błonnik:</u> 4,1 g <u>Sól:</u> 2,1 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata 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> 769 kcal <u>Białko:</u> 35,3 g <u>Tłuszcze:</u> 26,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 6,9 g <u>Węglowodany:</u> 98,4 g w tym cukry: 14,4 g <u>Błonnik:</u> 6,5 g <u>Sól:</u> 2,2 g	obiad	Barszcz biały Cepeliny z farszem pieczarkowym i zasmażką Kompot Surówka z czerwonej kapusty	250 ml 270 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII	<b>Wartość energetyczna:</b> 2131 kcal <b>Białko:</b> 87,2 g <b>Tłuszcze:</b> 82,2 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 36,3 g <b>Węglowodany:</b> 261,0 g <u>w tym cukry:</u> 30,7g <b>Błonnik:</b> 14,6 g <b>Sól:</b> 5,4 g
<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	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<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	



06.03.2024

**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% 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> 477 kcal <u>Białko:</u> 16,3 g <u>Tłuszcze:</u> 8,8 g w tym nasycone kwasy <u> tłuszczowe:</u> 2,6 g <u>Węglowodany:</u> 81,8 g w tym cukry: 11,6 g <u>Błonnik:</u> 8,8 g <u>Sól:</u> 2,0 g	obiad	Barszcz czerwony Ziemniaki z koperkiem Kotlet z jaj Marchew Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I I, III, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 1882 kcal <b>Białko:</b> 63,3 g <b>Tłuszcze:</b> 78,8 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 34,6 g <b>Węglowodany:</b> 228,7 g w tym cukry: 22,2 g <b>Błonnik:</b> 21,4 g <b>Sól:</b> 6,3 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - pieczenie.
<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% Pasztet 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> 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	

06.03.2024

**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 <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 16,0 g <u>Węglowodany:</u> 70,3 g <u>w tym cukry:</u> 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 Szyunka 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> 477 kcal <u>Białko:</u> 16,3 g <u>Tłuszcze:</u> 8,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,6 g <u>Węglowodany:</u> 81,8 g <u>w tym cukry:</u> 11,6 g <u>Błonnik:</u> 8,8 g <u>Sól:</u> 2,0 g	obiad	Barszcz czerwony Ziemniaki z koperkiem Kotlet z jaj Marchew Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I I, III, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 1819 kcal <b>Białko:</b> 66,7 g <b>Tłuszcze:</b> 71,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 34,4 g <b>Węglowodany:</b> 226,3 g <u>w tym cukry:</u> 30,5 g <b>Błonnik:</b> 17,3 g <b>Sól:</b> 5,4 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> 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, - smażenie.
<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	

06.03.2024

**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 <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,6 g <u>Węglowodany:</u> 55,1 g <u>w tym cukry:</u> 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	
<u>Wartość energetyczna:</u> 477 kcal <u>Białko:</u> 16,3 g <u>Tłuszcze:</u> 8,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,6 g <u>Węglowodany:</u> 81,8 g <u>w tym cukry:</u> 11,6 g <u>Błonnik:</u> 8,8 g <u>Sól:</u> 2,0 g	obiad	Barszcz czerwony Ziemniaki z koperkiem Kotlet z jaj Marchew Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I I, III, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 1769 kcal <b>Białko:</b> 61,8 g <b>Tłuszcze:</b> 78,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 34,4 g <b>Węglowodany:</b> 201,9 g <u>w tym cukry:</u> 22,4 g <b>Błonnik:</b> 23,3 g <b>Sól:</b> 6,2 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 545 kcal <u>Białko:</u> 19,8 g <u>Tłuszcze:</u> 31,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 15,6 g <u>Węglowodany:</u> 46,8 g <u>w tym cukry:</u> 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	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie - smażenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 136 kcal <u>Białko:</u> 5,0 g <u>Tłuszcze:</u> 3,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,6 g <u>Węglowodany:</u> 18,2 g <u>w tym cukry:</u> 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	

06.03.2024

**DIETA DZIECIĘCA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<b>Wartość energetyczna:</b> 516 kcal <b>Białko:</b> 18,4 g <b>Tłuszcze:</b> 34,0 g <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</b> 15,5 g <b>Węglowodany:</b> 33,1 g <b>w tym cukry:</b> 8,7 g <b>Błonnik:</b> 3,5 g <b>Sól:</b> 1,4 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata 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	
<b>Wartość energetyczna:</b> 477 kcal <b>Białko:</b> 16,3 g <b>Tłuszcze:</b> 8,8 g <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</b> 2,6 g <b>Węglowodany:</b> 81,8 g <b>w tym cukry:</b> 11,6 g <b>Błonnik:</b> 8,8 g <b>Sól:</b> 2,0 g	obiad	Barszcz czerwony Ziemniaki z koperkiem Kotlet z jaj Marchew Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I I, III, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 1675 kcal <b>Białko:</b> 59,9 g <b>Tłuszcze:</b> 75,1 g <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</b> 33,9 g <b>Węglowodany:</b> 189,1 g <b>w tym cukry:</b> 21,0 g <b>Błonnik:</b> 17,1 g <b>Sól:</b> 4,3 g
<b>Wartość energetyczna:</b> 527 kcal <b>Białko:</b> 20,5 g <b>Tłuszcze:</b> 29,9 g <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</b> 15,4 g <b>Węglowodany:</b> 44,4 g <b>w tym cukry:</b> 0,5 g <b>Błonnik:</b> 2,2 g <b>Sól:</b> 0,9 g	kolacja	Herbata 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 - smażenie, - pieczenie.
<b>Wartość energetyczna:</b> 155 kcal <b>Białko:</b> 4,7 g <b>Tłuszcze:</b> 2,4 g <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</b> 0,4 g <b>Węglowodany:</b> 29,8 g <b>w tym cukry:</b> 0,2 g <b>Błonnik:</b> 2,6 g <b>Sól:</b> 0,0 g	II kolacja	Ciastka owsiane	50 g	III, VI, VII, VIII	

07.03.2024

**DIETA PODSTAWOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 659 kcal <u>Białko:</u> 18,7 g <u>Tłuszcze:</u> 31,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,5 g <u>Węglowodany:</u> 75,7 g w tym cukry: 8,7 g <u>Błonnik:</u> 6,1 g <u>Sól:</u> 1,4 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Płatki jęczmienne na mleku Pasta z wędliny Dżem Papryka czerwona Ogórek kiszony	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 100 g 50 g 10 g 20 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII III, VII, IX	
<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	obiad	Jarzynowa Ryż Kompot Kapusta kiszona Ryba panierowana	250 ml 200 g 250 ml 100 g 100 g	I, VI, IX, X I I, III, IV	<b>Wartość energetyczna:</b> 1902 kcal <b>Białko:</b> 59,1 g <b>Tłuszcze:</b> 69,6 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 32,3 g <b>Węglowodany:</b> 266,2 g w tym cukry: 30,2 g <b>Błonnik:</b> 21,9 g <b>Sól:</b> 4,8 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 425 kcal <u>Białko:</u> 11,6 g <u>Tłuszcze:</u> 19,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,7 g <u>Węglowodany:</u> 50,5 g w tym cukry: 3,9 g <u>Błonnik:</u> 3,3 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Galaretką mięsno-warzywna Sałata Pomarańcza	250 ml 80 g 20 g 100 g 10 g 30 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	

07.03.2024

**DIETA WĄTROBOWA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 642 kcal <u>Białko:</u> 18,4 g <u>Tłuszcze:</u> 30,2 g w tym nasycone kwasy <u> tłuszczowe:</u> 15,2 g <u>Węglowodany:</u> 74,7 g w tym cukry: 25,3 g <u>Błonnik:</u> 3,3 g <u>Sól:</u> 2,0 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Pasta z wędliny Sałata Dżem Jabłko	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 10 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII III, VII, IX	
<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	obiad	Jarzynowa Ryż Kompot Kapusta kiszona Ryba panierowana	250 ml 200 g 250 ml 100 g 100 g	I, VI, IX, X I  I, III, IV	<b>Wartość energetyczna:</b> 1878 kcal <b>Białko:</b> 60,0 g <b>Tłuszcze:</b> 68,1 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 32,0 g <b>Węglowodany:</b> 263,3 g w tym cukry: 46,7 g <b>Błonnik:</b> 18,7 g <b>Sól:</b> 5,4 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 418 kcal <u>Białko:</u> 12,8 g <u>Tłuszcze:</u> 19,2 g w tym nasycone kwasy <u> tłuszczowe:</u> 11,7 g <u>Węglowodany:</u> 48,6 g w tym cukry: 3,8 g <u>Błonnik:</u> 2,9 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Galaretk mięsno-warzywna Sałata Pomarańcza	250 ml 80 g 20 g 100 g  10 g 30 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	

07.03.2024

**DIETA CUKRZYCOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 567 kcal <u>Białko:</u> 23,6 g <u>Tłuszcze:</u> 33,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 16,0 g <u>Węglowodany:</u> 43,4 g <u>w tym cukry:</u> 2,6 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 1,5 g	śniadanie	Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta z wędliny Ogórek kiszony Sałata Wędlina drobiowa	250 ml 80 g 20 g 100 g 30 g 10 g 50 g	I, VI, VII, XI VII III, VII, IX I, VI, X	
<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	obiad	Jarzynowa Ryż Kompot Kapusta kiszona Ryba panierowana	250 ml 200 g 250 ml 100 g 100 g	I, VI, IX, X I I, III, IV	<b>Wartość energetyczna:</b> 1679 kcal <b>Białko:</b> 62,7 g <b>Tłuszcze:</b> 70,4 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 32,2 g <b>Węglowodany:</b> 209,3 g <u>w tym cukry:</u> 21,8 g <b>Błonnik:</b> 25,4 g <b>Sól:</b> 5,0 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 385 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> 43,7 g <u>w tym cukry:</u> 4,7 g <u>Błonnik:</u> 6,1 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Galaretk mięsno-warzywna Sałata Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 10 g 30 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 55 kcal <u>Białko:</u> 3,8 g <u>Tłuszcze:</u> 2,8 g <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	

07.03.2024

**DIETA DZIECIĘCA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 621 kcal <u>Białko:</u> 18,4 g <u>Tłuszcze:</u> 30,0 g w tym nasycone kwasy <u> tłuszczowe:</u> 15,2 g <u>Węglowodany:</u> 69,1 g w tym cukry: 20,4 g <u>Błonnik:</u> 3,3 g <u>Sól:</u> 2,2 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Pasta z wędliny Sałata Ogórek kiszony Dżem	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 10 g 30 g 50 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII III, VII, IX	
<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	obiad	Jarzynowa Ryż Kompot Kapusta kiszona Ryba panierowana	250 ml 200 g 250 ml 100 g 100 g	I, VI, IX, X I  I, III, IV	<b>Wartość energetyczna:</b> 1947 kcal <b>Białko:</b> 64,6 g <b>Tłuszcze:</b> 71,6 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 33,6 g <b>Węglowodany:</b> 268,0 g w tym cukry: 41,8 g <b>Błonnik:</b> 19,7 g <b>Sól:</b> 4,6 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 508 kcal <u>Białko:</u> 17,4 g <u>Tłuszcze:</u> 22,9 g w tym nasycone kwasy <u> tłuszczowe:</u> 13,3 g <u>Węglowodany:</u> 58,9 g w tym cukry: 3,8 g <u>Błonnik:</u> 3,9 g <u>Sól:</u> 1,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Pomarańcza Sałata	250 ml 100 g 20 g 50 g 30 g 10 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	



08.03.2024

**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 <u>tłuszczowe:</u> 15,1 g <u>Węglowodany:</u> 60,3 g w tym cukry: 12,0 g <u>Błonnik:</u> 3,2 g <u>Sól:</u> 1,2 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Jogurt owocowy Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem Jajko z majonezem Sałata	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 100 g  50 g 10 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII  III, VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 570 kcal <u>Białko:</u> 17,7 g <u>Tłuszcze:</u> 11,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 1,8 g <u>Węglowodany:</u> 103,8 g w tym cukry: 35,0 g <u>Błonnik:</u> 13,3 g <u>Sól:</u> 0,4 g	obiad	Brokułowa Knedle z truskawką Surówka z marchewki i ananasa Kompot	250 ml 200 g 100 g  250 ml	I, VI, IX, X I	<b>Wartość energetyczna:</b> 1881 kcal <b>Białko:</b> 54,4 g <b>Tłuszcze:</b> 85,2 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,8 g <b>Węglowodany:</b> 225,0 g <u>w tym cukry:</u> 51,0 g <b>Błonnik:</b> 20,9 g <b>Sól:</b> 2,6 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<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	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 <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	II kolacja	Sałatka grecka	150 g	IX	

08.03.2024

**DIETA WĄTROBOWA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<u>Wartość energetyczna:</u> 654 kcal <u>Białko:</u> 37,2 g <u>Tłuszcze:</u> 32,2 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 14,5 g <u>Węglowodany:</u> 54,6 g w tym cukry: 7,3 g <u>Błonnik:</u> 3,1 g <u>Sól:</u> 1,2 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem Jajko z majonezem Sałata	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g  50 g 10 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII  III, VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 570 kcal <u>Białko:</u> 17,7 g <u>Tłuszcze:</u> 11,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 1,8 g <u>Węglowodany:</u> 103,8 g w tym cukry: 35,0 g <u>Błonnik:</u> 13,3 g <u>Sól:</u> 0,4 g	obiad	Brokułowa Knedle z truskawką Surówka z marchewki i ananasa Kompot	250 ml 200 g 100 g  250 ml	I, VI, IX, X I	<b>Wartość energetyczna:</b> 1909 kcal <b>Białko:</b> 71,2 g <b>Tłuszcze:</b> 84,7 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 28,2 g <b>Węglowodany:</b> 217,3 g w tym cukry: 46,2 g <b>Błonnik:</b> 20,4 g <b>Sól:</b> 2,6 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 <u>tłuszczowe:</u> 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 55,0 g w tym cukry: 3,9 g <u>Błonnik:</u> 2,4 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII  I, III, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 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	II kolacja	Sałatka grecka	150 g	IX	

08.03.2024

**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 w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,2 g <u>Węglowodany:</u> 49,3 g w tym cukry: 5,0 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 1,2 g</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  III, VII</p>	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 570 kcal <u>Białko:</u> 17,7 g <u>Tłuszcze:</u> 11,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 1,8 g <u>Węglowodany:</u> 103,8 g w tym cukry: 35,0 g <u>Błonnik:</u> 13,3 g <u>Sól:</u> 0,4 g</p>	obiad	<p>Brokułowa Knedle z truskawką Surówka z marchewki i ananasa Kompot</p>	<p>250 ml 200 g 100 g  250 ml</p>	<p>I, VI, IX, X I</p>	<p><b>Wartość energetyczna:</b> 1787 kcal <b>Białko:</b> 52,8 g <b>Tłuszcze:</b> 84,8 g w tym nasycone <b>kwasy tłuszczowe:</b> 28,9 g <b>Węglowodany:</b> 206,0 g w tym cukry: 44,5 g <b>Błonnik:</b> 28,9 g <b>Sól:</b> 3,5 g</p> <p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 448 kcal <u>Białko:</u> 7,0 g <u>Tłuszcze:</u> 24,8 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 49,0 g w tym cukry: 4,5 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 0,9 g</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><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	

08.03.2024

**DIETA DZIECIĘCA**

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<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	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały z rzodkiewką i szczypiorkiem Jajko z majonezem Sałata	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g  50 g 10 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII  III, VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 570 kcal <u>Białko:</u> 17,7 g <u>Tłuszcze:</u> 11,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 1,8 g <u>Węglowodany:</u> 103,8 g w tym cukry: 35,0 g <u>Błonnik:</u> 13,3 g <u>Sól:</u> 0,4 g	obiad	Brokułowa Knedle z truskawką Surówka z marchewki i ananasa Kompot	250 ml 200 g 100 g  250 ml	I, VI, IX, X I	<b>Wartość energetyczna:</b> 1720 kcal <b>Białko:</b> 51,6 g <b>Tłuszcze:</b> 71,2 g w tym nasycone <u>kwasy tłuszczowe:</u> 29,9 g <b>Węglowodany:</b> 223,5 g w tym cukry: 54,7 g <b>Błonnik:</b> 18,5 g <b>Sól:</b> 2,4 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 <u>tłuszczowe:</u> 11,8 g <u>Węglowodany:</u> 55,0 g w tym cukry: 3,9 g <u>Błonnik:</u> 2,4 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pomidor Sałatka warzywna	250 ml 80 g 20 g 20 g 80 g	I, VI, VII, XI VII  I, III, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 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	

09.03.2024

**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 <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	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 20 g 20 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 715 kcal <u>Białko:</u> 23,4 g <u>Tłuszcze:</u> 33,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 12,6 g <u>Węglowodany:</u> 76,5 g w tym cukry: 16,0 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 2,7 g	obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Ziemniaki z koperkiem Kotlet mielony Surówka z kapusty pekińskiej Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I, VII  I, III	<b>Wartość energetyczna:</b> 1784 kcal <b>Białko:</b> 61,9 g <b>Tłuszcze:</b> 87,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 42,4 g <b>Węglowodany:</b> 182,6 g w tym cukry: 28,3 g <b>Błonnik:</b> 18,0 g <b>Sól:</b> 5,4 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<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	
<u>Wartość energetyczna:</u> 45 kcal <u>Białko:</u> 0,4 g <u>Tłuszcze:</u> 0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,2 g <u>Węglowodany:</u> 10,0 g w tym cukry: 9,0 g <u>Błonnik:</u> 1,3 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Sok warzywno-owocowy	100 ml		

09.03.2024

**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 <u>tłuszczowe:</u> 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 żółty Ser biały Wędlina drobiowa Pomidor Sałata	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 50 g 40 g 10 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 715 kcal <u>Białko:</u> 23,4 g <u>Tłuszcze:</u> 33,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 12,6 g <u>Węglowodany:</u> 76,5 g w tym cukry: 16,0 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 2,7 g	obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Ziemniaki z koperkiem Pulpet w sosie Surówka z kapusty pekińskiej Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I, VII  I, III	<b>Wartość energetyczna:</b> 1826 kcal <b>Białko:</b> 73,7 g <b>Tłuszcze:</b> 87,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 43,9 g <b>Węglowodany:</b> 181,3 g w tym cukry: 29,3 g <b>Błonnik:</b> 14,8 g <b>Sól:</b> 5,4 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 397 kcal <u>Białko:</u> 11,6 g <u>Tłuszcze:</u> 18,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 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, - duszenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 45 kcal <u>Białko:</u> 0,4 g <u>Tłuszcze:</u> 0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,2 g <u>Węglowodany:</u> 10,0 g w tym cukry: 9,0 g <u>Błonnik:</u> 1,3 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Sok warzywno-owocowy	100 ml		

09.03.2024

**DIETA CUKRZYCOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 628 kcal <u>Białko:</u> 31,3 g <u>Tłuszcze:</u> 35,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 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 Wędlina drobiowa 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, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 715 kcal <u>Białko:</u> 23,4 g <u>Tłuszcze:</u> 33,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 12,6 g <u>Węglowodany:</u> 76,5 g w tym cukry: 16,0 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 2,7 g	obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Ziemniaki z koperkiem Kotlet mielony Surówka z kapusty pekińskiej Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I, VII I, III	<b>Wartość energetyczna:</b> 1749 kcal <b>Białko:</b> 64,3 g <b>Tłuszcze:</b> 88,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 44,4 g <b>Węglowodany:</b> 173,3 g w tym cukry: 29,7 g <b>Błonnik:</b> 22,2 g <b>Sól:</b> 5,5 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 361 kcal <u>Białko:</u> 9,2 g <u>Tłuszcze:</u> 18,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 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> 45 kcal <u>Białko:</u> 0,4 g <u>Tłuszcze:</u> 0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,2 g <u>Węglowodany:</u> 10,0 g w tym cukry: 9,0 g <u>Błonnik:</u> 1,3 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Sok warzywno-owocowy	100 ml		

09.03.2024

**DIETA DZIECIĘCA**

	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 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	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser żółty Wędlina drobiowa Sałata	250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 10 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 715 kcal <u>Białko:</u> 23,4 g <u>Tłuszcze:</u> 33,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 12,6 g <u>Węglowodany:</u> 76,5 g w tym cukry: 16,0 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 2,7 g	obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Ziemniaki z koperkiem Kotlet mielony Surówka z kapusty pekińskiej Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I, VII  I, III	<b>Wartość energetyczna:</b> 1857 kcal <b>Białko:</b> 69,3 g <b>Tłuszcze:</b> 90,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 46,1 g <b>Węglowodany:</b> 188,9 g w tym cukry: 36,4 g <b>Błonnik:</b> 14,4 g <b>Sól:</b> 5,2 g
<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	kolacja	Herbata 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> 45 kcal <u>Białko:</u> 0,4 g <u>Tłuszcze:</u> 0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,2 g <u>Węglowodany:</u> 10,0 g w tym cukry: 9,0 g <u>Błonnik:</u> 1,3 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Sok warzywno-owocowy	100 ml		



10.03.2024

**DIETA PODSTAWOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 950 kcal <u>Białko:</u> 50,1 g <u>Tłuszcze:</u> 43,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 21,0 g <u>Węglowodany:</u> 116,1 g <u>w tym cukry:</u> 16,1 g <u>Błonnik:</u> 6,2 g <u>Sól:</u> 2,8 g</p>	śniadanie	<p>Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Kiełbasa na ciepło Ser żółty Pomidor Ogórek</p>	<p>250 ml 250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 50 g 20 g 20 g</p>	<p>I, VII  I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X VII</p>	
<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</p>	obiad	<p>Rosół z makaronem Kotlet de vollye Buraczki gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot</p>	<p>250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml</p>	<p>I, VI, IX, X I, III, IX, X  I</p>	<p><b>Wartość energetyczna:</b> 2186 kcal <b>Białko:</b> 88,8 g <b>Tłuszcze:</b> 110,2 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 41,5 g <b>Węglowodany:</b> 354 g <u>w tym cukry:</u> 37 g <b>Błonnik:</b> 11,2 g <b>Sól:</b> 5,2 g</p>
<p><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</p>	kolacja	<p>Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata</p>	<p>250 ml 80 g 20 g 100 g 10 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> 110 kcal <u>Białko:</u> 14,7 g <u>Tłuszcze:</u> 15,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 6,4 g <u>Węglowodany:</u> 99,0 g <u>w tym cukry:</u> 1,0 g <u>Błonnik:</u> 0,2 g <u>Sól:</u> 0 g</p>	II kolacja	<p>Jogurt z granolą</p>	<p>150 ml</p>	<p>VII</p>	

10.03.2024

**DIETA WĄTROBOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 910 kcal <u>Białko:</u> 45,2 g <u>Tłuszcze:</u> 37,5 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 19,4 g <u>Węglowodany:</u> 115,3 g <u>w tym cukry:</u> 16,3 g <u>Błonnik:</u> 4,3 g <u>Sól:</u> 2,8 g</p>	śniadanie	<p>Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Kiełbasa na ciepło Wędlina drobiowa Pomidor Sałata</p>	<p>250 ml 250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 50 g 20 g 10 g</p>	<p>I, VII  I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X VI, IX, X</p>	
<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</p>	obiad	<p>Rosół z makaronem Rolada drobiowa gotowana Buraczki gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot</p>	<p>250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml</p>	<p>I, VI, IX, X I, III, IX, X  I</p>	<p><b>Wartość energetyczna:</b> 2201 kcal <b>Białko:</b> 87,0 g <b>Tłuszcze:</b> 102,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 40,0 g <b>Węglowodany:</b> 362,2 g <u>w tym cukry:</u> 37,2 g <b>Błonnik:</b> 9,1 g <b>Sól:</b> 5,4 g</p>
<p><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</p>	kolacja	<p>Herbata Chleb pszenny Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata</p>	<p>250 ml 100 g 20 g 100 g 10 g</p>	<p>I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X</p>	<p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie, - duszenie.</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 110 kcal <u>Białko:</u> 14,7 g <u>Tłuszcze:</u> 15,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 6,4 g <u>Węglowodany:</u> 99,0 g <u>w tym cukry:</u> 1,0 g <u>Błonnik:</u> 0 g <u>Sól:</u> 0 g</p>	II kolacja	Jogurt z granolą	150 ml	VII	

10.03.2024

**DIETA CUKRZYCOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 940 kcal <u>Białko:</u> 49,4 g <u>Tłuszcze:</u> 42,7 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 22,0 g <u>Węglowodany:</u> 107,9 g <u>w tym cukry:</u> 15,9 g <u>Błonnik:</u> 7,0 g <u>Sól:</u> 2,8 g</p>	śniadanie	<p>Ryż na mleku Herbata Chleb razowy Masło 82% Kiełbasa na ciepło Ser żółty Pomidor Ogórek</p>	<p>250 ml 250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 20 g 20 g</p>	<p>I, VII I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X VII</p>	
<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</p>	obiad	<p>Rosół z makaronem Kotlet de vollye Buraczki gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot</p>	<p>250 ml 100 g 100 g 200 g 250 ml</p>	<p>I, VI, IX, X I, III, IX, X I</p>	<p><b>Wartość energetyczna:</b> 2143 kcal <b>Białko:</b> 87,0 g <b>Tłuszcze:</b> 108,9 g <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</b> 42,5 g <b>Węglowodany:</b> 338,8 g <b>w tym cukry:</b> 37,3 g <b>Błonnik:</b> 16,1 g <b>Sól:</b> 5,3 g</p>
<p><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</p>	kolacja	<p>Herbata Chleb razowy Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata</p>	<p>250 ml 80 g 20 g 100 g 10 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> 110 kcal <u>Białko:</u> 14,7 g <u>Tłuszcze:</u> 15,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 6,4 g <u>Węglowodany:</u> 99,0 g <u>w tym cukry:</u> 1,0 g <u>Błonnik:</u> 0 g <u>Sól:</u> 0 g</p>	II kolacja	Jogurt z granolą	150 ml	VII	

10.03.2024

**DIETA DZIECIĘCA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 940 kcal <u>Białko:</u> 50,0 g <u>Tłuszcze:</u> 42,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 22,3 g <u>Węglowodany:</u> 116,1 g <u>w tym cukry:</u> 16,5 g <u>Błonnik:</u> 4,1 g <u>Sól:</u> 3,4 g</p>	śniadanie	<p>Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Parówka na ciepło Ser żółty Pomidor Ogórek</p>	<p>250 ml 250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 50 g 20 g 20 g</p>	<p>I, VII  I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII I, VI, IX, X VII</p>	
<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</p>	obiad	<p>Rosół z makaronem Kotlet de vollye Buraczki gotowane Ziemniaki z koperkiem Kompot</p>	<p>250 ml 100 g 100 g 200 g  250 ml</p>	<p>I, VI, IX, X I, III, IX, X  I</p>	<p><b>Wartość energetyczna:</b> 2231 kcal <b>Białko:</b> 87,0 g <b>Tłuszcze:</b> 91,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 42,9 g <b>Węglowodany:</b> 363,0 g <u>w tym cukry:</u> 37,4 g <b>Błonnik:</b> 8,9 g <b>Sól:</b> 6,0 g</p>
<p><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</p>	kolacja	<p>Herbata Chleb pszenny Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata</p>	<p>250 ml 100 g 20 g 100 g  10 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> 110 kcal <u>Białko:</u> 14,7 g <u>Tłuszcze:</u> 15,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 6,4 g <u>Węglowodany:</u> 99,0 g <u>w tym cukry:</u> 1,0 g <u>Błonnik:</u> 0 g <u>Sól:</u> 0 g</p>	II kolacja	Jogurt z granolą	150 ml	VII	

Opracowała: Katarzyna Gajda