

# Jadłospis 18.12-24.12.2023

18.12.2023

## DIETA PODSTAWOWA

	Nazwa posiłku	Nazwa produktu	Ilość [g, ml]	Alergeny	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 834 kcal</p> <p><u>Białko:</u> 44,5 g</p> <p><u>Tłuszcze:</u> 29,8 g</p> <p>w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,4 g</p> <p><u>Węglowodany:</u> 98,3 g</p> <p>w tym cukry: 12,1 g</p> <p><u>Błonnik:</u> 6,13 g</p> <p><u>Sól:</u> 3,56 g</p>	śniadanie	<p>Kasza manna na mleku</p> <p>Herbata</p> <p>Chleb żytni</p> <p>Kajzerka</p> <p>Masło 82%</p> <p>Parówka hot-dog</p> <p>Ser biały</p> <p>Ogórek zielony</p> <p>Papryka czerwona</p>	<p>250 ml</p> <p>250 ml</p> <p>30 g</p> <p>50 g</p> <p>20 g</p> <p>100 g</p> <p>50 g</p> <p>20 g</p> <p>10 g</p>	<p>VII</p> <p>I, VI, VII, XI</p> <p>I, VI, VII, XI</p> <p>VII</p> <p>VI, IX, X</p> <p>VII</p>	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 610 kcal</p> <p><u>Białko:</u> 25,2 g</p> <p><u>Tłuszcze:</u> 17,3 g</p> <p>w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 2,5 g</p> <p><u>Węglowodany:</u> 99,7 g</p> <p>w tym cukry: 14,1 g</p> <p><u>Błonnik:</u> 8,8 g</p> <p><u>Sól:</u> 0,3 g</p>	obiad	<p>Barszcz biały</p> <p>Forszmak drobiowy</p> <p>Marchew</p> <p>Kasza jęczmienna</p> <p>Kompot</p>	<p>250 ml</p> <p>120 g</p> <p>100 g</p> <p>200 g</p> <p>250 ml</p>	<p>VI, IX, X</p> <p>VII, IX</p> <p>I</p>	<p style="text-align: center;"><b>Wartość energetyczna:</b> 2328 kcal</p> <p style="text-align: center;"><b>Białko:</b> 92,4 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Tłuszcze:</b> 98,0 g</p> <p>w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 33,1 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Węglowodany:</b> 277,6 g</p> <p>w tym cukry: 31,6 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Błonnik:</b> 19,63 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Sól:</b> 6,88 g</p> <p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 701 kcal</p> <p><u>Białko:</u> 11,9 g</p> <p><u>Tłuszcze:</u> 50,0 g</p> <p>w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 14,8 g</p> <p><u>Węglowodany:</u> 48,1 g</p> <p>w tym cukry: 2,7 g</p> <p><u>Błonnik:</u> 3,7 g</p> <p><u>Sól:</u> 2,12 g</p>	kolacja	<p>Herbata</p> <p>Chleb pszenno-żytni</p> <p>Masło 82%</p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem</p> <p>Salata</p>	<p>250 ml</p> <p>80 g</p> <p>20 g</p> <p>80 g</p> <p>10 g</p>	<p>I, VI, VII, XI</p> <p>VII</p> <p>III, VII, IX</p>	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 183 kcal</p> <p><u>Białko:</u> 10,8 g</p> <p><u>Tłuszcze:</u> 1,8 g</p> <p>w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,4 g</p> <p><u>Węglowodany:</u> 31,5 g</p> <p>w tym cukry: 2,7 g</p> <p><u>Błonnik:</u> 1,0 g</p> <p><u>Sól:</u> 0,9 g</p>	II kolacja	<p>Kanapka z pastą twarogową</p>	<p>70 g</p>	<p>I, VII</p>	

18.12.2023

**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> 3,5 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> 610 kcal <u>Białko:</u> 25,2 g <u>Tłuszcze:</u> 17,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 2,5 g <u>Węglowodany:</u> 99,7 g <u>w tym cukry:</u> 14,1 g <u>Błonnik:</u> 8,8 g <u>Sól:</u> 0,3 g	obiad	Barszcz biały Forszmak drobiowy Marchew Kasza jęczmienna Kompot	250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml	VI, IX, X VII, IX I	<b>Wartość energetyczna:</b> 2323 kcal <b>Białko:</b> 95,1 g <b>Tłuszcze:</b> 98,9 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 33,1 g <b>Węglowodany:</b> 274,2 g <u>w tym cukry:</u> 31,9 g <b>Błonnik:</b> 15,7 g <b>Sól:</b> 6,8 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<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	
<u>Wartość energetyczna:</u> 183 kcal <u>Białko:</u> 10,8 g <u>Tłuszcze:</u> 1,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 0,4 g <u>Węglowodany:</u> 31,5 g <u>w tym cukry:</u> 2,7 g <u>Błonnik:</u> 1,0 g <u>Sól:</u> 0,9 g	II kolacja	Kanapka z pastą twarogową	70 g	I, VII	

18.12.2023

**DIETA CUKRZYCOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 777 kcal <u>Białko:</u> 43,5 g <u>Tłuszcze:</u> 28,5 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,1 g <u>Węglowodany:</u> 88,8 g w tym cukry: 11,8 g <u>Błonnik:</u> 7,7 g <u>Sól:</u> 3,3 g</p>	śniadanie	<p>Kasza manna na mleku Herbata Chleb razowy Masło 82% Parówka hot-dog Ser biały Ogórek zielony Papryka czerwona</p>	<p>250 ml 250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g 20 g 10 g</p>	<p>VII I, VI, VII, XI VII VI, IX, X VII</p>	
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 610 kcal <u>Białko:</u> 25,2 g <u>Tłuszcze:</u> 17,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 2,5 g <u>Węglowodany:</u> 99,7 g w tym cukry: 14,1 g <u>Błonnik:</u> 8,8 g <u>Sól:</u> 0,3 g</p>	obiad	<p>Barszcz biały Forszmak drobiowy Marchew Kasza jęczmienna Kompot</p>	<p>250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml</p>	<p>VI, IX, X VII, IX I</p>	<p><b>Wartość energetyczna:</b> 2228 kcal <b>Białko:</b> 90,3 g <b>Tłuszcze:</b> 97,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 32,8 g <b>Węglowodany:</b> 261,1 g w tym cukry: 31,8 g <b>Błonnik:</b> 25,0 g <b>Sól:</b> 6,6 g</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 658 kcal <u>Białko:</u> 10,8 g <u>Tłuszcze:</u> 50,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 14,8 g <u>Węglowodany:</u> 41,1 g w tym cukry: 3,2 g <u>Błonnik:</u> 7,5 g <u>Sól:</u> 2,1 g</p>	kolacja	<p>Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta jajeczna ze szczypiorkiem Sałata</p>	<p>250 ml 80 g 20 g 80 g 10 g</p>	<p>I, VI, VII, XI VII III, VII, IX</p>	<p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 183 kcal <u>Białko:</u> 10,8 g <u>Tłuszcze:</u> 1,8 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,4 g <u>Węglowodany:</u> 31,5 g w tym cukry: 2,7 g <u>Błonnik:</u> 1,0 g <u>Sól:</u> 0,9 g</p>	II kolacja	<p>Kanapka z pastą twarogową</p>	<p>70 g</p>	<p>I, VII</p>	

18.12.2023

**DIETA DZIECIĘCA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<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> 5,13 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><u>Wartość energetyczna:</u> 610 kcal <u>Białko:</u> 25,2 g <u>Tłuszcze:</u> 17,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 2,5 g <u>Węglowodany:</u> 99,7 g w tym cukry: 14,1 g <u>Błonnik:</u> 8,8 g <u>Sól:</u> 0,3 g</p>	obiad	<p>Barszcz biały Forszmak drobiowy Marchew Kasza jęczmienna Kompot</p>	<p>250 ml 120 g 100 g 200 g 250 ml</p>	<p>VI, IX, X VII, IX I</p>	<p><b>Wartość energetyczna:</b> 2328 kcal <b>Białko:</b> 92,4 g <b>Tłuszcze:</b> 98,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 33,1 g <b>Węglowodany:</b> 277,0 g w tym cukry: 31,6 g <b>Błonnik:</b> 17,63 g <b>Sól:</b> 6,88 g</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> 2,7 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>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.</p>
<p><u>Wartość energetyczna:</u> 183 kcal <u>Białko:</u> 10,8 g <u>Tłuszcze:</u> 1,8 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,4 g <u>Węglowodany:</u> 31,5 g w tym cukry: 2,7 g <u>Błonnik:</u> 1,0 g <u>Sól:</u> 0,9 g</p>	II kolacja	<p>Kanapka z pastą twarogową</p>	<p>70 g</p>	<p>I, VII</p>	

19.12.2023

**DIETA PODSTAWOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<p><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> 2,8 g <u>Sól:</u> 2,1 g</p>	śniadanie	<p>Jogurt owocowy Herbata Chleb żytni Kajzerka Masło 82% Szynka gotowana Pomidor Ser żółty Sałata</p>	<p>100 g 250 ml 30 g 50 g 20 g 50 g 40 g 50 g 10 g</p>	<p>VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII IX, X VII</p>	
<p><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> 3,2 g</p>	obiad	<p>Krupnik Cepeliny z farszem pieczarkowym i zasmażką Kompot Surówka z czerwonej kapusty</p>	<p>250 ml 270 g  250 ml 100 g</p>	<p>VII, IX, X I, VII</p>	<p><b>Wartość energetyczna:</b> 2359 kcal <b>Białko:</b> 93,9 g <b>Tłuszcze:</b> 121,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 39,7 g <b>Węglowodany:</b> 222,1 g w tym cukry: 35,0 g <b>Błonnik:</b> 15,4 g <b>Sól:</b> 8,2 g</p>
<p><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</p>	kolacja	<p>Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Pasta mięsna Jabłko</p>	<p>250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g</p>	<p>I, VI, VII, XI VII VII, IX, X</p>	<p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.</p>
<p><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</p>	II kolacja	<p>Sałatka gyros</p>	<p>150 g</p>	<p>VII, IX, X</p>	

19.12.2023

**DIETA WĄTROBOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<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> 2,3 g <u>Sól:</u> 2,1 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Szyntka 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 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> 3,2 g	obiad	Krupnik Cepeliny z farszem pieczarkowym i zasmażką Kompot Surówka z czerwonej kapusty	250 ml 270 g  250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII	<p><b>Wartość energetyczna:</b> 2244 kcal</p> <p><b>Białko:</b> 91,7 g</p> <p><b>Tłuszcze:</b> 110,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 36,2 g</p> <p><b>Węglowodany:</b> 221,0 g w tym cukry: 36,2 g</p> <p><b>Błonnik:</b> 14,5 g</p> <p><b>Sól:</b> 8,2 g</p> <p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.</p>
<u>Wartość energetyczna:</u> 712 kcal <u>Białko:</u> 18,8 g <u>Tłuszcze:</u> 47,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,2 g <u>Węglowodany:</u> 52,7 g w tym cukry: 5,9 g <u>Błonnik:</u> 3,1 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Pasta mięsna Jabłko	250 ml 80 g 20 g 100 g 50 g	I, VI, VII, XI VII VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 218 kcal <u>Białko:</u> 8,6 g <u>Tłuszcze:</u> 15,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 1,2 g <u>Węglowodany:</u> 10,8 g w tym cukry: 3,8 g <u>Błonnik:</u> 2,6 g <u>Sól:</u> 0,8 g	II kolacja	Sałatka gyros	150 g	VII, IX, X	

19.12.2023

**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 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> 0,6 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 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> 3,2 g	obiad	Krupnik 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 w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 33,0 g <b>Węglowodany:</b> 206,9 g w tym cukry: 35,3 g <b>Błonnik:</b> 15,7 g <b>Sól:</b> 8,3 g
<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	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 218 kcal <u>Białko:</u> 8,6 g <u>Tłuszcze:</u> 15,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 1,2 g <u>Węglowodany:</u> 10,8 g w tym cukry: 3,8 g <u>Błonnik:</u> 2,6g <u>Sól:</u> 0,8 g	II kolacja	Sałatka gyros	150 g	VII, IX, X	

19.12.2023

**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> 2,8 g <u>Sól:</u> 2,1 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Chleb pszenny Kajzerka Masło 82% Szyunka 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> 3,2 g	obiad	Krupnik 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> 2121 kcal <b>Białko:</b> 87,2 g <b>Tłuszcze:</b> 82,2 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 36,3 g <b>Węglowodany:</b> 261,0 g w tym cukry: 30,7g <b>Błonnik:</b> 13,3 g <b>Sól:</b> 6,4 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> 178 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	150 g	VII, IX, X	



20.12.2023

**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 <u>tłuszczowe:</u> 15,9 g <u>Węglowodany:</u> 63,3 g w tym cukry: 9,7 g <u>Błonnik:</u> 2,5 g <u>Sól:</u> 2,0 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Mielonka tyrolska 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 <u>tłuszczowe:</u> 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 białej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I VI, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 1881 kcal <b>Białko:</b> 74,2 g <b>Tłuszcze:</b> 86,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 33,9 g <b>Węglowodany:</b> 197,0 g w tym cukry: 23,6 g <b>Błonnik:</b> 12,6 g <b>Sól:</b> 5,0 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 588 kcal <u>Białko:</u> 20,9 g <u>Tłuszcze:</u> 31,8 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,7 g <u>Węglowodany:</u> 53,8 g w tym cukry: 0,7 g <u>Błonnik:</u> 3,0 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> 121 kcal <u>Białko:</u> 6,3 g <u>Tłuszcze:</u> 1,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,2 g <u>Węglowodany:</u> 20,6 g w tym cukry: 0,5 g <u>Błonnik:</u> 1,3 g <u>Sól:</u> 0,4 g	II kolacja	Mini tortilla warzywna	100 g	I, III	

20.12.2023

**DIETA WĄTROBOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 660 kcal <u>Białko:</u> 25,2 g <u>Tłuszcze:</u> 30,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 16,0 g <u>Węglowodany:</u> 70,3 g w tym cukry: 18,2 g <u>Błonnik:</u> 2,7 g <u>Sól:</u> 2,5 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Mielonka tyrolska Szynka drobiowa Sałata Banan	100 g 250 ml 50 g 30 g 20 g 50 g 50 g 10 g 50 g	VII I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII VII, IX, X VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 510 kcal <u>Białko:</u> 25,6 g <u>Tłuszcze:</u> 17,2 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 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 Warzywa gotowane Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I VI, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 1818 kcal <b>Białko:</b> 77,6 g <b>Tłuszcze:</b> 79,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 33,7 g <b>Węglowodany:</b> 194,6 g w tym cukry: 31,9 g <b>Błonnik:</b> 12,0 g <b>Sól:</b> 4,1 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 527 kcal <u>Białko:</u> 20,5 g <u>Tłuszcze:</u> 29,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,4 g <u>Węglowodany:</u> 44,4 g w tym cukry: 0,5 g <u>Błonnik:</u> 2,2 g <u>Sól:</u> 0,9 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Kiełbasa krakowska Ogórek	250 ml 80 g 20 g 50 g 30 g	I, VI, VII, XI VII IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 121 kcal <u>Białko:</u> 6,3 g <u>Tłuszcze:</u> 1,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,2 g <u>Węglowodany:</u> 20,6 g w tym cukry: 0,5 g <u>Błonnik:</u> 1,3 g <u>Sól:</u> 0,4 g	II kolacja	Mini tortilla warzywna	100 g	I	

20.12.2023

**DIETA CUKRZYCOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 611 kcal <u>Białko:</u> 20,7 g <u>Tłuszcze:</u> 34,5 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,6 g <u>Węglowodany:</u> 55,1 g w tym cukry: 9,6 g <u>Błonnik:</u> 5,0 g <u>Sól:</u> 2,0 g	śniadanie	Jogurt naturalny Herbata Chleb razowy Masło 82% Mielonka tyrolska 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> 510 kcal <u>Białko:</u> 25,6 g <u>Tłuszcze:</u> 17,2 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 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 białej kapusty Kompot	250 ml 200 g 120 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I VI, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 1787 kcal <b>Białko:</b> 72,4 g <b>Tłuszcze:</b> 85,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 33,5 g <b>Węglowodany:</b> 181,8 g w tym cukry: 23,8 g <b>Błonnik:</b> 17,1 g <b>Sól:</b> 4,9 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 545 kcal <u>Białko:</u> 19,8 g <u>Tłuszcze:</u> 31,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,6 g <u>Węglowodany:</u> 46,8 g w tym cukry: 1,0 g <u>Błonnik:</u> 5,0 g <u>Sól:</u> 2,2 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Paszтет pieczony z warzywami Ogórek kiszony	250 ml 80 g 20 g 100 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - pieczenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 121 kcal <u>Białko:</u> 6,3 g <u>Tłuszcze:</u> 1,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,2 g <u>Węglowodany:</u> 20,6 g w tym cukry: 0,5 g <u>Błonnik:</u> 1,3 g <u>Sól:</u> 0,4 g	II kolacja	Mini tortilla warzywna	100 g	I	

20.12.2023

**DIETA DZIECIĘCA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 516 kcal <u>Białko:</u> 18,4 g <u>Tłuszcze:</u> 34,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 15,5 g <u>Węglowodany:</u> 33,1 g w tym cukry: 8,7 g <u>Błonnik:</u> 1,1 g <u>Sól:</u> 1,4 g	śniadanie	Jogurt owocowy Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Mielonka tyrolska 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> 1674 kcal  <b>Białko:</b> 70,8 g  <b>Tłuszcze:</b> 83,0 g            w tym nasycone kwasy  <u>tłuszczowe:</u> 33,2 g  <b>Węglowodany:</b> 157,4 g            w tym cukry: 22,4 g  <b>Błonnik:</b> 10,4 g  <b>Sól:</b> 3,0 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 <u>tłuszczowe:</u> 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 białej 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 w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 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 kiszony	250 ml 80 g 20 g 50 g 20 g	I, VI, VII, XI VII I, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 121 kcal <u>Białko:</u> 6,3 g <u>Tłuszcze:</u> 1,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,2 g <u>Węglowodany:</u> 20,6 g w tym cukry: 0,5 g <u>Błonnik:</u> 1,3 g <u>Sól:</u> 0,4 g	II kolacja	Mini tortilla warzywna	100 g	I	

21.12.2023

**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 tłuszczowe: 15,5 g <u>Węglowodany:</u> 75,7 g w tym cukry: 8,7 g <u>Błonnik:</u> 1,1 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> 800 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 20,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 9,1 g <u>Węglowodany:</u> 110,9 g w tym cukry: 24,0 g <u>Błonnik:</u> 7,9 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Grochowa Makaron z kurczakiem w sosie Kompot Buraczki	250 ml 300 g  250 ml 100 g	VII, IX, X I, III, VII, IX, X  	<b>Wartość energetyczna:</b> 2053 kcal <b>Białko:</b> 78,8 g <b>Tłuszcze:</b> 73,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 36,7 g <b>Węglowodany:</b> 265,2 g w tym cukry: 35,7 g <b>Błonnik:</b> 12,7 g <b>Sól:</b> 5,9 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 411 kcal <u>Białko:</u> 11,3 g <u>Tłuszcze:</u> 19,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 11,7 g <u>Węglowodany:</u> 47,1 g w tym cukry: 1,3 g <u>Błonnik:</u> 2,7 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Galaretka mięsno-warzywna Sałata	250 ml 80 g 20 g 100 g  10 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 183 kcal <u>Białko:</u> 10,8 g <u>Tłuszcze:</u> 1,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 0,4 g <u>Węglowodany:</u> 31,5 g w tym cukry: 2,7 g <u>Błonnik:</u> 1,0 g <u>Sól:</u> 0,9 g	II kolacja	Kanapka z pastą twarogową	60 g	I, VII	

21.12.2023

**DIETA WĄTROBOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<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> 700 kcal <u>Białko:</u> 32,0 g <u>Tłuszcze:</u> 20,4 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 9,1 g <u>Węglowodany:</u> 110,9 g w tym cukry: 24,0 g <u>Błonnik:</u> 7,9 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Kluski lane Makaron z kurczakiem w sosie Kompot Buraczki	250 ml 300 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, III, VII, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 1929 kcal <b>Białko:</b> 73,7 g <b>Tłuszcze:</b> 71,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 36,4 g <b>Węglowodany:</b> 262,3 g w tym cukry: 53,2 g <b>Błonnik:</b> 14,5 g <b>Sól:</b> 6,5 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 404 kcal <u>Białko:</u> 12,5 g <u>Tłuszcze:</u> 19,2 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,7 g <u>Węglowodany:</u> 45,2 g w tym cukry: 1,2 g <u>Błonnik:</u> 2,3 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Galaretka mięsno-warzywna Sałata	250 ml 80 g 20 g 100 g 10 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 183 kcal <u>Białko:</u> 10,8 g <u>Tłuszcze:</u> 1,8 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,4 g <u>Węglowodany:</u> 31,5 g w tym cukry: 2,7 g <u>Błonnik:</u> 1,0 g <u>Sól:</u> 0,9 g	II kolacja	Kanapka z pastą twarogową	80 g	I, VII	

21.12.2023

**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 w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 16,0 g <u>Węglowodany:</u> 43,4 g w tym cukry: 2,6 g <u>Błonnik:</u> 5,0 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> 800 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 20,4 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 9,1 g <u>Węglowodany:</u> 110,9 g w tym cukry: 24,0 g <u>Błonnik:</u> 7,9 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Grochowa Makaron z kurczakiem w sosie Kompot Buraczki	250 ml 300 g  250 ml 100 g	VII, IX, X I, III, VII, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 1918 kcal <b>Białko:</b> 82,6 g <b>Tłuszcze:</b> 75,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 37,2 g <b>Węglowodany:</b> 225,9 g w tym cukry: 31,1 g <b>Błonnik:</b> 19,9 g <b>Sól:</b> 6,0 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 368 kcal <u>Białko:</u> 10,2 g <u>Tłuszcze:</u> 19,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,7 g <u>Węglowodany:</u> 40,1 g w tym cukry: 1,8 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 2,1 g	kolacja	Herbata Chleb razowy Masło 82% Galaretka mięsno-warzywna Sałata	250 ml 80 g 20 g 100 g  10 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 183 kcal <u>Białko:</u> 10,8 g <u>Tłuszcze:</u> 1,8 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,4 g <u>Węglowodany:</u> 31,5 g w tym cukry: 2,7 g <u>Błonnik:</u> 1,0 g <u>Sól:</u> 0,9 g	II kolacja	Kanapka z pastą twarogową	80 g	I, VII	

21.12.2023

**DIETA DZIECIĘCA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<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> 2,4 g <u>Sól:</u> 2,2 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Pasta z wędliny Wędlina drobiowa Sałata Ogórek kiszony Dżem	250 ml 50 g 30 g 20 g 100 g 50 g 10 g 30 g 50 g	I, VI, VII, XI I, VI, VII, XI VII III, VII, IX III, IX	
<u>Wartość energetyczna:</u> 700 kcal <u>Białko:</u> 38,0 g <u>Tłuszcze:</u> 20,4 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 9,1 g <u>Węglowodany:</u> 110,9 g w tym cukry: 24,0 g <u>Błonnik:</u> 7,9 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Kluski lane Makaron z kurczakiem w sosie Kompot Buraczki	250 ml 300 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, III, VII, IX, X	<b>Wartość energetyczna:</b> 2019 kcal <b>Białko:</b> 84,4 g <b>Tłuszcze:</b> 75,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 38,0 g <b>Węglowodany:</b> 272,3 g w tym cukry: 48,3 g <b>Błonnik:</b> 15,2 g <b>Sól:</b> 5,7 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 515 kcal <u>Białko:</u> 17,2 g <u>Tłuszcze:</u> 22,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 13,3 g <u>Węglowodany:</u> 60,8 g w tym cukry: 1,2 g <u>Błonnik:</u> 3,9 g <u>Sól:</u> 1,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Wędlina drobiowa Mandarynka	250 ml 100 g 20 g 50 g 50 g	I, VI, VII, XI VII I, VII, IX, X	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 183 kcal <u>Białko:</u> 10,8 g <u>Tłuszcze:</u> 1,8 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 0,4 g <u>Węglowodany:</u> 31,5 g w tym cukry: 2,7 g <u>Błonnik:</u> 1,0 g <u>Sól:</u> 0,9 g	II kolacja	Kanapka z pastą twarogową	80 g	I, VII	



22.12.2023

**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 VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 777 kcal <u>Białko:</u> 26,7 g <u>Tłuszcze:</u> 18,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 5,9 g <u>Węglowodany:</u> 110,3 g w tym cukry: 25,1 g <u>Błonnik:</u> 7,5 g <u>Sól:</u> 0,3 g	obiad	Zupa pieczarkowa z ryżem Pierogi leniwe Surówka z marchewki z ananasem Kompot	250 ml 300 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I	<b>Wartość energetyczna:</b> 2088 kcal <b>Białko:</b> 63,4 g <b>Tłuszcze:</b> 91,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 32,8 g <b>Węglowodany:</b> 231,5 g w tym cukry: 41,1 g <b>Błonnik:</b> 15,1 g <b>Sól:</b> 2,5 g
<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	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<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	120 g	IX	

22.12.2023

**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 <u>tłuszczowe:</u> 14,5 g <u>Węglowodany:</u> 54,6 g w tym cukry: 7,3 g <u>Błonnik:</u> 2,8g <u>Sól:</u> 1,2 g	śniadanie	Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Ser biały z koperkiem 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> 777 kcal <u>Białko:</u> 26,7 g <u>Tłuszcze:</u> 18,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 5,9 g <u>Węglowodany:</u> 110,3 g w tym cukry: 25,1 g <u>Błonnik:</u> 7,5 g <u>Sól:</u> 0,3 g	obiad	Ryżanka Pierogi leniwe Surówka z marchewki z ananasem Kompot	250 ml 300 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I	<b>Wartość energetyczna:</b> 2116 kcal <b>Białko:</b> 80,2 g <b>Tłuszcze:</b> 91,4 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 32,3 g <b>Węglowodany:</b> 223,8 g w tym cukry: 36,3 g <b>Błonnik:</b> 14,3 g <b>Sól:</b> 2,5 g
<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	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<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	120 g	IX	

22.12.2023

**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 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	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	
<u>Wartość energetyczna:</u> 777 kcal <u>Białko:</u> 26,7 g <u>Tłuszcze:</u> 18,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 5,9 g <u>Węglowodany:</u> 110,3 g w tym cukry: 25,1 g <u>Błonnik:</u> 7,5 g <u>Sól:</u> 0,3 g	obiad	Zupa pieczarkowa z ryżem Pierogi leniwe Surówka z marchewki z ananase Kompot	250 ml 300 g 100 g 250 ml	VII, IX, X I	<b>Wartość energetyczna:</b> 1994 kcal <b>Białko:</b> 61,8 g <b>Tłuszcze:</b> 91,5 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 33,0 g <b>Węglowodany:</b> 212,5 g w tym cukry: 34,6 g <b>Błonnik:</b> 23,1 g <b>Sól:</b> 2,5 g
<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	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	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<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	120 g	IX	

22.12.2023

**DIETA DZIECIEĆCA**

	<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 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 Jajo 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  VII	<b>Wartość energetyczna:</b> 1927 kcal <b>Białko:</b> 60,6 g <b>Tłuszcze:</b> 77,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 34,0 g <b>Węglowodany:</b> 230,0 g w tym cukry: 44,8 g <b>Błonnik:</b> 12,7 g <b>Sól:</b> 2,3 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 777 kcal <u>Białko:</u> 26,7 g <u>Tłuszcze:</u> 18,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 5,9 g <u>Węglowodany:</u> 110,3 g w tym cukry: 25,1 g <u>Błonnik:</u> 7,5 g <u>Sól:</u> 0,3 g	obiad	Zupa pieczarkowa z ryżem Pierogi leniwe Surówka z marchewki z ananase Kompot	250 ml  300 g 100 g  250 ml	VII, IX, X  I	
<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> 13,7g w tym cukry: 12,0 g <u>Błonnik:</u> 0 g <u>Sól:</u> 0,0 g	II kolacja	Serek homogenizowany	100 g	VII	

23.12.2023

**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> 2,7 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> 667 kcal <u>Białko:</u> 47,5 g <u>Tłuszcze:</u> 25,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 4,2 g <u>Węglowodany:</u> 69,5 g w tym cukry: 3,1 g <u>Błonnik:</u> 6,6 g <u>Sól:</u> 2,1 g	obiad	Zupa koperkowa Naleśniki z kurczakiem Kompot Surówka z białej kapusty	250 ml 270 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII, IX	<b>Wartość energetyczna:</b> 1736 kcal <b>Białko:</b> 86,0 g <b>Tłuszcze:</b> 79,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 35,0 g <b>Węglowodany:</b> 175,6 g w tym cukry: 15,4 g <b>Błonnik:</b> 13,2 g <b>Sól:</b> 4,8 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 404 kcal <u>Białko:</u> 10,4 g <u>Tłuszcze:</u> 18,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,6 g <u>Węglowodany:</u> 47,2 g w tym cukry: 1,1 g <u>Błonnik:</u> 2,6 g <u>Sól:</u> 1,8 g	kolacja	Herbata Chleb pszenno-żytni Masło 82% Galantyna z kureczaka 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		

23.12.2023

**DIETA WĄTROBOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<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: 3,7 g <u>Błonnik:</u> 2,3 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> 667 kcal <u>Białko:</u> 47,5 g <u>Tłuszcze:</u> 25,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 4,2 g <u>Węglowodany:</u> 69,5 g w tym cukry: 3,1 g <u>Błonnik:</u> 6,6 g <u>Sól:</u> 2,1 g	obiad	Zupa koperkowa Naleśniki z kurczakiem Kompot Surówka z białej kapusty	250 ml 270 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII, IX	<b>Wartość energetyczna:</b> 1778 kcal <b>Białko:</b> 97,8 g <b>Tłuszcze:</b> 79,4 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 35,5 g <b>Węglowodany:</b> 174,3 g w tym cukry: 16,8 g <b>Błonnik:</b> 12,4 g <b>Sól:</b> 4,8 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<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 kureczaka 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		

23.12.2023

**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> 667 kcal <u>Białko:</u> 47,5 g <u>Tłuszcze:</u> 25,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 4,2 g <u>Węglowodany:</u> 69,5 g w tym cukry: 3,1 g <u>Błonnik:</u> 6,6 g <u>Sól:</u> 2,1 g	obiad	Zupa koperkowa Naleśniki z kurczakiem Kompot Surówka z białej kapusty	250 ml 270 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII, IX	<b>Wartość energetyczna:</b> 1701 kcal <b>Białko:</b> 88,4 g <b>Tłuszcze:</b> 79,7 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 36,0 g <b>Węglowodany:</b> 166,3 g w tym cukry: 16,8 g <b>Błonnik:</b> 21,8 g <b>Sól:</b> 4,9 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 kureczaka 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		

23.12.2023

**DIETA DZIECIĘCA**

	<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> 29,1 g <u>Tłuszcze:</u> 35,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 19,5 g <u>Węglowodany:</u> 46,8 g w tym cukry: 1,4 g <u>Błonnik:</u> 2,1 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> 667 kcal <u>Białko:</u> 47,5 g <u>Tłuszcze:</u> 25,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 4,2 g <u>Węglowodany:</u> 69,5 g w tym cukry: 3,1 g <u>Błonnik:</u> 6,6 g <u>Sól:</u> 2,1 g	obiad	Zupa koperkowa Naleśniki z kurczakiem Kompot Surówka z białej kapusty	250 ml 270 g 250 ml 100 g	VII, IX, X I, VII, IX	<b>Wartość energetyczna:</b> 1809 kcal <b>Białko:</b> 93,4 g <b>Tłuszcze:</b> 81,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 37,7 g <b>Węglowodany:</b> 181,9 g w tym cukry: 23,5 g <b>Błonnik:</b> 13,0 g <b>Sól:</b> 4,6 g  Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 478 kcal <u>Białko:</u> 16,4 g <u>Tłuszcze:</u> 21,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 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	
<u>Wartość energetyczna:</u> 45 kcal <u>Białko:</u> 0,4 g <u>Tłuszcze:</u> 0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 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		



24.12.2023

**DIETA PODSTAWOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 945 kcal <u>Białko:</u> 41,9 g <u>Tłuszcze:</u> 33,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 19,0 g <u>Węglowodany:</u> 117,0 g <u>w tym cukry:</u> 17,1 g <u>Błonnik:</u> 5,0 g <u>Sól:</u> 1,8 g	śniadanie	Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb żytni Masło 82% Pasta twarogowa Ser żółty 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 VII VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 585 kcal <u>Białko:</u> 26,6 g <u>Tłuszcze:</u> 12,2 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 1,4 g <u>Węglowodany:</u> 87,0 g <u>w tym cukry:</u> 6,0 g <u>Błonnik:</u> 7,5 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Barszcz czerwony Ryba panierowana Kapusta z grochem Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g  250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X  I	<b>Wartość energetyczna:</b> 2276 kcal <b>Białko:</b> 993,1 g <b>Tłuszcze:</b> 91,8 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 35,6 g <b>Węglowodany:</b> 294,3 g <u>w tym cukry:</u> 24,8 g <b>Błonnik:</b> 21,2 g <b>Sól:</b> 4,2 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> 110 kcal <u>Białko:</u> 14,7 g <u>Tłuszcze:</u> 6,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 4,0 g <u>Węglowodany:</u> 30,3 g <u>w tym cukry:</u> 1,0 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Jogurt z granolą	150 ml	VII	

24.12.2023

**DIETA WĄTROBOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 940 kcal <u>Białko:</u> 31,9 g <u>Tłuszcze:</u> 37,6 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 14,8 g <u>Węglowodany:</u> 120,3 g w tym cukry: 17,3 g <u>Błonnik:</u> 4,3 g <u>Sól:</u> 2,2 g	śniadanie	Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Pasta twarogowa Pasta jajeczna 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 VII III, VII, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 585 kcal <u>Białko:</u> 26,6 g <u>Tłuszcze:</u> 12,2 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 1,4 g <u>Węglowodany:</u> 87,0 g w tym cukry: 6,0 g <u>Błonnik:</u> 7,5 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Barszcz czerwony Ryba panierowana Kapusta z grochem Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g  250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X  I	<b>Wartość energetyczna:</b> 2326 kcal <b>Białko:</b> 86,2 g <b>Tłuszcze:</b> 96,1 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 31,5 g <b>Węglowodany:</b> 306,6 g w tym cukry: 25,0 g <b>Błonnik:</b> 20,5 g <b>Sól:</b> 4,8 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 691 kcal <u>Białko:</u> 13,0 g <u>Tłuszcze:</u> 40,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,3 g <u>Węglowodany:</u> 69,0 g w tym cukry: 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, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 110 kcal <u>Białko:</u> 14,7 g <u>Tłuszcze:</u> 6,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 4,0 g <u>Węglowodany:</u> 30,3 g w tym cukry: 1,0 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Jogurt z granolą	150 ml	VII	

24.12.2023

**DIETA CUKRZYCOWA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 895 kcal <u>Białko:</u> 41,2 g <u>Tłuszcze:</u> 32,3 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 18,1 g <u>Węglowodany:</u> 110,0 g w tym cukry: 16,2 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 2,0 g	śniadanie	Ryż na mleku Herbata Chleb razowy Masło 82% Pasta twarogowa Ser żółty 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 VII VII	
<u>Wartość energetyczna:</u> 585 kcal <u>Białko:</u> 26,6 g <u>Tłuszcze:</u> 12,2 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 1,4 g <u>Węglowodany:</u> 87,0 g w tym cukry: 6,0 g <u>Błonnik:</u> 7,5 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Barszcz czerwony Ryba panierowana Kapusta z grochem Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g  250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X  I	<b>Wartość energetyczna:</b> 2193 kcal <b>Białko:</b> 91,3 g <b>Tłuszcze:</b> 90,4 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 34,7 g <b>Węglowodany:</b> 280,3 g w tym cukry: 24,4 g <b>Błonnik:</b> 26,5 g <b>Sól:</b> 4,5 g
<u>Wartość energetyczna:</u> 603 kcal <u>Białko:</u> 8,8 g <u>Tłuszcze:</u> 39,9 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 11,2 g <u>Węglowodany:</u> 53,0 g w tym cukry: 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	Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.
<u>Wartość energetyczna:</u> 110 kcal <u>Białko:</u> 14,7 g <u>Tłuszcze:</u> 6,0 g w tym nasycone kwasy <u>tłuszczowe:</u> 4,0 g <u>Węglowodany:</u> 30,3 g w tym cukry: 1,0 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Jogurt z granolą	150 ml	VII	

24.12.2023

**DIETA DZIECIEĆCA**

	<b>Nazwa posiłku</b>	<b>Nazwa produktu</b>	<b>Ilość [g, ml]</b>	<b>Alergeny</b>	
<u>Wartość energetyczna:</u> 950 kcal <u>Białko:</u> 43,4 g <u>Tłuszcze:</u> 33,6 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 20,0 g <u>Węglowodany:</u> 117,0 g <u>w tym cukry:</u> 17,6 g <u>Błonnik:</u> 4,3 g <u>Sól:</u> 1,8 g	śniadanie	Ryż na mleku Herbata Kajzerka Chleb pszenny Masło 82% Pasta twarogowa Ser żółty 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 VII VII	<p style="text-align: center;"><b>Wartość energetyczna:</b> 2336 kcal</p> <p style="text-align: center;"><b>Białko:</b> 97,7 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Tłuszcze:</b> 92,1 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 36,7 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Węglowodany:</b> 303,3 g <u>w tym cukry:</u> 25,3 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Błonnik:</b> 20,5 g</p> <p style="text-align: center;"><b>Sól:</b> 4,4 g</p> <p>Zastosowana obróbka termiczna: - gotowanie, - smażenie.</p>
<u>Wartość energetyczna:</u> 585 kcal <u>Białko:</u> 26,6 g <u>Tłuszcze:</u> 12,2 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 1,4 g <u>Węglowodany:</u> 87,0 g <u>w tym cukry:</u> 6,0 g <u>Błonnik:</u> 7,5 g <u>Sól:</u> 1,5 g	obiad	Barszcz czerwony Ryba panierowana Kapusta z grochem Ziemniaki z koperkiem Kompot	250 ml 100 g 100 g 200 g  250 ml	I, VI, IX, X I, III, IX, X  I	
<u>Wartość energetyczna:</u> 691 kcal <u>Białko:</u> 13,0 g <u>Tłuszcze:</u> 40,3 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 11,3 g <u>Węglowodany:</u> 69,0 g <u>w tym cukry:</u> 0,7 g <u>Błonnik:</u> 2,7 g <u>Sól:</u> 1,1 g	kolacja	Herbata Chleb pszenny Masło 82% Sałatka z kurczakiem Sałata	250 ml 100 g 20 g 100 g  10 g	I, VI, VII, XI VII I, III, VII, IX, X	
<u>Wartość energetyczna:</u> 110 kcal <u>Białko:</u> 14,7 g <u>Tłuszcze:</u> 6,0 g <u>w tym nasycone kwasy tłuszczowe:</u> 4,0 g <u>Węglowodany:</u> 30,3 g <u>w tym cukry:</u> 1,0 g <u>Błonnik:</u> 6,0 g <u>Sól:</u> 0 g	II kolacja	Jogurt z granolą	150 ml	VII	

Opracowała:  
Katarzyna Gajda