

DZIEŃ/ DATA	POSIŁEK	DIETY			
		PODSTAWOWA	LEKKOSTRAWNA	CUKRZYCA	CUKRZYCA LEKKOSTRAWNA
WTOREK 16.04.2024	ŚNIADANIE	KASZA MANNA NA MLEKU 300ML (ML, GLUT)	KASZA MANNA NA MLEKU 300ML (ML, GLUT)	CHLEB GRAHAM 50G (GLUT)	
		CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 50G (GLUT)	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT)
		MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)
		ROLADA Z KURCZAKA WOLAS 40G (SOJ, ML)	ROLADA Z KURCZAKA WOLAS 40G (SOJ, ML)	ROLADA Z KURCZAKA WOLAS 40G (SOJ, ML)	ROLADA Z KURCZAKA WOLAS 40G (SOJ, ML)
		POMIDOR 50G	POMIDOR 50G	POMIDOR 50G	POMIDOR 50G
		SAŁATA 10G	SAŁATA 10G	SAŁATA 10G	SAŁATA 10G
		HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA BEZ CUKRU 250ML	HERBATA BEZ CUKRU 250ML
	OBIAD	BROKUŁOWA Z ZACIERKĄ 300ML (SEL, GLUT, JAJ)	BROKUŁOWA Z ZACIERKĄ 300ML (SEL, GLUT, JAJ)	BROKUŁOWA Z ZACIERKĄ 300ML (SEL, GLUT, JAJ)	BROKUŁOWA Z ZACIERKĄ 300ML (SEL, GLUT, JAJ)
		PIECZEŃ RZYMSKA 80G. (GLUT, JAJ)	PIECZEŃ RZYMSKA 80G. (GLUT, JAJ)	PIECZEŃ RZYMSKA 80G. (GLUT, JAJ)	PIECZEŃ RZYMSKA 80G. (GLUT, JAJ)
		SOS POMIDOROWY 100ML (GLUT)	SOS POMIDOROWY 100ML (GLUT)	SOS POMIDOROWY 100ML (GLUT)	SOS POMIDOROWY 100ML (GLUT)
		ZIEMNIAKI PUREE 200G	ZIEMNIAKI PUREE 200G	ZIEMNIAKI PUREE 200G	ZIEMNIAKI PUREE 200G
		FASOLKA SZPARAGOWA Z PARY 150G Z OLEJEM RZEPAKOWYM	JARZYNY Z PARY 150G Z OLEJEM RZEPAKOWYM (SEL)	FASOLKA SZPARAGOWA Z PARY 150G Z OLEJEM RZEPAKOWYM	JARZYNY Z PARY 150G Z OLEJEM RZEPAKOWYM (SEL)
		HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML
	PODWIECZOREK	BABKA BISZKOPTOWA 30G (GLUT, JAJ)	BABKA BISZKOPTOWA 30G (GLUT, JAJ)	JOGURT NAT 100ML/ 1SZT (ML)	JOGURT NAT 100ML/ 1SZT (ML)
	KOLACJA	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 50G (GLUT), CHLEB GRAHAM 50G. (GLUT)	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT),
		MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)
		SER BIAŁY Z KOPERKIEM 70G. (ML)	SER BIAŁY Z KOPERKIEM 70G. (ML)	SER BIAŁY Z KOPERKIEM 70G. (ML)	SER BIAŁY Z KOPERKIEM 70G. (ML)
		POMIDOR 50G	POMIDOR 50G	POMIDOR 50G	POMIDOR 0G
		SAŁATA 10G	SAŁATA 10G	SAŁATA 10G	SAŁATA 10G
		HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA BEZ CUKRU 250ML	HERBATA BEZ CUKRU 250ML
	POSIŁEK NOCNY	JOGURT OWOCOWY 100ML/ 1SZT (ML)	JOGURT OWOCOWY 100ML/ 1SZT (ML)	SOK POMIDOROWY 200ML/1SZT	JOGURT NAT 100ML/ 1SZT (ML)
	WARTOŚCI ODŻYWCZE	ENERGIA 2001,2 kcal	ENERGIA 2127 kcal	ENERGIA 1655 kcal	ENERGIA 1649 kcal
		BIĄTKO OGÓŁEM 82,1 g	BIĄTKO OGÓŁEM 88,7g	BIĄTKO OGÓŁEM 75 g	BIĄTKO OGÓŁEM 74,5 g
		TŁUSZCZE OGÓŁEM 64,3 g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 66,8 g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 59,5 g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 55 g
		w tym nasycone 21,1 g	w tym nasycone 23 g	w tym nasycone 18,4 g	w tym nasycone 19 g
		WĘGLOWODANY OGÓŁEM 278,6 g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 310 g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 224,4 g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 239 g
w tym cukry 41,4 g		w tym cukry 57,7 g	w tym cukry 19,6 g	w tym cukry 21 g	
BŁONNIK 22,8 g		BŁONNIK 20,3 g	BŁONNIK 25,8g	BŁONNIK 23,5 g	
SÓL 4,3g		SÓL 4,8 g	SÓL 5,2g	SÓL 4,4g	

DZIEŃ/ DATA	POSIŁEK	DIETY			
		NISKOTŁUSZCZOWA	Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	PAPKOWATA	BEZSOLNA/ O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWASÓW TŁUSZCZOWYCH KARDIOLOGICZNA
WTOREK 16.04.2024	ŚNIADANIE	KASZA MANNA NA MLEKU 300ML (ML, GLUT)	KASZA MANNA NA MLEKU 300ML (ML, GLUT)	KASZA MANNA NA MLEKU 300ML (ML, GLUT)	KASZA MANNA NA MLEKU 300ML (ML, GLUT)
		PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	CHLEB PSZENNO-ŻYTNY 50G (GLUT), CHLEB GRAHAM 50G. (GLUT)
		MARGARYNA ROŚLINNA 5G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)
		ROLADA Z KURCZAKA WOLAS 40G (SOJ, ML)	ROLADA Z KURCZAKA WOLAS 40G (SOJ, ML)	ROLADA Z KURCZAKA WOLAS 40G (SOJ, ML)	ROLADA Z KURCZAKA WOLAS 40G (SOJ, ML)
		POMIDOR 50G			POMIDOR 50G
		SAŁATA 10G			SAŁATA 10G
		HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML
	OBIAD	ZUPA GRYSIKOWA 300ML (GLUT, SEL)	BROKUŁOWA Z ZACIERKĄ 300ML (SEL, GLUT, JAJ)	ZUPA GRYSIKOWA (GLUT, SEL)	BROKUŁOWA Z ZACIERKĄ 300ML (SEL, GLUT, JAJ)
		PIECZEŃ RZYMSKA 80G. (GLUT, JAJ)	PIECZEŃ RZYMSKA 80G. (GLUT, JAJ)	PIECZEŃ RZYMSKA 80G. (GLUT, JAJ)	PIECZEŃ RZYMSKA 80G. (GLUT, JAJ)
		SOS POMIDOROWY 100ML (GLUT)	SOS POMIDOROWY 100ML (GLUT)	SOS POMIDOROWY 100ML (GLUT)	SOS POMIDOROWY 100ML (GLUT)
		ZIEMNIAKI PUREE 200G	ZIEMNIAKI PUREE 200G	ZIEMNIAKI PUREE 200G	ZIEMNIAKI PUREE 200G
		JARZYNY Z PARY 150G Z OLEJEM RZEPAKOWYM (SEL)	JARZYNY Z PARY 150G Z OLEJEM RZEPAKOWYM (SEL)	JARZYNY Z PARY 150G Z OLEJEM RZEPAKOWYM (SEL)	FASOLKA SZPARAGOWA Z PARY 150G Z OLEJEM RZEPAKOWYM
		HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML
	PODWIECZOREK	JOGURT NAT 100ML/ 1SZT (ML)	JOGURT NAT 100ML/ 1SZT (ML)	JOGURT NAT 100ML/ 1SZT (ML)	JOGURT NAT 100ML/ 1SZT (ML)
	KOLACJA	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	CHLEB PSZENNO-ŻYTNY 50G (GLUT), CHLEB GRAHAM 50G. (GLUT)
		MARGARYNA ROŚLINNA 5G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)
		SER BIAŁY Z KOPERKIEM 70G. (ML)	SER BIAŁY Z KOPERKIEM 70G. (ML)	SER BIAŁY Z KOPERKIEM 70G. (ML)	SER BIAŁY Z KOPERKIEM 70G. (ML)
		POMIDOR 50G		KASZA MANNA NA MLEKU 300ML (ML, GLUT)	POMIDOR 0G
		SAŁATA 10G			SAŁATA 10G
		HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML
	POSIŁEK NOCNY	JOGURT OWOCOWY 100ML/ 1SZT (ML)	JOGURT OWOCOWY 100ML/ 1SZT (ML)	JOGURT OWOCOWY 100ML/ 1SZT (ML)	JOGURT OWOCOWY 100ML/1SZT (ML)
	WARTOŚCI ODŻYWCZE	ENERGIA 1910,5kcal	ENERGIA 2058,5kcal	ENERGIA 2290 kcal	ENERGIA 1974,2kcal
		BIAŁKO OGÓŁEM 89,4 g	BIAŁKO OGÓŁEM 88,8g	BIAŁKO OGÓŁEM 98 g	BIAŁKO OGÓŁEM 88,3 g
		TŁUSZCZE OGÓŁEM 48,4g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 67,2 g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 73 g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 66,7 g
		w tym nasycone 17,42g	w tym nasycone 23,7 g	w tym nasycone 26,7 g	w tym nasycone 22,4g
		WĘGLOWODANY OGÓŁEM 294 g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 290,4 g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 324,7g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 274,2 g
		w tym cukry 50,4g	w tym cukry 50,7 g	w tym cukry 61,7 g	w tym cukry 46 g
BŁONNIK 20,7 g		BŁONNIK 18,2 g	BŁONNIK 18,3 g	BŁONNIK 24,6 g	
SÓL 4,7 g		SÓL 4,9 g	SÓL 4,9g	SÓL 4,6g	

DZIEŃ/ DATA	POSIEŁEK	DIETA		
		MATKI KARMiąCEJ	MAŁEGO DZIECKA LEKKOSTRAWNA 1-3 LAT	DZIECKA 4-9 LAT LEKKOSTRAWNA
WTOREK 16.04.2024	ŚNIADANIE	KASZA MANNA NA MLEKU 300ML (ML, GLUT)	KASZA MANNA NA MLEKU 100ML (ML, GLUT)	KASZA MANNA NA MLEKU 300ML (ML, GLUT)
		CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT), CHLEB GRAHAM 50G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 50G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 50G (GLUT)
		MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 5G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 10G (ML)
		ROLADA Z KURCZAKA WOLAS 40G (SOJ, ML)	ROLADA Z KURCZAKA WOLAS 40G (SOJ, ML)	ROLADA Z KURCZAKA WOLAS 40G (SOJ, ML)
		POMIDOR 50G	POMIDOR 50G	POMIDOR 50G
		SAŁATA 10G	SAŁATA 10G	SAŁATA 10G
		BANAN 1SZT/150G		
		HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML
	OBIAD	BROKUŁOWA Z ZACIERKĄ 300ML (SEL, GLUT, JAJ)	BROKUŁOWA Z ZACIERKĄ 100ML (SEL, GLUT, JAJ)	BROKUŁOWA Z ZACIERKĄ 300ML (SEL, GLUT, JAJ)
		PIECZEŃ RZYMSKA 80G. (GLUT, JAJ)	PIECZEŃ RZYMSKA 80G. (GLUT, JAJ)	PIECZEŃ RZYMSKA 80G. (GLUT, JAJ)
		SOS POMIDOROWY 100ML (GLUT)	SOS KOPERKOWY 100ML (GLUT)	SOS POMIDOROWY 100ML (GLUT)
		ZIEMNIAKI PUREE 200G	ZIEMNIAKI PUREE 100G	ZIEMNIAKI PUREE 200G
		FASOLKA SZPARAGOWA Z PARY 150G Z OLEJEM RZEPAKOWYM	JARZYNY Z PARY 150G Z OLEJEM RZEPAKOWYM (SEL)	JARZYNY Z PARY 150G Z OLEJEM RZEPAKOWYM (SEL)
		HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML
	PODWIECZOREK	BABKA BISZKOPTOWA 30G (GLUT, JAJ)	BABKA BISZKOPTOWA 30G (GLUT, JAJ)	BABKA BISZKOPTOWA 30G (GLUT, JAJ)
	KOLACJA	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT), CHLEB GRAHAM 50G. (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 50G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 50G (GLUT)
		MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 5G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 10G (ML)
		SER BIAŁY Z KOPERKIEM 70G. (ML)	SER BIAŁY Z KOPERKIEM 40G. (ML)	SER BIAŁY Z KOPERKIEM 40G. (ML)
		POMIDOR 50G	POMIDOR 50G	POMIDOR 50G
		SAŁATA 10G	SAŁATA 10G	SAŁATA 10G
	HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML	
	POSIEŁEK NOCNY	JOGURT OWOCOWY 100ML/ 1SZT (ML)	JOGURT OWOCOWY 100ML/ 1SZT (ML)	JOGURT OWOCOWY 100ML/ 1SZT (ML)
	WARTOŚCI ODŻYWCZE	ENERGIA 2414,4 kcal	ENERGIA 1263,3 kcal	ENERGIA 1482,9 kcal
BIĄŁKO OGÓŁEM 94,0 g		BIĄŁKO OGÓŁEM 60,4g	BIĄŁKO OGÓŁEM 70g	
TŁUSZCZE OGÓŁEM 67,7 g		TŁUSZCZE OGÓŁEM 42,8 g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 52,5 g	
w tym nasycone 22 g		w tym nasycone 14,3 g	w tym nasycone 18g	
WĘGLOWODANY OGÓŁEM 379,7 g		WĘGLOWODANY OGÓŁEM 170,7 g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 197,3g	
w tym cukry 82 g		w tym cukry 46 g	w tym cukry 49 g	
BŁONNIK 31,6 g		BŁONNIK 13,5 g	BŁONNIK 16 g	
SÓL 5,5 g	SÓL 3g	SÓL 3,4 g		