

SOBOTA 20.04.2024

DZIEŃ/ DATA	POSIŁEK	DIETY			
		PODSTAWOWA	LEKKOSTRAWNA	CUKRZYCA	CUKRZYCA LEKKOSTRAWNA
SOBOTA 20.04.2024	ŚNIADANIE				
		CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA 100G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA 50G (GLUT)	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA 100G (GLUT)
		MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)
		PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA 60G (SEL,ML)	PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA 60G (SEL,ML)	PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA 60G (SEL,ML)	PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA 60G (SEL,ML)
		SAŁATA 20G	SAŁATA 20G	SAŁATA 20G	SAŁATA 20G
		KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU 250ML (ML, GLUT)	KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU 250ML (ML, GLUT)	KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU 250ML (ML, GLUT) B/CUKRU	KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU 250ML (ML, GLUT) B/CUKRU
	OBIAD	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMNIAKAMI 300ML (SEL, GLUT, ML)	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMNIAKAMI 300ML (SEL, GLUT, ML)	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMNIAKAMI 300ML (SEL, GLUT, ML)	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMNIAKAMI 300ML (SEL, GLUT, ML)
		SOS BOŁOŃKI 100G. (SEL, GLUT)	SOS BOŁOŃKI 100G. (SEL, GLUT)	SOS BOŁOŃKI 100G. (SEL, GLUT)	SOS BOŁOŃKI 100G. (SEL, GLUT)
		MAKARON DURIM GOTOWANY 200G (GLUT)	MAKARON DURIM GOTOWANY 200G (GLUT)	MAKARON DURIM GOTOWANY 200G (GLUT)	MAKARON DURIM GOTOWANY 200G (GLUT)
		KALAFIOR Z PARY 150G Z OLEJEM	KALAFIOR Z PARY 150G Z OLEJEM	KALAFIOR Z PARY 150G Z OLEJEM	KALAFIOR Z PARY 150G Z OLEJEM
		HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML
	PODWIECZOREK	JOGURT OWOCOWY 100ML	JOGURT OWOCOWY 100ML	JABŁKO 1 SZT	JOGURT NATURALNY 100ML/ 1SZT (ML)
	KOLACJA	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA 100G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA 50G (GLUT), CHLEB GRAHAM 50G. (GLUT)	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA 100G (GLUT), CHLEB GRAHAM 100G (GLUT)
		MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)
		PAPRYKARZ 70G (RYB)	PAPRYKARZ 70G (RYB)	PAPRYKARZ 70G (RYB)	PAPRYKARZ 70G (RYB)
		SAŁATA 20G	SAŁATA 20G	SAŁATA 20G	SAŁATA 20G
			HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML
		HERBATA Z CUKREM 250ML			
	POSIŁEK NOCNY	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 100ML/1SZT (ML)	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 100ML/1SZT (ML)	CHLEB GRAHAM 25G. (GLUT), SEREK ALMETTE 1SZT (ML)	CHLEB GRAHAM 25G. (GLUT), SEREK ALMETTE 1SZT (ML)
	WARTOŚCI ODŻYWCZE	ENERGIA 1890kcal	ENERGIA 2144,8kcal	ENERGIA 1990,4 kcal	ENERGIA 1969,6kcal
BIĄŁKO OGÓŁEM 96,7g		BIĄŁKO OGÓŁEM 102,2g	BIĄŁKO OGÓŁEM 100 g	BIĄŁKO OGÓŁEM 101,8 g	
TŁUSZCZE OGÓŁEM 46,6g		TŁUSZCZE OGÓŁEM 69,1g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 64 g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 65,3g	
w tym nasycone 17 g		w tym nasycone 23 g	w tym nasycone 22,3g	w tym nasycone 23,4g	
WĘGLOWODANY OGÓŁEM 276 g		WĘGLOWODANY OGÓŁEM 288 g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 280,7g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 277,2G	
w tym cukry 46,6g		w tym cukry 49,3 g	w tym cukry 33,8 g	w tym cukry 23,1 g	
BŁONNIK 25,3 g		BŁONNIK 21 g	BŁONNIK 34g	BŁONNIK 29G	
SÓL 5,0 g	SÓL 5,4G	SÓL 7 g	SÓL 7,1 g		

DZIEŃ/ DATA	POSIŁEK	DIETY			
		NISKOTŁUSZCZOWA	Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	PAPKOWATA	BEZSOLNA/ O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWASÓW TŁUSZCZOWYCH KARDIOLOGICZNA
SOBOTA 20.04.2024	ŚNIADANIE	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 50G (GLUT) CHLEB GRAHAM 50G (GLUT)
		MARGARYNA ROŚLINNA 5G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)
		PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA 60G (SEL,ML)	PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA 60G (SEL,ML)	PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA 60G (SEL,ML)	PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA 60G (SEL,ML)
		SAŁATA 20G		KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU 250ML (ML)	SAŁATA 20G
		KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU 250ML (ML, GLUT)	KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU 250ML (ML, GLUT)	KASZA MANNA NA MLEKU 300ML (ML, GLUT)	KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU 250ML (ML, GLUT)
	OBIAD	ZUPA GRYSIKOWA 300ML (SEL, GLUT)	ZUPA GRYSIKOWA 300ML (SEL, GLUT)	ZUPA GRYSIKOWA 300ML (SEL, GLUT)	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMNIAKAMI 300ML (SEL, GLUT, ML)
		SOS BOŁOŃKI 100G. (SEL, GLUT)	SOS BOŁOŃKI 100G. (SEL, GLUT)	SOS BOŁOŃKI 100G. (SEL, GLUT)	SOS BOŁOŃKI 100G. (SEL, GLUT)
		MAKARON DURIM GOTOWANY 200G (GLUT)	ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML)	ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML)	MAKARON DURIM GOTOWANY 200G (GLUT)
		KALAFIOR Z PARY 150G Z OLEJEM	KALAFIOR Z PARY 150G Z OLEJEM	KALAFIOR Z PARY 150G Z OLEJEM	KALAFIOR Z PARY 150G Z OLEJEM
		HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML
	PODWIECZOREK	JOGURT OWOCOWY 100ML	JOGURT OWOCOWY 100ML	JOGURT OWOCOWY 100ML	JABŁKO 1 SZT
	KOLACJA	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 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)	PAPRYKARZ 70G (RYB)	PAPRYKARZ 70G (RYB)	PAPRYKARZ 70G (RYB)
		POMIDOR 50G	HERBATA Z CUKREM 250ML	KASZA MANNA NA MLEKU 300ML (ML, GLUT)	SAŁATA 10G
		HERBATA Z CUKREM 250ML		HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML
	POSIŁEK NOCNY	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 100ML/1SZT (ML)	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 100ML/1SZT (ML)	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 100ML/1SZT (ML)	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 100ML/1SZT (ML)
	WARTOŚCI ODŻYWCZE	ENERGIA 1901,8 kcal	ENERGIA 2070,3kcal	ENERGIA 2530,0 kcal	ENERGIA 1958 kcal
		BIAŁKO OGÓŁEM 98,7g	BIAŁKO OGÓŁEM 97,8g	BIAŁKO OGÓŁEM 118,6 g	BIAŁKO OGÓŁEM 93,5g
		TŁUSZCZE OGÓŁEM 50,3g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 69g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 80g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 60,1g
		w tym nasycone 16,4 g	w tym nasycone 23,1 g	w tym nasycone 26,6 g	w tym nasycone 19,5g
		WĘGLOWODANY OGÓŁEM 274,5 g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 273g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 340 g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 274,4 g
		w tym cukry 48,1g	w tym cukry 46,9 g	w tym cukry 73,3 g	w tym cukry 52
		BŁONNIK 18,9g	BŁONNIK 20,4 g	BŁONNIK 20,5 g	BŁONNIK 30,3g
	SÓL 4,9 g	SÓL 5,1 g	SÓL 5,7g	SÓL 5,1g	

DZIEŃ/ DATA	POSIŁEK	DIETA		
		MATKI KARMiąCEJ	MAŁEGO DZIECKA LEKKOSTRAWNA 1-3 LAT	DZIECKA 4-9 LAT LEKKOSTRAWNA
SOBOTA 20.04.2024		CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT), CHLEB GRAHAM 50G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 50G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 50G (GLUT)
		MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 10G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 10G (ML)
		PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA 60G (SEL,ML)	JAJKO GOTOWANE 1SZT	JAJKO GOTOWANE 1SZT
		SAŁATA 20G	POMIDOR 50G	POMIDOR 30G
		KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU 250ML (ML, GLUT)	KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU 250ML (ML, GLUT)	KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU 250ML (ML, GLUT)
		JABŁKO		
	OBİAD	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMNIAKAMI 300ML (SEL, GLUT, ML)	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMNIAKAMI 150ML (SEL, GLUT, ML)	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMNIAKAMI 300ML (SEL, GLUT, ML)
		SOS BOŁOŃKI 100G. (SEL, GLUT)	SOS BOŁOŃKI 50G. (SEL, GLUT)	SOS BOŁOŃKI 50G. (SEL, GLUT)
		MAKARON DURIM GOTOWANY 200G (GLUT)	MAKARON DURIM GOTOWANY 100G (GLUT)	MAKARON DURIM GOTOWANY 200G (GLUT)
		KALAFIOR Z PARY 150G Z OLEJEM	KALAFIOR Z PARY 100G Z OLEJEM	KALAFIOR Z PARY 100G Z OLEJEM
		HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML
	PODWIECZOREK	JOGURT OWOCOWY 100ML	JOGURT OWOCOWY 100ML	JOGURT OWOCOWY 100ML
	KOLACJA	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT), CHLEB GRAHAM 50G. (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 50G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 50G (GLUT)
		MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 10G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 10G (ML)
		POMIDOR 50G	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
		HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML
	POSIŁEK NOCNY	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 100ML/1SZT (ML)	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 100ML/1SZT (ML)	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 100ML/1SZT (ML)
	WARTOŚCI ODŻYWCZE	ENERGIA 2210 kcal	ENERGIA 1289 kcal	ENERGIA 1346,7 kcal
		BIĄŁKO OGÓŁEM 102,8g	BIĄŁKO OGÓŁEM 69 g	BIĄŁKO OGÓŁEM 71,1 g
		TŁUSZCZE OGÓŁEM 63 g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 46,8g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 47,8 g
		w tym nasycone 20,7g	w tym nasycone 15,4 g	w tym nasycone 15,6 g
		WĘGLOWODANY OGÓŁEM 328,6 g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 15,4g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 169,5 g
		w tym cukry 60,4 g	w tym cukry 43g	w tym cukry 44,2 g
		BŁONNIK 34,6 g	BŁONNIK 13 g	BŁONNIK 15,3 g
		SÓL 5,7 g	SÓL 2,8 g	SÓL 2,9 g