

DZIEŃ/ DATA	POSIŁEK	DIETY			
		PODSTAWOWA	LEKKOSTRAWNA	CUKRZYCA	CUKRZYCA LEKKOSTRAWNA
Niedziela 28.04.2024	ŚNIADANIE	SER BIAŁY ZE SZCZYPIORKIEM 70G. (ML)	SER BIAŁY ZIARNISTY 70G(ML)	CHLEB GRAHAM 50G (GLUT)	CHLEB GRAHAM 50G (GLUT)
		CHLEB PSZENNO-ŻYTNY 100G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	CHLEB PSZENNO-ŻYTNY 50G (GLUT)	CHLEB PSZENNO-ŻYTNY 100G (GLUT)
		MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)
		OGÓREK ZIELONY 50G.,	POMIDOR 50G	SER BIAŁY ZE SZCZYPIORKIEM 70G. (ml)	SER BIAŁY ZIARNISTY 70G(ML)
		HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML	OGÓREK ZIELONY 50G.,	POMIDOR 50G,
				HERBATA BEZ CUKRU 250ML	HERBATA BEZ CUKRU 250ML
	OBIAD	ROSÓŁ Z MAKARONEM 300ML (SEL, GLUT)	ROSÓŁ Z MAKARONEM 300ML (SEL, GLUT)	ZUPA JARZYNOWA Z ZACIERKĄ 300ML (SEL, GLUT, ML)	ROSÓŁ Z MAKARONEM 300ML (SEL, GLUT)
		FILET Z KURCZAKA GOTOWANY NA PARZE 80G	FILET Z KURCZAKA GOTOWANY NA PARZE 80G	FILET Z KURCZAKA GOTOWANY NA PARZE 80G	FILET Z KURCZAKA GOTOWANY NA PARZE 80G
		ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML)	ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML)	ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML)	ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML)
		SOS ZIOŁOWY 180G (GLUT)	SOS ZIOŁOWY 180G (GLUT)	SOS GRECKI 180G (SEL, GLUT)	SOS ZIOŁOWY 180G (GLUT)
		SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA 150G Z OLEJEM RZEPAKOWYM	MARCHEW 150G Z OLEJEM RZEPAKOWYM	SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY 150G	MARCHEW 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	GALARETKA 100ML	GALARETKA 100ML	JABŁKO 1SZT	JOGURT NAT 100ML/ 1SZT (ML)
	KOLACJA	CHLEB PSZENNO-ŻYTNY 100G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	CHLEB PSZENNO-ŻYTNY 50G (GLUT), CHLEB GRAHAM 50G. (GLUT)	CHLEB PSZENNO-ŻYTNY 100G (GLUT), CHLEB GRAHAM 100G (GLUT)
		MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)
		SZYNKA Z PIECA WOLAS 40G (SOJ)	SZYNKA Z PIECA WOLAS 40G (SOJ)	SZYNKA Z PIECA WOLAS 40G (SOJ)	SZYNKA Z PIECA WOLAS 40G (SOJ)
		POMIDOR 50G.,	POMIDOR 50G,	OGÓREK ZIELONY 50G	POMIDOR 50G,
		KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z CUKREM 250ML (GLUT, ML)	KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z CUKREM 250ML (GLUT, ML)	KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU BEZ CUKRU 250ML (GLUT, ML)	KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU BEZ CUKRU 250ML (GLUT, ML)
	POSIŁEK NOCNY	SEREK HOMOGENIZOWANY 1SZT/100ML (ML)	SEREK HOMOGENIZOWANY 1SZT/100ML (ML)	JOGURT NAT. 1 SZT/ 100ML	JOGURT NAT. 1 SZT/ 100ML
	WARTOŚCI ODŻYWCZE	ENERGIA 1860,5 kcal	ENERGIA 1836,6 kcal	ENERGIA 1723,3cal	ENERGIA 1482,7kcal
		BIAŁKO OGÓŁEM 91,1 g	BIAŁKO OGÓŁEM 93g	BIAŁKO OGÓŁEM 81,1 g	BIAŁKO OGÓŁEM 80 g
		TŁUSZCZE OGÓŁEM 54,2 g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 54,3 g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 53 g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 47,7 g
		w tym nasycone 18,5 g	w tym nasycone 19,6 g	w tym nasycone 17,3g	w tym nasycone 17,7 g
		WĘGLOWODANY OGÓŁEM 250 g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 250 g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 240g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 189 g
		w tym cukry 39,8 g	w tym cukry 42 g	w tym cukry 36,5 g	w tym cukry 26,8g
		BŁONNIK 23,7 g	BŁONNIK 15,7 g	BŁONNIK 29,3 g	BŁONNIK 21,9g
		SÓL 4,6 g	SÓL 4,7g	SÓL 4,8 g	SÓL 4,5g

DZIEŃ/ DATA	POSIŁEK	DIETY			
		NISKOTŁUSZCZOWA	Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	PAPKOWATA	BEZSOLNA/ O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWASÓW TŁUSZCZOWYCH KARDIOLOGICZNA
Niedziela 28.04.2024	ŚNIADANIE	SER BIAŁY ZIARNISTY 70G(ML)	SER BIAŁY ZIARNISTY 70G(ML)	KASZA MANNA NA MLEKU 300ML (ML, GLUT)	CHŁEB PSZENNO-ŻYTNI 50G (GLUT), CHŁEB GRAHAM 50G. (GLUT)
		PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)
		MARGARYNA ROŚLINNA 5G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	SER BIAŁY ZE SZCZYPIORKIEM 70G. (ML)
		POMIDOR 50G.,		SER BIAŁY ZIARNISTY 70G(ML)	OGÓREK ZIEŁONY 50G.,
		HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML
	OBIAD	ROSÓŁ Z MAKARONEM 300ML (SEL, GLUT)	ROSÓŁ Z MAKARONEM 300ML (SEL, GLUT)	ROSÓŁ Z MAKARONEM 300ML (SEL, GLUT)	ROSÓŁ Z MAKARONEM 300ML (SEL, GLUT)
		FILET Z KURCZAKA GOTOWANY NA PARZE 80G	PULPET DROBIOWY 80G. (GLUT, JAJ)	PULPET DROBIOWY 80G. (GLUT, JAJ)	FILET Z KURCZAKA GOTOWANY NA PARZE 80G
		ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML)	ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML)	ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML)	ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML)
		SOS ZIOŁOWY 180G (GLUT)	SOS ZIOŁOWY 180G (GLUT)	SOS ZIOŁOWY 180G (GLUT)	SOS ZIOŁOWY 180G (GLUT)
		MARCHEW 150G Z OLEJEM RZEPAKOWYM	MARCHEW 150G Z OLEJEM RZEPAKOWYM	MARCHEW 150G Z OLEJEM RZEPAKOWYM	SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA 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	GALARETKA 100ML	GALARETKA 100ML	GALARETKA 100ML	GALARETKA 100ML
	KOLACJA	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT)	CHŁEB PSZENNO-ŻYTNI 50G (GLUT), CHŁEB GRAHAM 50G. (GLUT)
		MARGARYNA ROŚLINNA 5G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML)
		SZYNKA Z PIECA WOLAS 40G. (SOJ)	SZYNKA Z PIECA WOLAS 40G. (SOJ)	SZYNKA Z PIECA WOLAS 40G. (SOJ)	SZYNKA Z PIECA WOLAS 40G. (SOJ)
		POMIDOR 50G, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z CUKREM 250ML (GLUT, ML)	KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z CUKREM 250ML (GLUT, ML)	KASZA MANNA NA MLEKU 300ML (ML, GLUT) KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z CUKREM 250ML (GLUT, ML)	POMIDOR 50G, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z CUKREM 250ML (GLUT, ML)
	POSIŁEK NOCNY	SEREK HOMOGENIZOWANY 1SZT/100ML (ML)	SEREK HOMOGENIZOWANY 1SZT/100ML (ML)	SEREK HOMOGENIZOWANY 1SZT/100ML (ML)	SEREK HOMOGENIZOWANY 1SZT/100ML (ML)
	WARTOŚCI ODŻYWCZE	ENERGIA 1678,9 kcal	ENERGIA 1878 kcal	ENERGIA 2347,9 kcal	ENERGIA 1838,4 kcal
		BIĄŁKO OGÓŁEM 93,1 g	BIĄŁKO OGÓŁEM 88,4g	BIĄŁKO OGÓŁEM 110,4 g	BIĄŁKO OGÓŁEM 93,3 g
		TŁUSZCZE OGÓŁEM 36,1g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 59 g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 71,1g	TŁUSZCZE OGÓŁEM 54,6 g
		w tym nasycone 13,5 g	w tym nasycone 20,8 g	w tym nasycone 27,4 g	w tym nasycone 18,5g
		WĘGLOWODANY OGÓŁEM 238,7 g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 241,4 g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 310,3g	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 241,5 g
		w tym cukry 42,8g	w tym cukry 43,0 g	w tym cukry 66,2 g	w tym cukry 40,1 g
		BŁONNIK 16,4g	BŁONNIK 15,5 g	BŁONNIK 16,3 g	BŁONNIK 25,9g
		SÓL 4,7 g	SÓL 5,1 g	SÓL 5,7g	SÓL 4,7g

DZIEŃ/ DATA	POSILEK	DIETA		
		MATKI KARMIACEJ	MAŁEGO DZIECKA LEKKOSTRAWNA 1-3 LAT	DZIECKA 4-9 LAT LEKKOSTRAWNA
Niedziela 28.04.2024	ŚNIADANIE	SER BIAŁY ZE SZCZYPIORKIEM 70G. (ML)	SER BIAŁY ZIARNISTY 40G(ML)	SER BIAŁY ZIARNISTY 70G(ML)
		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)
		POMIDOR 50G, SAŁATA 10G	POMIDOR 50G., SAŁATA 10G	POMIDOR 50G., SAŁATA 10G
		HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML	HERBATA Z CUKREM 250ML
		JABŁKO 1 SZT		
	OBIAD	ROSÓŁ Z MAKARONEM 300ML (SEL, GLUT)	ROSÓŁ Z MAKARONEM 150ML (SEL, GLUT)	ROSÓŁ Z MAKARONEM 150ML (SEL, GLUT)
		FILET Z KURCZAKA GOTOWANY NA PARZE 80G	PULPET DROBIOWY 80G. (JAJ, GLUT)	FILET Z KURCZAKA GOTOWANY NA PARZE 80G
		ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML)	ZIEMNIAKI PUREE 100G (ML)	ZIEMNIAKI PUREE 100G (ML)
		SOS ZIOŁOWY 180G (GLUT)	SOS ZIOŁOWY 50G. (GLUT)	SOS ZIOŁOWY 50G. (GLUT)
		SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA 150G Z OLEJEM RZEPAKOWYM	SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA 150G Z OLEJEM RZEPAKOWYM	SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA 150G Z OLEJEM RZEPAKOWYM
		HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML
	PODWIECZOREK	GALARETKA 100ML	GALARETKA 100ML	GALARETKA 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 5G (ML)	MARGARYNA ROŚLINNA 10G (ML)
		SZYŃKA Z PIECA WOLAS 40G. (SOJ)	SZYŃKA Z PIECA WOLAS 40G. (SOJ)	SZYŃKA Z PIECA WOLAS 40G. (SOJ)
		POMIDOR 50G.,	POMIDOR 50G.,	POMIDOR 50G.,
		KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z CUKREM 250ML (GLUT, ML)	KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z CUKREM 250ML (GLUT, ML)	KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z CUKREM 250ML (GLUT, ML)
	POSILEK NOCNY	SEREK HOMOGENIZOWANY 100ML/1 SZT (ML)	SEREK HOMOGENIZOWANY 100ML/1 SZT (ML)	SEREK HOMOGENIZOWANY 100ML/1 SZT (ML)
	WARTOŚCI ODŻYWCZE	ENERGIA <b>2168,8 kcal</b>	ENERGIA <b>1415 kcal</b>	ENERGIA <b>1394,3 kcal</b>
		BIAŁKO OGÓŁEM <b>100,1 g</b>	BIAŁKO OGÓŁEM <b>73g</b>	BIAŁKO OGÓŁEM <b>81,4g</b>
		TŁUSZCZE OGÓŁEM <b>56,6g</b>	TŁUSZCZE OGÓŁEM <b>47,6 g</b>	TŁUSZCZE OGÓŁEM <b>43,8 g</b>
w tym nasycone <b>19 g</b>		w tym nasycone <b>15,6 g</b>	w tym nasycone <b>15 g</b>	
WĘGLOWODANY OGÓŁEM <b>316,5 g</b>		WĘGLOWODANY OGÓŁEM <b>167,4 g</b>	WĘGLOWODANY OGÓŁEM <b>161,7 g</b>	
w tym cukry <b>57,7 g</b>		w tym cukry <b>40 g</b>	w tym cukry <b>40,8 g</b>	
BŁONNIK <b>33,4 g</b>		BŁONNIK <b>15,8 g</b>	BŁONNIK <b>15,6 g</b>	
SÓL <b>5,7 g</b>		SÓL <b>4,4 g</b>	SÓL <b>4g</b>	