

		DIETY			
DZIEŃ/ DATA	POSIŁEK	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	CUKRZYCA	CUKRZYCA ŁATWOSTRAWNA
CZWARTEK 6.03.2025	ŚNIADANIE	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 300ML (ML, GLUT) CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML) SZYNKA Z PIECA WOLAS 40G (SOJ) POMIDOR 50G SAŁATA 10G HERBATA Z CUKREM 250ML	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 300ML (ML, GLUT) PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML) SZYNKA Z PIECA WOLAS 40G (SOJ) POMIDOR 50G SAŁATA 10G HERBATA Z CUKREM 250ML	CHLEB GRAHAM 50G (GLUT) CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 50G (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML) SZYNKA Z PIECA WOLAS 40G (SOJ) POMIDOR 50G SAŁATA 10G HERBATA BEZ CUKRU 250ML	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML) SZYNKA Z PIECA WOLAS 40G (SOJ) POMIDOR 50G SAŁATA 10G HERBATA BEZ CUKRU 250ML
	OBIAD	KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI 300ML. (SEL, GLUT,) PULPET DROBIOWY NA PARZE 80G SOS KOERKOWY 100ML (GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML) BURACZKI NA ZIMNO Z OLEJEM 150G HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI 300ML. (SEL, GLUT,) PULPET DROBIOWY NA PARZE 80G SOS KOERKOWY 100ML (GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML) BURACZKI NA ZIMNO Z OLEJEM 150G HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI 300ML. (SEL, GLUT,) PULPET DROBIOWY NA PARZE 80G SOS KOERKOWY 100ML (GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML) BURACZKI NA ZIMNO Z OLEJEM 150G HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI 300ML. (SEL, GLUT,) PULPET DROBIOWY NA PARZE 80G SOS KOERKOWY 100ML (GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML) BURACZKI NA ZIMNO Z OLEJEM 150G HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML
	PODWIECZOREK	GALARETKA Z OWOCAMI 120ML	GALARETKA Z OWOCAMI 120ML	JOGURT NAT 100 ML/ 1 SZT (ml)	JOGURT NAT 100ML/ 1SZT (ML)
	KOLACJA	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML) PIECZEŃ Z KURCZAKA WOLAS 60G (GLUT. SOJ, ML) OGÓREK KISZONY 50G SAŁATA 10G HERBATA Z CUKREM 250ML	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML) DELIKATESOWA DROBIOWA 40G. WOLAS (SOJ,ML) POMIDOR 50G HERBATA Z CUKREM 250ML	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 50G (GLUT), CHLEB GRAHAM 50(GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML) DELIKATESOWA DROBIOWA 40G. WOLAS (SOJ,ML) OGÓREK KISZONY 50G SAŁATA 10G HERBATA BEZ CUKRU 250ML	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT), MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML) DELIKATESOWA DROBIOWA 40G. WOLAS (SOJ,ML) POMIDOR 50G HERBATA BEZ CUKRU 250ML
	POSIŁEK NOCNY	JOGURT NAT 1 SZT. (ML)	JOGURT NAT 1 SZT. (ML)	JOGURT NAT 1 SZT. (ML)	JOGURT NAT. 100ML/1SZT
	WARTOŚCI ODŻYWCZE	ENERGIA 2172,8 kcal BIAŁKO OGÓŁEM 81,1 g TŁUSZCZE OGÓŁEM 82,4 g w tym nasycone 25,6 g WĘGLOWODANY OGÓŁEM 291,8 g w tym cukry 75,6g BŁONNIK 24,1g SÓL 6,2 g	ENERGIA 2037,8kcal BIAŁKO OGÓŁEM 81,3g TŁUSZCZE OGÓŁEM 67,6g w tym nasycone 20,6 g WĘGLOWODANY OGÓŁEM 290,4 g w tym cukry 70,3g BŁONNIK 19,3g SÓL 4,8 g	ENERGIA 1809,5 kcal BIAŁKO OGÓŁEM 74,5g TŁUSZCZE OGÓŁEM 76,1 g w tym nasycone 23,1g WĘGLOWODANY OGÓŁEM 220,9g w tym cukry 35,9 g BŁONNIK 23,9 g SÓL 6,0g	ENERGIA 1630,6kcal BIAŁKO OGÓŁEM 70,1 g TŁUSZCZE OGÓŁEM 54,9 g w tym nasycone 16,5 g WĘGLOWODANY OGÓŁEM 229,3g w tym cukry 27,8 g BŁONNIK 23,1g SÓL 4,5g

		DIETY			
DZIEŃ/ DATA	POSIŁEK	NISKOTŁUSZCZOWA	Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	PAPKOWATA	BEZSOLNA/ O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWASÓW TŁUSZCZOWYCH KARDIOLOGICZNA
CZWARTEK 6.03.2025	ŚNIADANIE	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 300ML (ML, GLUT) PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 5G (ML) SZYNKA Z PIECA WOLAS 40G (SOJ) POMIDOR 50G, SAŁATA 10G HERBATA Z CUKREM 250ML	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 300ML (ML, GLUT) PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML) SZYNKA Z PIECA WOLAS 40G (SOJ) HERBATA Z CUKREM 250ML	KASZA MANNA NA MLEKU 300ML (ML, GLUT) PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML) SZYNKA Z PIECA WOLAS 40G (SOJ) HERBATA Z CUKREM 250ML	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 300ML (ML, GLUT) CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 50G (GLUT), CHLEB GRAHAM 50G. (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML) SZYNKA Z PIECA WOLAS 40G (SOJ) POMIDOR 50G., SAŁATA 10G HERBATA Z CUKREM 250ML
	OBIAD	ZUPA GRYSIKOWA 300ML (SEL, GLUT) PULPET DROBIOWY NA PARZE 80G SOS KOERKOWY 100ML (GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML) BURACZKI NA ZIMNO Z OLEJEM 150G HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	ZUPA GRYSIKOWA 300ML (SEL, GLUT) PULPET DROBIOWY NA PARZE 80G SOS KOERKOWY 100ML (GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML) BURACZKI NA ZIMNO Z OLEJEM 150G HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	ZUPA GRYSIKOWA 300ML. (SEL, GLUT) PULPET DROBIOWY NA PARZE 80G SOS KOERKOWY 100ML (GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML) BURACZKI NA ZIMNO Z OLEJEM 150G HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI 300ML. (SEL, GLUT,) PULPET DROBIOWY NA PARZE 80G SOS KOERKOWY 100ML (GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML) BURACZKI NA ZIMNO Z OLEJEM 150G HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML
	PODWIECZOREK	GALARETKA Z OWOCAMI 120ML	GALARETKA Z OWOCAMI 120ML	GALARETKA Z OWOCAMI 120ML	GALARETKA Z OWOCAMI 120ML
	KOLACJA	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 5G (ML) DELIKATESOWA DROBIOWA 40G. WOLAS (SOJ, ML) POMIDOR 50G HERBATA Z CUKREM 250ML	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML) DELIKATESOWA DROBIOWA 40G. WOLAS (SOJ, ML) HERBATA Z CUKREM 250ML	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML) DELIKATESOWA DROBIOWA 40G. WOLAS (SOJ, ML) KASZA MANNA NA MLEKU 300ML (ML, GLUT) HERBATA Z CUKREM 250ML	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 50G (GLUT), CHLEB GRAHAM 50G. (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML) PIECZEŃ Z KURCZAKA WOLAS 60G (GLUT. SOJ, ML) POMIDOR 50G, SAŁATA 10G HERBATA Z CUKREM 250ML
	POSIŁEK NOCNY	JOGURT NAT 1 SZT. (ML)	JOGURT NAT 1 SZT. (ML)	JOGURT NAT 1 SZT. (ML)	JOGURT NAT 1 SZT. (ML)
	WARTOŚCI ODŻYWCZE	ENERGIA 1919,5 kcal BIAŁKO OGÓŁEM 82,9 g TŁUSZCZE OGÓŁEM 50,1g w tym nasycone 14,5g WĘGLOWODANY OGÓŁEM 303,4 g w tym cukry 70,1g BŁONNIK 19,1g SÓL 4,5 g	ENERGIA 2049,6 kcal BIAŁKO OGÓŁEM 81,5g TŁUSZCZE OGÓŁEM 66,1 g w tym nasycone 20,2 g WĘGLOWODANY OGÓŁEM 300,3g w tym cukry 67,2g BŁONNIK 17,3g SÓL 4,6g	ENERGIA 2282,2kcal BIAŁKO OGÓŁEM 90,4 g TŁUSZCZE OGÓŁEM 71,7g w tym nasycone 24,0g WĘGLOWODANY OGÓŁEM 331,8g w tym cukry 79,2g BŁONNIK 16,7g SÓL 5,4g	ENERGIA 2194,3kcal BIAŁKO OGÓŁEM 84,7g TŁUSZCZE OGÓŁEM 83,2 g w tym nasycone 25,7g WĘGLOWODANY OGÓŁEM 293,7g w tym cukry 63,4g BŁONNIK 28,4g SÓL 5,7 g

		DIETA			
DZIEŃ/ DATA	POSIŁEK	MATKI KARMIĄCEJ	MAŁEGO DZIECKA ŁATWOSTRAWNA 1-3 LAT	DZIECKA 4-9 LAT ŁATWOSTRAWNA	
CZWARTEK 6.03.2025	ŚNIADANIE	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 300ML (ML, GLUT) CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT), CHLEB GRAHAM 50G (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML) SZYNKA Z PIECA WOLAS 40G (SOJ) POMIDOR 50G, SAŁATA 10G JABŁKO 1SZT/150G HERBATA Z CUKREM 250ML	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 100ML (ML, GLUT) PIECZYWO PSZENNE 50G (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 5G (ML) SZYNKA Z PIECA WOLAS 20G (SOJ) POMIDOR 50G, SAŁATA 10G HERBATA Z CUKREM 250ML	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 300ML (ML, GLUT) PIECZYWO PSZENNE 50G (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 10G (ML) SZYNKA Z PIECA WOLAS 40G (SOJ) POMIDOR 50G, SAŁATA 10G HERBATA Z CUKREM 250ML	
	OBIAD	KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI 300ML. (SEL, GLUT,) PULPET DROBIOWY NA PARZE 80G SOS KOERKOWY 100ML (GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML) BURACZKI NA ZIMNO Z OLEJEM 150G HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI 300ML. (SEL, GLUT,) PULPET DROBIOWY NA PARZE 80G SOS KOERKOWY 50ML (GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 100G (ML) BURACZKI NA ZIMNO Z OLEJEM 100G HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI 300ML. (SEL, GLUT,) PULPET DROBIOWY NA PARZE 80G SOS KOERKOWY 50ML (GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 100G (ML) BURACZKI NA ZIMNO Z OLEJEM 150G HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	
	PODWIECZOREK	GALARETKA Z OWOCAMI 120ML	GALARETKA Z OWOCAMI 120ML	GALARETKA Z OWOCAMI 120ML	
	KOLACJA	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT), CHLEB GRAHAM 50G. (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 18G (ML) DELIKATESOWA DROBIOWA 40G. WOLAS (SOJ,ML) POMIDOR 50G SAŁATA 10G HERBATA Z CUKREM 250ML	PIECZYWO PSZENNE 50G (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 5G (ML) DELIKATESOWA DROBIOWA 20G. WOLAS (SOJ,ML) POMIDOR 50G HERBATA Z CUKREM 250ML	PIECZYWO PSZENNE 50G (GLUT) MARGARYNA ROŚLINNA 10G (ML) DELIKATESOWA DROBIOWA 40G. WOLAS (SOJ,ML) POMIDOR 50G HERBATA Z CUKREM 250ML	
	POSIŁEK NOCNY	JOGURT NAT 1 SZT. (ML)	JOGURT NAT 1 SZT. (ML)	JOGURT NAT 1 SZT. (ML)	
	WARTOŚCI ODŻYWCZE	ENERGIA 2337,9kcal BIAŁKO OGÓŁEM 89,5 TŁUSZCZE OGÓŁEM 64,1g w tym nasycone 18,8g WĘGLOWODANY OGÓŁEM 377,4 g w tym cukry 97,0 g BŁONNIK 34,5 g SÓL 5,3g	ENERGIA 1145,3kcal BIAŁKO OGÓŁEM 52,4g TŁUSZCZE OGÓŁEM 33,7g w tym nasycone 9,6 g WĘGLOWODANY OGÓŁEM 170,5g w tym cukry 54,5 g BŁONNIK 11,0g SÓL 3,0G	ENERGIA 1443,6kcal BIAŁKO OGÓŁEM 70,9g TŁUSZCZE OGÓŁEM 44,7 g w tym nasycone 12,6g WĘGLOWODANY OGÓŁEM 206,6g w tym cukry 67,0g BŁONNIK 15,5g SÓL 3,5g	