

| Oddział: szpital | | |
|--|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: 1 - PODSTAWOWA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, Serek topiony 25g 1 szt (MLE), s urówka z kapusty pekińskiej z papryką z olejem 100 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Barszcz biały 400 ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Kotlecik z kapusty, mięsa i ryżu 90 g (GLU, JAJ), Fasolka szparagowa z masłem 150 g, Ziemniaki 150 g, Kompot truskawkowy 250 ml, Jabłko 150 g, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), | Ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Dżem 1 szt, Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Sałatka grecka 100 g (MLE), herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2375.53 kcal; Białko ogółem: 95.35 g; Tłuszcz: 58.82 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.21 g; Cholesterol: 264.74 mg; Węglowodany ogółem: 302.90 g; Cukry proste: 31.97 g; Sód: 1530.37 mg; Błonnik pokarmowy: 31.90 g; | | |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: 1 - PODSTAWOWA WZBOGACONA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, Serek topiony 25g 1 szt (MLE), s urówka z kapusty pekińskiej z papryką z olejem 100 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), | Barszcz biały 400 ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Kotlecik z kapusty, mięsa i ryżu 90 g (GLU, JAJ), Fasolka szparagowa z masłem 150 g, Ziemniaki 150 g, Kompot truskawkowy 250 ml, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200 g, | Ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Dżem 1 szt, Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Sałatka grecka 100 g (MLE), herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2491.53 kcal; Białko ogółem: 101.20 g; Tłuszcz: 59.59 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.72 g; Cholesterol: 269.24 mg; Węglowodany ogółem: 372.18 g; Cukry proste: 65.54 g; Sód: 1621.78 mg; Błonnik pokarmowy: 32.92 g; | | |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: 6 - Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, Serek topiony 25g 1 szt (MLE), s urówka z kapusty pekińskiej z papryką z olejem 100 g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Brokuł gotowany ze słonecznikiem 200 g (GLU, MLE, ORZ), | Barszcz biały bez śmietany 400 ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Kotlecik z kapusty, mięsa i ryżu 90 g (GLU, JAJ), Fasolka szparagowa z masłem 150 g, Ziemniaki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy bez cukru 250 ml, Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi bez cukru 200 g, | Ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twarożek haga 1 szt (MLE), Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Sałatka grecka 100 g (MLE), Herbata bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Chleb razowy 30 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Ser żółty 30 g, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2306.35 kcal; Białko ogółem: 91.88 g; Tłuszcz: 59.87 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.17 g; Cholesterol: 298.59 mg; Węglowodany ogółem: 266.41 g; Cukry proste: 12.96 g; Sód: 1740.68 mg; Błonnik pokarmowy: 34.52 g; | | |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: 12 - PAPKOWATA | | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), | Ziemniaczanka na łożatce /zmiksowana/ 500 g (MLE, SEL), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (MLE), Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2072.85 kcal; Białko ogółem: 59.26 g; Tłuszcz: 64.78 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.25 g; Cholesterol: 265.57 mg; Węglowodany ogółem: 247.74 g; Cukry proste: 18.26 g; Sód: 875.48 mg; Błonnik pokarmowy: 9.97 g; | | |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: 14 - PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ | | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250 g (GLU, JAJ, MLE), | Ziemniaczanka na łożatce /zmiksowana/ 500 g (MLE, SEL), Podwieczorek: Manna na wywarze z łożatką /zmiksowana/ 500 ml (GLU, SEL), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2202.85 kcal; Białko ogółem: 72.30 g; Tłuszcz: 78.62 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.00 g; Cholesterol: 295.60 mg; Węglowodany ogółem: 275.80 g; Cukry proste: 29.10 g; Sód: 1049.25 mg; Błonnik pokarmowy: 13.47 g; | | |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: 4 - ŁATWOSTRAWNA MIELONA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z marchwi i jabłka 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Barszcz biały 400 ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g (SEL), Ziemniaki z natką pietruszki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy 250 ml, Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), | Ryż na mleku 300 ml (MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Dżem 1 szt, Szynkówecka 60 g (GLU), mus z jabłka 80 g, Herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2241.66 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz: 46.86 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.01 g; Cholesterol: 267.07 mg; Węglowodany ogółem: 328.12 g; Cukry proste: 56.99 g; Sód: 1566.75 mg; Błonnik pokarmowy: 32.47 g; | | |

| Oddział: szpital | | |
|--|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: 2 - ŁATWOSTRAWNA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z marchwi i jabłka 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Barszcz biały 400 ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g (SEL), Ziemniaki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy 250 ml, Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), | Ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Dżem 1 szt, Kielbasa krakowska 60 g (GLU), mus z jabłka 80 g, Herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2250.89 kcal; Białko ogółem: 93.23 g; Tłuszcz: 45.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.79 g; Cholesterol: 263.65 mg; Węglowodany ogółem: 328.71 g; Cukry proste: 57.66 g; Sód: 1957.83 mg; Błonnik pokarmowy: 32.47 g; | | |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: 3A - TRZUSTKOWA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), Baleron drobiowy 60 g, Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z marchwi i jabłka 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Barszcz biały bez śmietany 400 ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g (SEL), Ziemniaki z natką pietruszki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200 g, | Ryż na mleku 300 ml (MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), Dżem 1 szt, Szynkówekczka 60 g (GLU), mus z jabłka 80 g, Herbata z cukrem 250 ml, P osiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2148.25 kcal; Białko ogółem: 91.30 g; Tłuszcz: 17.23 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 6.75 g; Cholesterol: 160.40 mg; Węglowodany ogółem: 364.05 g; Cukry proste: 57.41 g; Sód: 1405.77 mg; Błonnik pokarmowy: 32.39 g; | | |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: 3 - NISKOTŁUSZCZOWA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z marchwi i jabłka 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Barszcz biały bez śmietany 400 ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g (SEL), Ziemniaki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200 g, | Ryż na mleku 300 ml (MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Dżem 1 szt, Szynkówekczka 60 g (GLU), mus z jabłka 80 g, Herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2130.10 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 36.48 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.24 g; Cholesterol: 235.49 mg; Węglowodany ogółem: 333.23 g; Cukry proste: 54.46 g; Sód: 1317.37 mg; Błonnik pokarmowy: 31.29 g; | | |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: 7 - O KONTROL. ZAWARTOŚCI KW. TŁUSZCZ. | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), chleb mieszany 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), surówka z kapusty pekińskiej z papryką z olejem 100 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Brokuł gotowany ze słonecznikiem 200 g (GLU, MLE, ORZ), | Barszcz biały bez śmietany 400 ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Kotlecik z kapusty, mięsa i ryżu 90 g (GLU, JAJ), Fasolka szparagowa z masłem 150 g, Ziemniaki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200 g, | Ryż na mleku 300 ml (MLE), chleb mieszany 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Twarożek haga 1 szt (MLE), Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Sałatka grecka 100 g (MLE), herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2362.24 kcal; Białko ogółem: 98.78 g; Tłuszcz: 53.23 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.21 g; Cholesterol: 197.96 mg; Węglowodany ogółem: 351.74 g; Cukry proste: 55.16 g; Sód: 1562.13 mg; Błonnik pokarmowy: 32.89 g; | | |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: 9 - WYSOKOBIAŁKOWA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z marchwi i jabłka 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), | Barszcz biały 400 ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g (SEL), Ziemniaki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: Chleb baltonowski 25 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Twarożek haga 1 szt (MLE), | Ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Dżem 1 szt, Kielbasa krakowska 60 g (GLU), mus z jabłka 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2374.35 kcal; Białko ogółem: 113.68 g; Tłuszcz: 46.03 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.08 g; Cholesterol: 672.76 mg; Węglowodany ogółem: 328.15 g; Cukry proste: 56.80 g; Sód: 1659.00 mg; Błonnik pokarmowy: 32.24 g; | | |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: 10 - NISKOBIAŁKOWA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Miód 25 g, Sałatka z marchwi i jabłka 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Ziemniaczanka z natką pietruszki 400 ml (GLU, SEL), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g (SEL), Ziemniaki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200 g, | Ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Dżem 3 szt, mus z jabłka 80 g, Herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2278.47 kcal; Białko ogółem: 59.38 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 11.01 g; Cholesterol: 175.57 mg; Węglowodany ogółem: 367.94 g; Cukry proste: 59.43 g; Sód: 1197.68 mg; Błonnik pokarmowy: 31.00 g; | | |

| Oddział: szpital | | |
|---|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: P3 - MAŁE DZIECI | | |
| Makaron na mleku 150 ml (GLU, JAJ, MLE), chleb pszenny 50 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 30 g, Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z marchwi i jabłka 40 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), | Barszcz biały 200 ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), Sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 80 g (SEL), Ziemniaki z natką pietruszki 80 g, Sos pomidorowy 50 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 100 g, | Ryż na mleku 150 ml (MLE), chleb pszenny 50 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szynekoweczka 30 g (GLU), Dżem 1 szt, mus z jabłka 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 1248.94 kcal; Białko ogółem: 66.69 g; Tłuszcz: 34.44 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.38 g; Cholesterol: 242.04 mg; Węglowodany ogółem: 269.98 g; Cukry proste: 48.81 g; Sód: 1319.39 mg; Błonnik pokarmowy: 22.52 g; | | |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: P1 - DUŻE DZIECI | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb mieszany 30 g (GLU), surówka z kapusty pekińskiej z papryką z olejem 100 g, Baleron drobiowy 60 g, Serek topiony 25g 1 szt (MLE), masło 15g 1 szt (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), | Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), Barszcz biały 400 ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Fasolka szparagowa z masłem 150 g, Ziemniaki 150 g, Kompot truskawkowy 250 ml, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200 g, | Ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Sałatka grecka 100 g (MLE), Dżem 1 szt, Kielbasa krakowska 60 g (GLU), herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2361.61 kcal; Białko ogółem: 91.20 g; Tłuszcz: 52.59 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.72 g; Cholesterol: 269.24 mg; Węglowodany ogółem: 372.18 g; Cukry proste: 57.54 g; Sód: 1621.78 mg; Błonnik pokarmowy: 32.92 g; | | |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: C1 - PODSTAWOWA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, Serek topiony 25g 1 szt (MLE), Ogórek świeży 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Barszcz biały 400 ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g (SEL), Ziemniaki 150 g, Kompot truskawkowy 250 ml, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200 g, | Ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Dżem 1 szt, Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Sałatka grecka 100 g (MLE), Herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2381.84 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 51.08 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.00 g; Cholesterol: 265.46 mg; Węglowodany ogółem: 313.10 g; Cukry proste: 47.96 g; Sód: 1566.15 mg; Błonnik pokarmowy: 32.15 g; | | |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: C2 - ŁATWOSTRAWNA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z marchwi i jabłka 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Barszcz biały 400 ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g (SEL), Ziemniaki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200 g, | Ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Dżem 1 szt, Kielbasa krakowska 60 g (GLU), mus z jabłka 80 g, Herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2250.89 kcal; Białko ogółem: 93.23 g; Tłuszcz: 45.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.79 g; Cholesterol: 263.65 mg; Węglowodany ogółem: 328.71 g; Cukry proste: 57.66 g; Sód: 1957.83 mg; Błonnik pokarmowy: 33.47 g; | | |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: C3 - Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, Serek topiony 25g 1 szt (MLE), Ogórek świeży 80 g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), | Barszcz biały bez śmietany 400 ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), Fasolka szparagowa z masłem 150 g, Ziemniaki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy bez cukru 250 ml, Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi bez cukru 200 g, | Ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Dżem 1 szt, Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Sałatka grecka 100 g (MLE), Herbata bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Chleb razowy 30 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Ser żółty 30 g, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2260.22 kcal; Białko ogółem: 89.21 g; Tłuszcz: 49.10 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.82 g; Cholesterol: 252.49 mg; Węglowodany ogółem: 252.98 g; Cukry proste: 15.55 g; Sód: 1530.99 mg; Błonnik pokarmowy: 34.85 g; | | |

| Oddział: szpital | | |
|---|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| wtorek 2024-10-08 Dieta: 1 - PODSTAWOWA | | |
| Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), pasta z twarogu i makreli 60 g (RYB, MLE), Polędwica sopočka 30 g (GLU), Kalarepa 50 g, Pomidorki koktajlowe 30 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Ogórkowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), Bitka wieprzowa gotowana 90 g (GLU), Brokuł gotowany 150 g (MLE), Kasza jęczmienna 150 g (GLU), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml, Koktajl truskawkowy 200 g (MLE), Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), ser tostowy 60 g (MLE), Szy nka z piersi indyka 30 g (GLU), Mix sałat z dresingiem 30 g, Papryka 50 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2290.72 kcal; Białko ogółem: 97.88 g; Tłuszcz: 64.42 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.83 g; Cholesterol: 280.69 mg; Węglowodany ogółem: 314.36 g; Cukry proste: 36.16 g; Sód: 1373.53 mg; Błonnik pokarmowy: 33.90 g; | | |
| wtorek 2024-10-08 Dieta: 1 - PODSTAWOWA WZBOGACONA | | |
| Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), pasta z twarogu i makreli 60 g (RYB, MLE), Polędwica sopočka 30 g (GLU), Kalarepa 50 g, Pomidorki koktajlowe 30 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Surówka z buraka i rukoli ze słonecznikiem 80 g (GLU, ORZ), | Ogórkowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), Bitka wieprzowa gotowana 90 g (GLU), Brokuł gotowany 150 g (MLE), Kasza jęczmienna 150 g (GLU), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml, Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt (GLU, JAJ, MLE), | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), ser tostowy 60 g (MLE), Szy nka z piersi indyka 30 g (GLU), Mix sałat z dresingiem 30 g, Papryka 50 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2604.97 kcal; Białko ogółem: 103.55 g; Tłuszcz: 71.25 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.93 g; Cholesterol: 288.13 mg; Węglowodany ogółem: 344.37 g; Cukry proste: 37.43 g; Sód: 1385.80 mg; Błonnik pokarmowy: 36.56 g; | | |
| wtorek 2024-10-08 Dieta: 6 - Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW | | |
| Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Polędwica sopočka 30 g (GLU), Kalarepa 50 g, Pomidorki koktajlowe 30 g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Surówka z buraka i rukoli ze słonecznikiem 80 g (GLU, ORZ), | Koperkowa z ryżem 400 ml (SEL), Bitka wieprzowa gotowana 90 g (GLU), Brokuł gotowany 150 g (MLE), Kasza jęczmienna 150 g (GLU), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250 ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Szy nka z piersi indyka 60 g (GLU), Mix sałat z dresingiem 30 g, Papryka 50 g, Herbata bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Chleb razowy 30 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Kielbasa krakowska 30 g (GLU), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2146.27 kcal; Białko ogółem: 98.12 g; Tłuszcz: 65.00 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.85 g; Cholesterol: 265.73 mg; Węglowodany ogółem: 288.06 g; Cukry proste: 9.79 g; Sód: 1761.12 mg; Błonnik pokarmowy: 35.40 g; | | |
| wtorek 2024-10-08 Dieta: 12 - PĄPKOWATA | | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), | Ziemniaczanka na szynce z masłem /zmiksowana/ 500 ml (MLE, SEL), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (MLE), Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2126.85 kcal; Białko ogółem: 92.53 g; Tłuszcz: 63.85 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.36 g; Cholesterol: 247.85 mg; Węglowodany ogółem: 253.68 g; Cukry proste: 14.78 g; Sód: 1264.74 mg; Błonnik pokarmowy: 7.84 g; | | |
| wtorek 2024-10-08 Dieta: 14 - PŁYNNA WZMOCNIONA | | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200 g (MLE), | Ziemniaczanka na szynce z masłem /zmiksowana/ 500 ml (MLE, SEL), Podwieczorek: Budyń płynny z masłem 250 ml (GLU, JAJ, MLE), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2375.56 kcal; Białko ogółem: 98.98 g; Tłuszcz: 77.81 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.75 g; Cholesterol: 284.30 mg; Węglowodany ogółem: 302.30 g; Cukry proste: 22.28 g; Sód: 1698.36 mg; Błonnik pokarmowy: 11.31 g; | | |
| wtorek 2024-10-08 Dieta: 4 - ŁATWOSTRAWNA MIELONA | | |
| Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Polędwica sopočka 30 g (GLU), Pomidor bez skóry 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Koperkowa z ryżem 400 ml (SEL), klopsik w.p. z szynki got. 90 g (GLU, JAJ), Brokuł gotowany 150 g (MLE), Ziemniaki 150 g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml, Koktajl truskawkowy 200 g (MLE), Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szy nka z piersi indyka 60 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z buraczków 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2227.54 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 44.87 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.85 g; Cholesterol: 237.50 mg; Węglowodany ogółem: 348.96 g; Cukry proste: 39.00 g; Sód: 1565.16 mg; Błonnik pokarmowy: 33.77 g; | | |

| Oddział: szpital | | |
|---|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| wtorek 2024-10-08 | | |
| Dieta: P3 - MAŁE DZIECI | | |
| Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 50 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Pomidor bez skóry 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Koktajl truskawkowy 200 g (MLE), | Koperkowa z ryżem 200 ml (SEL), klopsik wp. z szynki got. 90 g (GLU, JAJ), Brokuł gotowany 150 g (MLE), ziemniaki 80 g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml, Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt (GLU, JAJ, MLE), | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 50 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szynka z piersi indyka 30 g (GLU), Jabłko gotowane 150 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 1297.77 kcal; Białko ogółem: 65.17 g; Tłuszcz: 39.82 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 12.11 g; Cholesterol: 227.30 mg; Węglowodany ogółem: 288.45 g; Cukry proste: 26.95 g; Sód: 1091.39 mg; Błonnik pokarmowy: 23.41 g; | | |
| wtorek 2024-10-08 | | |
| Dieta: P1 - DUŻE DZIECI | | |
| Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), pasta z twarogu i makreli 60 g (RYB, MLE), Polędwica sopocka 30 g (GLU), Kalarepa 50 g, Pomidorki koktajlowe 30 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Koktajl truskawkowy 200 g (MLE), | Koperkowa z ryżem 400 ml (SEL), Bitka wieprzowa gotowana 90 g (GLU), Brokuł gotowany 150 g (MLE), Kasza jęczmienna 150 g (GLU), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml, Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt (GLU, JAJ, MLE), | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), ser tostowy 60 g (MLE), Szynka z piersi indyka 30 g (GLU), Mix sałat 30 g, Papryka 50 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2394.22 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 46.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.63 g; Cholesterol: 286.69 mg; Węglowodany ogółem: 337.56 g; Cukry proste: 36.34 g; Sód: 1425.93 mg; Błonnik pokarmowy: 33.91 g; | | |
| wtorek 2024-10-08 | | |
| Dieta: C1 - PODSTAWOWA | | |
| Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Polędwica sopocka 30 g (GLU), Pomidor bez skóry 80 g, Pomidorki koktajlowe 30 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Koperkowa z ryżem 400 ml (SEL), Bitka wieprzowa gotowana 90 g (GLU), Kasza jęczmienna 150 g (GLU), Brokuł gotowany 150 g (MLE), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml, Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt (GLU, JAJ, MLE), | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), ser tostowy 60 g (MLE), Szynka z piersi indyka 30 g (GLU), Mix sałat z dressingiem 30 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2381.87 kcal; Białko ogółem: 98.48 g; Tłuszcz: 45.51 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.42 g; Cholesterol: 282.39 mg; Węglowodany ogółem: 338.53 g; Cukry proste: 36.83 g; Sód: 1178.77 mg; Błonnik pokarmowy: 34.56 g; | | |
| wtorek 2024-10-08 | | |
| Dieta: C2 - ŁATWOSTRAWNA | | |
| Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Polędwica sopocka 30 g (GLU), Pomidor bez skóry 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Koperkowa z ryżem 400 ml (SEL), Bitka wieprzowa gotowana 90 g (GLU), Brokuł gotowany 150 g (MLE), Kasza jęczmienna 150 g (GLU), Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot z owoców mieszanych 250 ml, Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt (GLU, JAJ, MLE), | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szynka z piersi indyka 60 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z buraczków 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2326.84 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 49.50 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.75 g; Cholesterol: 298.59 mg; Węglowodany ogółem: 357.82 g; Cukry proste: 38.37 g; Sód: 1849.23 mg; Błonnik pokarmowy: 35.02 g; | | |
| wtorek 2024-10-08 | | |
| Dieta: C3 - Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW | | |
| Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Pomidor bez skóry 80 g, Pomidorki koktajlowe 30 g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), Polędwica sopocka 30 g (GLU), II Śniadanie: Sałatka z buraka i rukoli ze słonecznikiem 80 g (GLU, ORZ), | Koperkowa z ryżem 400 ml (SEL), Bitka wieprzowa gotowana 90 g (GLU), Brokuł gotowany 150 g (MLE), Kasza jęczmienna 150 g (GLU), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250 ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), ser tostowy 60 g (MLE), Szynka z piersi indyka 30 g (GLU), Mix sałat z dressingiem 30 g, Herbata bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Chleb razowy 30 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Kielbasa krakowska 30 g (GLU), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2275.56 kcal; Białko ogółem: 95.98 g; Tłuszcz: 55.81 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.75 g; Cholesterol: 284.30 mg; Węglowodany ogółem: 262.30 g; Cukry proste: 12.28 g; Sód: 1598.36 mg; Błonnik pokarmowy: 34.31 g; | | |

| Oddział: szpital | | |
|---|--|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| środa 2024-10-09 | | |
| Dieta: 1 - PODSTAWOWA | | |
| Manna na mleku 300 ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szynekóweczka 60 g (GLU), Miód 25 g, Rzodkiewka 30 g, Ogórek świeży 50 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Grochowa 400 ml (GLU, SEL), Zapienkanka z ryżu i jabłka 250 g (MLE), Sos jogurtowy 140 g (MLE), kompot z czarnej porzeczki z/c 250 ml, Pomarańcza 150 g, | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), ryba po grecku bez panierki 100 g (GLU, RYB, SEL), Baleron drobiowy 30 g, herbata z cukrem 250 ml, Pomidor 80 g, szczypior 3 g, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2298.68 kcal; Białko ogółem: 87.07 g; Tłuszcz: 62.58 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.40 g; Cholesterol: 272.42 mg; Węglowodany ogółem: 312.63 g; Cukry proste: 42.94 g; Sód: 1502.95 mg; Błonnik pokarmowy: 34.09 g; | | |
| środa 2024-10-09 | | |
| Dieta: 1 - PODSTAWOWA WZBOGACONA | | |
| Manna na mleku 300 ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szynekóweczka 60 g (GLU), Miód 25 g, Rzodkiewka 30 g, Ogórek świeży 50 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: sok pomidorowy 0,33 1 szt, | Grochowa 400 ml (GLU, SEL), Zapienkanka z ryżu i jabłka 250 g (MLE), Sos jogurtowy 140 g (MLE), kompot z czarnej porzeczki z/c 250 ml, Podwieczorek: Pomarańcza 150 g, | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), ryba po grecku bez panierki 100 g (GLU, RYB, SEL), Baleron drobiowy 30 g, herbata z cukrem 250 ml, Pomidor 80 g, szczypior 3 g, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2436.85 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz: 65.33 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.37 g; Cholesterol: 266.42 mg; Węglowodany ogółem: 322.21 g; Cukry proste: 43.08 g; Sód: 1465.85 mg; Błonnik pokarmowy: 35.32 g; | | |
| środa 2024-10-09 | | |
| Dieta: 6 - Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW | | |
| Manna na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szynekóweczka 60 g (GLU), serek tartare 20g 1 szt (MLE), Rzodkiewka 30 g, Ogórek świeży 50 g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: sok pomidorowy 0,33 1 szt, | Zacierka na wywarze 400 g (GLU, SEL), Zapienkanka z ryżu i jabłka 250 g (MLE), Sos jogurtowy b/c 140 g (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c 250 ml, Podwieczorek: Pomarańcza 150 g, | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), ryba po grecku bez panierki 100 g (GLU, RYB, SEL), Baleron drobiowy 30 g, Herbata bez cukru 250 ml, Pomidor 80 g, szczypior 3 g, Posiłek nocny: Chleb razowy 30 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Twaróg 50 g (MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2205.75 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.85 g; Cholesterol: 283.42 mg; Węglowodany ogółem: 273.67 g; Cukry proste: 18.55 g; Sód: 1395.70 mg; Błonnik pokarmowy: 35.67 g; | | |
| środa 2024-10-09 | | |
| Dieta: 12 - PĄPKOWATA | | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), | Ryż na filecie z masłem /zmiksowany/ 500 ml (SEL), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (MLE), Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2138.05 kcal; Białko ogółem: 72.14 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.55 g; Cholesterol: 317.70 mg; Węglowodany ogółem: 219.38 g; Cukry proste: 12.13 g; Sód: 1031.30 mg; Błonnik pokarmowy: 10.96 g; | | |
| środa 2024-10-09 | | |
| Dieta: 14 - PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ | | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: Ziemniaczanka na filecie /zmiksowana/ 500 g (MLE, SEL), | Ryż na filecie z masłem /zmiksowany/ 500 ml (SEL), Podwieczorek: Biszkopty z masłem i mlekiem /zmiksowane/ 250 ml (GLU, JAJ, MLE), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2342.05 kcal; Białko ogółem: 80.41 g; Tłuszcz: 75.21 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.90 g; Cholesterol: 243.10 mg; Węglowodany ogółem: 271.43 g; Cukry proste: 18.61 g; Sód: 1310.60 mg; Błonnik pokarmowy: 13.17 g; | | |
| środa 2024-10-09 | | |
| Dieta: 4 - ŁATWOSTRAWNA MIELONA | | |
| Manna na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szynekóweczka 60 g (GLU), Miód 25 g, Sałatka z selera i jabłka 80 g (SEL), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Sos jogurtowy 140 g (MLE), Zacierka na wywarze 400 g (GLU, SEL), Zapienkanka z ryżu i jabłka 250 g (MLE), kompot z czarnej porzeczki z/c 250 ml, Sok marchwiowy 300ml 1 szt, | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), pulpet z ryby w sosie greckim 100 g (GLU, RYB, SEL), Baleron drobiowy 30 g, herbata z cukrem 250 ml, Pomidor bez skóry 80 g, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2159.37 kcal; Białko ogółem: 80.91 g; Tłuszcz: 53.83 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.63 g; Cholesterol: 216.72 mg; Węglowodany ogółem: 312.34 g; Cukry proste: 56.19 g; Sód: 1929.89 mg; Błonnik pokarmowy: 35.14 g; | | |

| Oddział: szpital | | |
|--|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| środa 2024-10-09 Dieta: 2 - ŁATWOSTRAWNA | | |
| Manna na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szynekóweczka 60 g (GLU), Miód 25 g, Sałatka z selera i jabłka 80 g (SEL), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Sos jogurtowy 140 g (MLE), Zacierka na wywarze 400 g (GLU, SEL), Zapiekanek z ryżu i jabłka 250 g (MLE), kompot z czarnej porzeczki z/c 250 ml, Sok marchwiowy 300ml 1 szt, | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), ryba po grecku bez panierki 100 g (GLU, RYB, SEL), Baleron drobiowy 30 g, herbata z cukrem 250 ml, Pomidor bez skóry 80 g, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2153.09 kcal; Białko ogółem: 70.57 g; Tłuszcz: 47.38 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.70 g; Cholesterol: 216.76 mg; Węglowodany ogółem: 313.01 g; Cukry proste: 56.82 g; Sód: 1896.93 mg; Błonnik pokarmowy: 34.07 g; | | |
| środa 2024-10-09 Dieta: 3A - TRZUSTKOWA | | |
| Manna na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), Szynekóweczka 60 g (GLU), Miód 25 g, Sałatka z selera i jabłka 80 g (SEL), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: chrupki 30 g, | Sos jogurtowy 140 g (MLE), Zacierka na wywarze 400 g (GLU, SEL), Zapiekanek z ryżu i jabłka 250 g (MLE), kompot z czarnej porzeczki z/c 250 ml, Podwieczorek: Jabłko gotowane 150 g, | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), ryba po grecku bez panierki 100 g (GLU, RYB, SEL), Baleron drobiowy 30 g, herbata z cukrem 250 ml, Pomidor bez skóry 80 g, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2148.39 kcal; Białko ogółem: 77.21 g; Tłuszcz: 22.36 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 9.63 g; Cholesterol: 135.06 mg; Węglowodany ogółem: 341.65 g; Cukry proste: 57.10 g; Sód: 1717.68 mg; Błonnik pokarmowy: 31.34 g; | | |
| środa 2024-10-09 Dieta: 3 - NISKOTŁUSZCZOWA | | |
| Manna na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Szynekóweczka 60 g (GLU), Miód 25 g, Sałatka z selera i jabłka 80 g (SEL), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Sos jogurtowy 140 g (MLE), Zacierka na wywarze 400 g (GLU, SEL), Zapiekanek z ryżu i jabłka 250 g (MLE), kompot z czarnej porzeczki z/c 250 ml, Podwieczorek: Twaróg 50 g (MLE), Waffle ryżowe 20 g, | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), ryba po grecku bez panierki 100 g (GLU, RYB, SEL), Baleron drobiowy 30 g, herbata z cukrem 250 ml, Pomidor bez skóry 80 g, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2189.79 kcal; Białko ogółem: 74.68 g; Tłuszcz: 40.74 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.40 g; Cholesterol: 194.66 mg; Węglowodany ogółem: 318.12 g; Cukry proste: 57.10 g; Sód: 1715.88 mg; Błonnik pokarmowy: 31.06 g; | | |
| środa 2024-10-09 Dieta: 7 - O KONTROL. ZAWARTOŚCI KW. TŁUSZCZ. | | |
| Manna na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Szynekóweczka 60 g (GLU), Miód 25 g, Rzodkiewka 30 g, Ogórek świeży 50 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: sok pomidorowy 0,33 1 szt, | Zacierka na wywarze 400 g (GLU, SEL), Zapiekanek z ryżu i jabłka 250 g (MLE), Sos jogurtowy 140 g (MLE), kompot z czarnej porzeczki z/c 250 ml, Podwieczorek: Pomarańcza 150 g, | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), ryba po grecku bez panierki 100 g (GLU, RYB, SEL), Baleron drobiowy 30 g, herbata z cukrem 250 ml, Pomidor 80 g, szczypiór 3 g, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2201.90 kcal; Białko ogółem: 84.58 g; Tłuszcz: 49.77 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.00 g; Cholesterol: 178.32 mg; Węglowodany ogółem: 319.83 g; Cukry proste: 43.41 g; Sód: 1494.90 mg; Błonnik pokarmowy: 30.47 g; | | |
| środa 2024-10-09 Dieta: 9 - WYSOKOBIAŁKOWA | | |
| Manna na mleku 300 ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szynekóweczka 60 g (GLU), Miód 25 g, Sałatka z selera i jabłka 80 g (SEL), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Chleb baltonowski 25 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Serek tartare 20g 1 szt (MLE), | Sos jogurtowy 140 g (MLE), Zacierka na wywarze 400 g (GLU, SEL), Zapiekanek z ryżu i jabłka 250 g (MLE), kompot z czarnej porzeczki z/c 250 ml, Podwieczorek: Twaróg 50 g (MLE), Waffle ryżowe 20 g, | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), ryba po grecku bez panierki 100 g (GLU, RYB, SEL), Baleron drobiowy 30 g, Herbata z cukrem 250 ml, Pomidor bez skóry 80 g, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2371.24 kcal; Białko ogółem: 105.59 g; Tłuszcz: 50.25 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.73 g; Cholesterol: 253.72 mg; Węglowodany ogółem: 325.47 g; Cukry proste: 55.30 g; Sód: 1661.90 mg; Błonnik pokarmowy: 33.12 g; | | |
| środa 2024-10-09 Dieta: 10 - NISKOBIAŁKOWA | | |
| Manna na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szynekóweczka 30 g (GLU), Miód 25 g, Sałatka z selera i jabłka 80 g (SEL), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Sos jogurtowy 140 g (MLE), Zacierka na wywarze 400 g (GLU, SEL), Zapiekanek z ryżu i jabłka 250 g (MLE), kompot z czarnej porzeczki z/c 250 ml, Podwieczorek: Sok marchwiowy 300ml 1 szt, | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Krem orzechowy 2 szt (GLU, MLE, ORZ), herbata z cukrem 250 ml, Pomidor bez skóry 80 g, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2323.51 kcal; Białko ogółem: 53.93 g; Tłuszcz: 63.93 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.93 g; Cholesterol: 150.38 mg; Węglowodany ogółem: 371.65 g; Cukry proste: 52.94 g; Sód: 1441.58 mg; Błonnik pokarmowy: 33.91 g; | | |

| Oddział: szpital | | |
|---|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| czwartek 2024-10-10 | | |
| Dieta: 1 - PODSTAWOWA | | |
| Ryż na mleku 300 ml (MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), surówka z kapusty pekińskiej z papryką z olejem 100 g, Jajko gotowane 50 g (JAJ), Kiełbasa krakowska 30 g (GLU), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Krupnik jęczmienny 400 ml (GLU, MLE, SEL), gulasz wp-warzywny 250 g (GLU, SEL, GOR), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Kopytka ziemniaczane 150 g, kompot truskawkowy z/c 250 ml, Jabłko 150 g, | Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Pasta drobiowo-warzywna 60 g (SEL), Dżem 1 szt, Sałatka wiosenna 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2367.09 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz: 57.42 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.65 g; Cholesterol: 213.83 mg; Węglowodany ogółem: 313.07 g; Cukry proste: 35.30 g; Sód: 1044.14 mg; Błonnik pokarmowy: 32.36 g; | | |
| czwartek 2024-10-10 | | |
| Dieta: 1 - PODSTAWOWA WZBOGACONA | | |
| Ryż na mleku 300 ml (MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Jajko gotowane 50 g (JAJ), Kiełbasa krakowska 30 g (GLU), surówka z kapusty pekińskiej z papryką z olejem 100 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: kefir 200g 1 szt (MLE), | Krupnik jęczmienny 400 ml (GLU, MLE, SEL), gulasz wp-warzywny 250 g (GLU, SEL, GOR), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Kopytka ziemniaczane 150 g, kompot truskawkowy z/c 250 ml, Podwieczorek: Jabłko 150 g, | Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Pasta drobiowo-warzywna 60 g (SEL), Dżem 1 szt, Sałatka wiosenna 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2529.19 kcal; Białko ogółem: 93.57 g; Tłuszcz: 56.46 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.65 g; Cholesterol: 217.87 mg; Węglowodany ogółem: 336.30 g; Cukry proste: 49.41 g; Sód: 1045.54 mg; Błonnik pokarmowy: 33.23 g; | | |
| czwartek 2024-10-10 | | |
| Dieta: 6 - Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW | | |
| Ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Jajko gotowane 50 g (JAJ), Kiełbasa krakowska 30 g (GLU), surówka z kapusty pekińskiej z papryką z olejem 100 g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: kefir 200g 1 szt (MLE), | Krupnik jęczmienny bez śmietany 400 ml (GLU, SEL), Klopsik wieprzowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Ziemniaki 150 g, Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL), kompot truskawkowy b/c 250 ml, Podwieczorek: Jabłko 150 g, | Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Pasta drobiowo-warzywna 60 g (SEL), Połędwica sopocka 30 g (GLU), Sałatka wiosenna 80 g, Herbata bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Chleb razowy 30 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Serek topiony 25g 1 szt (MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2181.80 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 57.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.99 g; Cholesterol: 259.76 mg; Węglowodany ogółem: 267.44 g; Cukry proste: 15.72 g; Sód: 1579.55 mg; Błonnik pokarmowy: 34.82 g; | | |
| czwartek 2024-10-10 | | |
| Dieta: 12 - PAPKOWATA | | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), | Ziemniaczanka na łopacie /zmiksowana/ 500 g (MLE, SEL), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (MLE), Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2037.28 kcal; Białko ogółem: 54.64 g; Tłuszcz: 61.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.27 g; Cholesterol: 225.74 mg; Węglowodany ogółem: 221.64 g; Cukry proste: 12.36 g; Sód: 1085.46 mg; Błonnik pokarmowy: 7.67 g; | | |
| czwartek 2024-10-10 | | |
| Dieta: 14 - PŁYNNA WZMOCNIONA | | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: Suchary na mleku z masłem /zmiksowane/ 250 ml (GLU, MLE), | Ziemniaczanka na łopacie /zmiksowana/ 500 g (MLE, SEL), Podwieczorek: Budyń płynny z masłem 250 ml (GLU, JAJ, MLE), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2184.25 kcal; Białko ogółem: 70.30 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.49 g; Cholesterol: 289.20 mg; Węglowodany ogółem: 251.28 g; Cukry proste: 18.50 g; Sód: 1307.90 mg; Błonnik pokarmowy: 11.67 g; | | |
| czwartek 2024-10-10 | | |
| Dieta: 4 - ŁATWOSTRAWNA MIELONA | | |
| Ryż na mleku 300 ml (MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Serek tartare 20g 1 szt (MLE), Szyńka z piersi indyka 60 g (GLU), Jabłko gotowane 150 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Krupnik jęczmienny 400 ml (GLU, MLE, SEL), Klopsik wieprzowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Ziemniaki 150 g, Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL), kompot truskawkowy z/c 250 ml, Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), | Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Pasta drobiowo-warzywna 60 g (SEL), Dżem 1 szt, Sałatka z marchwi z olejem 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2172.07 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 46.55 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.33 g; Cholesterol: 210.36 mg; Węglowodany ogółem: 307.22 g; Cukry proste: 39.80 g; Sód: 1354.93 mg; Błonnik pokarmowy: 32.96 g; | | |

| Oddział: szpital | | |
|--|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| czwartek 2024-10-10 | | |
| Dieta: 2 - ŁATWOSTRAWNA | | |
| Ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Ser deliser 20 g (MLE), Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Jabłko gotowane 150 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Krupnik jęczmienny 400 ml (GLU, MLE, SEL), Klopsik wieprzowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Ziemniaki 150 g, Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL), kompot truskawkowy z/c 250 ml, Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), | Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Pasta drobiowo-warzywna 60 g (SEL), Dżem 1 szt, Sałatka z marchwi z olejem 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2210.05 kcal; Białko ogółem: 93.06 g; Tłuszcz: 49.47 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.44 g; Cholesterol: 217.01 mg; Węglowodany ogółem: 319.91 g; Cukry proste: 38.60 g; Sód: 1825.29 mg; Błonnik pokarmowy: 32.45 g; | | |
| czwartek 2024-10-10 | | |
| Dieta: 3A - TRZUSTKOWA | | |
| Ryż na mleku 300 ml (MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), Ser deliser 20 g (MLE), Szyńka z piersi indyka 60 g (GLU), Jabłko gotowane 150 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), | Krupnik jęczmienny bez śmietany 400 ml (GLU, SEL), Klopsik wieprzowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Ziemniaki 150 g, Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki 200 g, | Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), Pasta drobiowo-warzywna 60 g (SEL), Dżem 1 szt, Sałatka z marchwi z olejem 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2134.14 kcal; Białko ogółem: 95.57 g; Tłuszcz: 23.46 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 4.76 g; Cholesterol: 155.01 mg; Węglowodany ogółem: 356.67 g; Cukry proste: 53.42 g; Sód: 1267.18 mg; Błonnik pokarmowy: 31.42 g; | | |
| czwartek 2024-10-10 | | |
| Dieta: 3 - NISKOTŁUSZCZOWA | | |
| Ryż na mleku 300 ml (MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Ser deliser 20 g (MLE), Szyńka z piersi indyka 60 g (GLU), Jabłko gotowane 150 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Krupnik jęczmienny bez śmietany 400 ml (GLU, SEL), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g (GLU, JAJ), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Ziemniaki 150 g, Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL), kompot truskawkowy z/c 250 ml, Podwieczorek: kisiel z czarnej porzeczki z/c 200 g, | Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Pasta drobiowo-warzywna 60 g (SEL), Dżem 1 szt, Sałatka z marchwi z olejem 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2161.14 kcal; Białko ogółem: 92.01 g; Tłuszcz: 41.69 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 12.19 g; Cholesterol: 208.61 mg; Węglowodany ogółem: 348.61 g; Cukry proste: 53.42 g; Sód: 1221.98 mg; Błonnik pokarmowy: 31.12 g; | | |
| czwartek 2024-10-10 | | |
| Dieta: 7 - O KONTROL. ZAWARTOŚCI KW. TŁUSZCZ. | | |
| Ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Ser deliser 20 g (MLE), Kielbasa krakowska 60 g (GLU), surówka z kapusty pekińskiej z papryką z olejem 100 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: kefir 200g 1 szt (MLE), | Krupnik jęczmienny bez śmietany 400 ml (GLU, SEL), Klopsik wieprzowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Ziemniaki 150 g, Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL), kompot truskawkowy z/c 250 ml, Podwieczorek: Jabłko 150 g, | Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Pasta drobiowo-warzywna 60 g (SEL), Twarożek haga 1 szt (MLE), Sałatka wiosenna 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2242.81 kcal; Białko ogółem: 92.89 g; Tłuszcz: 46.98 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.89 g; Cholesterol: 202.18 mg; Węglowodany ogółem: 322.76 g; Cukry proste: 48.81 g; Sód: 1483.53 mg; Błonnik pokarmowy: 32.61 g; | | |
| czwartek 2024-10-10 | | |
| Dieta: 9 - WYSOKOBIAŁKOWA | | |
| Ryż na mleku 300 ml (MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Ser deliser 20 g (MLE), Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), Jabłko gotowane 150 g, II Śniadanie: kefir 200g 1 szt (MLE), | Krupnik jęczmienny 400 ml (GLU, MLE, SEL), Klopsik wieprzowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Ziemniaki 150 g, Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL), kompot truskawkowy z/c 250 ml, Podwieczorek: Chleb baltonowski 25 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Twarożek haga 1 szt (MLE), | Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Pasta drobiowo-warzywna 60 g (SEL), Dżem 1 szt, Sałatka z marchwi z olejem 80 g, Herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2301.10 kcal; Białko ogółem: 102.98 g; Tłuszcz: 48.35 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.41 g; Cholesterol: 247.01 mg; Węglowodany ogółem: 305.97 g; Cukry proste: 37.33 g; Sód: 1434.54 mg; Błonnik pokarmowy: 33.17 g; | | |
| czwartek 2024-10-10 | | |
| Dieta: 10 - NISKOBIAŁKOWA | | |
| Ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Kielbasa krakowska 30 g (GLU), Serek tartare 20g 2 szt (MLE), Jabłko gotowane 150 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Krupnik jęczmienny bez śmietany 400 ml (GLU, SEL), Klopsik wieprzowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Ziemniaki 150 g, Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki 200 g, | Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Dżem 3 szt, Sałatka z marchwi z olejem 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2269.99 kcal; Białko ogółem: 58.28 g; Tłuszcz: 51.85 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.32 g; Cholesterol: 148.10 mg; Węglowodany ogółem: 391.51 g; Cukry proste: 58.27 g; Sód: 1107.50 mg; Błonnik pokarmowy: 31.52 g; | | |

| Oddział: szpital | | |
|---|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| czwartek 2024-10-10 | | |
| Dieta: P3 - MAŁE DZIECI | | |
| Ryż na mleku 150 ml (MLE), chleb pszenny 50 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szyńka z piersi indyka 30 g (GLU), Ser deliser 20 g (MLE), Jabłko gotowane 150 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), | Krupnik jęczmienny 200 ml (GLU, MLE, SEL), Klopsik wieprzowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), Sałatka z buraczków 150 g, ziemniaki 80 g, Sos jarzynowy 50 ml (GLU, SEL), kompot truskawkowy z/c 250 ml, Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki 100 g, | Makaron na mleku 150 ml (GLU, JAJ, MLE), chleb pszenny 50 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Pasta drobiowo-warzywna 60 g (SEL), Sałatka z marchwi z olejem 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 1310.10 kcal; Białko ogółem: 61.82 g; Tłuszcz: 43.80 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.61 g; Cholesterol: 164.73 mg; Węglowodany ogółem: 249.95 g; Cukry proste: 46.39 g; Sód: 1019.75 mg; Błonnik pokarmowy: 23.39 g; | | |
| czwartek 2024-10-10 | | |
| Dieta: P1 - DUŻE DZIECI | | |
| Ryż na mleku 300 ml (MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Kielbasa krakowska 30 g (GLU), surówka z kapusty pekińskiej z papryką 100 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), Jajko gotowane 50 g (JAJ), II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), | Krupnik jęczmienny 400 ml (GLU, MLE, SEL), gulasz wp-warzywny 250 g (GLU, SEL, GOR), Sałatka z buraczków 150 g, Kopytka ziemniaczane 150 g, kompot truskawkowy z/c 250 ml, Podwieczorek: Jabłko 150 g, | Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Pasta drobiowo-warzywna 60 g (SEL), Dżem 1 szt, Sałatka wiosenna 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2289.19 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 57.96 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 28.45 g; Cholesterol: 239.83 mg; Węglowodany ogółem: 344.50 g; Cukry proste: 49.41 g; Sód: 1092.54 mg; Błonnik pokarmowy: 33.53 g; | | |
| czwartek 2024-10-10 | | |
| Dieta: C1 - PODSTAWOWA | | |
| Ryż na mleku 300 ml (MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Jajko gotowane 50 g (JAJ), Kielbasa krakowska 30 g (GLU), Jabłko 150 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Krupnik jęczmienny 400 ml (GLU, MLE, SEL), Klopsik wieprzowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Kopytka ziemniaczane 150 g, Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL), kompot truskawkowy z/c 250 ml, Podwieczorek: Jabłko 150 g, | Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Pasta drobiowo-warzywna 60 g (SEL), Dżem 1 szt, Sałatka wiosenna 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2292.17 kcal; Białko ogółem: 98.79 g; Tłuszcz: 46.64 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.38 g; Cholesterol: 249.21 mg; Węglowodany ogółem: 328.55 g; Cukry proste: 46.95 g; Sód: 966.71 mg; Błonnik pokarmowy: 32.48 g; | | |
| czwartek 2024-10-10 | | |
| Dieta: C2 - ŁATWOSTRAWNA | | |
| Ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Ser deliser 20 g (MLE), Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Jabłko gotowane 150 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Krupnik jęczmienny 400 ml (GLU, MLE, SEL), Klopsik wieprzowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, ziemniaki 150 g, Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki 200 g, | Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Pasta drobiowo-warzywna 60 g (SEL), Dżem 1 szt, Sałatka z marchwi z olejem 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2210.05 kcal; Białko ogółem: 93.06 g; Tłuszcz: 49.47 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.44 g; Cholesterol: 247.01 mg; Węglowodany ogółem: 319.91 g; Cukry proste: 38.60 g; Sód: 1825.29 mg; Błonnik pokarmowy: 32.45 g; | | |
| czwartek 2024-10-10 | | |
| Dieta: C3 - Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW | | |
| Ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Jajko gotowane 50 g (JAJ), Kielbasa krakowska 30 g (GLU), Jabłko 150 g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: kefir 200g 1 szt (MLE), | Krupnik jęczmienny bez śmietany 400 ml (GLU, SEL), Klopsik wieprzowy z pieca 90 g (GLU, JAJ), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, ziemniaki 150 g, Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL), kompot truskawkowy b/c 250 ml, Podwieczorek: Jabłko 150 g, | Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Pasta drobiowo-warzywna 60 g (SEL), Polędwica sopocka 30 g (GLU), Sałatka wiosenna 80 g, Herbata bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Chleb razowy 30 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Serek topiony 25g 1 szt (MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2113.46 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 46.94 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.24 g; Cholesterol: 218.71 mg; Węglowodany ogółem: 243.55 g; Cukry proste: 16.45 g; Sód: 1384.26 mg; Błonnik pokarmowy: 33.76 g; | | |

| Oddział: szpital | | |
|--|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| piątek 2024-10-11 | | |
| Dieta: 1 - PODSTAWOWA | | |
| Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Szyunka z piersi indyka 30 g (GLU), Ogórek świeży 50 g, Mix sałat z dresingiem 30 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Brokułowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), Śledź w śmietanie 80/150 230 g (RYB, MLE), ziemniaki 150 g, Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, Koktajl truskawka-czarna porz. 200 g (MLE), | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), pasztecik drob. 60 g (GLU, GOR), serek tartare 20g 1 szt (MLE), sałatka z ogórka kiszzonego 50 g, Pomidorki koktajlowe 30 g, herbata z cukrem 250 ml Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2351.69 kcal; Białko ogółem: 99.62 g; Tłuszcz: 65.16 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.86 g; Cholesterol: 251.06 mg; Węglowodany ogółem: 302.69 g; Cukry proste: 45.85 g; Sód: 1964.72 mg; Błonnik pokarmowy: 30.95 g; | | |
| piątek 2024-10-11 | | |
| Dieta: 1 - PODSTAWOWA WZBOGACONA | | |
| Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), C. chleb mieszany 30 g (GLU), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Szyunka z piersi indyka 30 g (GLU), Ogórek świeży 50 g, Mix sałat z dresingiem 30 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Sałatka Caprese 150g 1 Por (MLE), | Brokułowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), Śledź w śmietanie 80/150 230 g (RYB, MLE), ziemniaki 150 g, Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), | Chleb mieszany 100 g (GLU), Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), masło 15g 1 szt (MLE), pasztecik drob. 60 g (GLU, GOR), serek tartare 20g 1 szt (MLE), Pomidorki koktajlowe 30 g, sałatka z ogórka kiszzonego 50 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2459.99 kcal; Białko ogółem: 101.51 g; Tłuszcz: 65.64 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.97 g; Cholesterol: 284.56 mg; Węglowodany ogółem: 327.92 g; Cukry proste: 47.17 g; Sód: 1965.62 mg; Błonnik pokarmowy: 32.45 g; | | |
| piątek 2024-10-11 | | |
| Dieta: 6 - Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW | | |
| Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Szyunka z piersi indyka 30 g (GLU), Ogórek świeży 50 g, Mix sałat z dresingiem 30 g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Sałatka Caprese 150g 1 Por (MLE), | Brokułowa bez śmietany 400 ml (GLU, SEL), filet z dorsza z pieca 90 g, Sos grecki 150 g (GLU, SEL), ziemniaki 150 g, Kompot z jabłka 250 ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), pasztecik drob. 60 g (GLU, GOR), serek tartare 20g 1 szt (MLE), sałatka z ogórka kiszzonego 50 g, Pomidorki koktajlowe 30 g, Herbata bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Chleb razowy 30 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 30 g, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2218.76 kcal; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 68.43 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.71 g; Cholesterol: 230.48 mg; Węglowodany ogółem: 294.78 g; Cukry proste: 17.69 g; Sód: 1587.32 mg; Błonnik pokarmowy: 33.66 g; | | |
| piątek 2024-10-11 | | |
| Dieta: 12 - PĄPKOWATA | | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), | Manna na wywarze z filetem /zmiksowana/ 500 ml (GLU, MLE, SEL), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (MLE), Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2185.95 kcal; Białko ogółem: 84.35 g; Tłuszcz: 57.68 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.86 g; Cholesterol: 219.00 mg; Węglowodany ogółem: 234.74 g; Cukry proste: 12.48 g; Sód: 1104.70 mg; Błonnik pokarmowy: 11.06 g; | | |
| piątek 2024-10-11 | | |
| Dieta: 14 - PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ | | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200 g (MLE), | Manna na wywarze z filetem /zmiksowana/ 500 ml (GLU, MLE, SEL), Podwieczorek: Chrupki z mlekiem, jajkiem i masłem /zmiksowane/ 250 ml (MLE), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2391.01 kcal; Białko ogółem: 94.37 g; Tłuszcz: 74.40 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.54 g; Cholesterol: 269.30 mg; Węglowodany ogółem: 301.11 g; Cukry proste: 16.23 g; Sód: 1802.11 mg; Błonnik pokarmowy: 12.16 g; | | |
| piątek 2024-10-11 | | |
| Dieta: 4 - ŁATWOSTRAWNA MIELONA | | |
| Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Szyunka z piersi indyka 30 g (GLU), Mus z jabłka bez cukru 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Brokułowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), pulpet rybny 90 g (GLU, JAJ, RYB, MLE, SEL), sos grecki 150 g (GLU, SEL), ziemniaki 150 g, Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, Koktajl truskawka-czarna porz. 200 g (MLE), | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, serek tartare 20g 1 szt (MLE), sałatka z buraczków 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2122.22 kcal; Białko ogółem: 92.63 g; Tłuszcz: 45.32 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.75 g; Cholesterol: 258.96 mg; Węglowodany ogółem: 320.71 g; Cukry proste: 49.76 g; Sód: 1032.43 mg; Błonnik pokarmowy: 32.02 g; | | |

| Oddział: szpital | | |
|---|--|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| piątek 2024-10-11 | | |
| Dieta: 2 - ŁATWOSTRAWNA | | |
| Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Szyunka z piersi indyka 30 g (GLU), Mus z jabłka bez cukru 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Brokułowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), filet z dorsza z pieca 90 g, sos grecki 150 g (GLU, SEL), Ziemniaki 150 g, Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, Koktajl truskawka-czarna porz. 200 g (MLE), | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, serek tartare 20g 1 szt (MLE), sałatka z buraczków 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2223.13 kcal; Białko ogółem: 98.15 g; Tłuszcz: 48.62 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.63 g; Cholesterol: 230.16 mg; Węglowodany ogółem: 355.87 g; Cukry proste: 49.56 g; Sód: 1380.87 mg; Błonnik pokarmowy: 32.77 g; | | |
| piątek 2024-10-11 | | |
| Dieta: 3A - TRZUSTKOWA | | |
| Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 50 g (GLU), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Chleb baltonowski 25 g (GLU), Ser deliser 20 g (MLE), | Manna na wywarze 400 ml (GLU, SEL), filet z dorsza z pieca 90 g, sos grecki 150 g (GLU, SEL), Ziemniaki 150 g, Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb pszenny 100 g (GLU), Baleron drobiowy 60 g, serek tartare 20g 1 szt (MLE), sałatka z buraczków 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2025.53 kcal; Białko ogółem: 91.65 g; Tłuszcz: 29.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 10.45 g; Cholesterol: 138.36 mg; Węglowodany ogółem: 313.07 g; Cukry proste: 46.50 g; Sód: 933.07 mg; Błonnik pokarmowy: 32.53 g; | | |
| piątek 2024-10-11 | | |
| Dieta: 3 - NISKOTŁUSZCZOWA | | |
| Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 50 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), Szyunka z piersi indyka 30 g (GLU), | manna na wywarze w.ob. 400 ml (GLU, SEL), filet z dorsza z pieca 90 g, sos grecki 150 g (GLU, SEL), Ziemniaki 150 g, Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb pszenny 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, serek tartare 20g 1 szt (MLE), sałatka z buraczków 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2082.53 kcal; Białko ogółem: 91.79 g; Tłuszcz: 39.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.75 g; Cholesterol: 187.96 mg; Węglowodany ogółem: 313.21 g; Cukry proste: 46.50 g; Sód: 934.87 mg; Błonnik pokarmowy: 32.53 g; | | |
| piątek 2024-10-11 | | |
| Dieta: 7 - O KONTROL. ZAWARTOŚCI KW. TŁUSZCZ. | | |
| Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 30 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Szyunka z piersi indyka 30 g (GLU), Ogórek świeży 50 g, Mix sałat z dresingiem 30 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Koktajl truskawka-czarna porzeczka 200 g (MLE), | Brokułowa bez śmietany 400 ml (GLU, SEL), filet z dorsza z pieca 90 g, Sos grecki 150 g (GLU, SEL), Ziemniaki 150 g, Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, Podwieczorek: Sok marchwiowy 300ml 1 szt, | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, serek tartare 20g 1 szt (MLE), sałatka z ogórka kiszzonego 50 g, Pomidorki koktajlowe 30 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2178.58 kcal; Białko ogółem: 98.96 g; Tłuszcz: 40.68 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.16 g; Cholesterol: 186.76 mg; Węglowodany ogółem: 333.18 g; Cukry proste: 42.56 g; Sód: 1165.45 mg; Błonnik pokarmowy: 34.36 g; | | |
| piątek 2024-10-11 | | |
| Dieta: 9 - WYSOKOBIAŁKOWA | | |
| Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Szyunka z piersi indyka 30 g (GLU), Mus z jabłka bez cukru 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Chleb baltonowski 25 g (GLU), masło 10 g (MLE), Ser deliser 20 g (MLE), | Brokułowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), filet z dorsza z pieca 90 g, sos grecki 150 g (GLU, SEL), Ziemniaki 150 g, Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, serek tartare 20g 1 szt (MLE), Herbata z cukrem 250 ml, sałatka z buraczków 80 g, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2315.49 kcal; Białko ogółem: 104.95 g; Tłuszcz: 50.23 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.43 g; Cholesterol: 233.36 mg; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Cukry proste: 59.46 g; Sód: 991.42 mg; Błonnik pokarmowy: 31.40 g; | | |
| piątek 2024-10-11 | | |
| Dieta: 10 - NISKOBIAŁKOWA | | |
| Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 30 g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 80 g, Mix sałat z dresingiem 30 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Brokułowa bez śmietany 400 ml (GLU, SEL), Kotlet sojowo-szpinakowy 100 g, Ziemniaki 150 g, sos grecki 150 g (GLU, SEL), Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), serek tartare 20g 2 szt (MLE), Krem orzechowy 1 szt (GLU, MLE, ORZ), Pomidorki koktajlowe 30 g, sałatka z buraczków 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2291.58 kcal; Białko ogółem: 57.84 g; Tłuszcz: 98.59 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 52.31 g; Cholesterol: 269.50 mg; Węglowodany ogółem: 376.65 g; Cukry proste: 56.78 g; Sód: 1294.80 mg; Błonnik pokarmowy: 31.35 g; | | |

| Oddział: szpital | | |
|--|--|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| piątek 2024-10-11 | | |
| Dieta: P3 - MAŁE DZIECI | | |
| Płatki owsiane na mleku 150 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 50 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 40 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Koktajl truskawka-czarna porzeczka 100 g (MLE), | Brokułowa 200 ml (GLU, MLE, SEL), pulpet rybny 90 g (GLU, JAJ, RYB, MLE, SEL), sos grecki 80 g (GLU, SEL), Ziemniaki 80 g, Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, Podwieczorek: Sok marchwiowy 300ml 1 szt, | Zacierka na mleku 150 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 50 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 30 g, sałatka z buraczków 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 1152.49 kcal; Białko ogółem: 60.31 g; Tłuszcz: 44.91 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.57 g; Cholesterol: 244.82 mg; Węglowodany ogółem: 297.04 g; Cukry proste: 50.55 g; Sód: 1352.62 mg; Błonnik pokarmowy: 30.37 g; | | |
| piątek 2024-10-11 | | |
| Dieta: P1 - DUŻE DZIECI | | |
| Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Szyunka z piersi indyka 30 g (GLU), Ogórek świeży 50 g, Mix sałat 30 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Koktajl truskawka-czarna porz. 200 g (MLE), | Brokułowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), Filet z dorsza smażony 100 g (GLU, JAJ), Sos grecki 150 g (GLU, SEL), Ziemniaki 150 g, Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, Podwieczorek: Sok marchwiowy 300ml 1 szt, | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), pasztet drob. 60 g (GLU, GOR), serek tartare 20g 1 szt (MLE), sałatka z ogórka kiszzonego 50 g, Pomidorki koktajlowe 30 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2359.99 kcal; Białko ogółem: 97.51 g; Tłuszcz: 55.64 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.97 g; Cholesterol: 251.06 mg; Węglowodany ogółem: 327.92 g; Cukry proste: 47.17 g; Sód: 1965.62 mg; Błonnik pokarmowy: 32.45 g; | | |
| piątek 2024-10-11 | | |
| Dieta: C1 - PODSTAWOWA | | |
| Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb mieszany 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Szyunka z piersi indyka 30 g (GLU), Mix sałat z dresingiem 30 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Brokułowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), Filet z dorsza z pieca 90 g, sos grecki 150 g (GLU, SEL), Ziemniaki 150 g, Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), pasztet drob. 60 g (GLU, GOR), serek tartare 20g 1 szt (MLE), Sałatka z buraczków 50 g, Pomidorki koktajlowe 30 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2396.10 kcal; Białko ogółem: 102.41 g; Tłuszcz: 65.69 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.92 g; Cholesterol: 260.46 mg; Węglowodany ogółem: 307.30 g; Cukry proste: 46.80 g; Sód: 1985.33 mg; Błonnik pokarmowy: 32.22 g; | | |
| piątek 2024-10-11 | | |
| Dieta: C2 - ŁATWOSTRAWNA | | |
| Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 80 g, Mix sałat z dresingiem 30 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Brokułowa bez śmietany 400 ml (GLU, SEL), filet z dorsza z pieca 90 g, sos grecki 150 g (GLU, SEL), Ziemniaki 150 g, Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, serek tartare 20g 1 szt (MLE), sałatka z buraczków 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2223.13 kcal; Białko ogółem: 99.15 g; Tłuszcz: 48.62 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.63 g; Cholesterol: 230.16 mg; Węglowodany ogółem: 355.87 g; Cukry proste: 49.56 g; Sód: 1380.87 mg; Błonnik pokarmowy: 32.77 g; | | |
| piątek 2024-10-11 | | |
| Dieta: C3 - Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW | | |
| Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 80 g, Mix sałat z dresingiem 30 g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Sałatka Caprese 150g 1 Por (MLE), | Brokułowa bez śmietany 400 ml (GLU, SEL), filet z dorsza z pieca 90 g, sos grecki 150 g (GLU, SEL), Ziemniaki 150 g, Kompot z jabłka 250 ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), | Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), pasztet drob. 60 g (GLU, GOR), serek tartare 20g 1 szt (MLE), Sałatka z buraczków 50 g, Pomidorki koktajlowe 30 g, Herbata bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Chleb razowy 30 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 30 g, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2113.34 kcal; Białko ogółem: 99.60 g; Tłuszcz: 58.92 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.51 g; Cholesterol: 221.13 mg; Węglowodany ogółem: 269.21 g; Cukry proste: 19.03 g; Sód: 1245.16 mg; Błonnik pokarmowy: 34.59 g; | | |

| Oddział: szpital | | |
|--|--|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| sobota 2024-10-12 Dieta: 1 - PODSTAWOWA | | |
| manna na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem i szczy piorkiem 80 g (MLE), Szynekóweczka 60 g (GLU), Ser żółty 30 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Pieczarkowa z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), kotlet schabowy smażony 100 g (GLU, JAJ), ziemniaki 150 g, Fasolka szparagowa z masłem 150 g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml, Śliwka 150 g, | Płatki jęczmiennie na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szynek z piersi indyka sz.w. 60 g (GLU), Serek topiony 25g 1 szt (MLE), Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80 g (GLU, ORZ), herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2374.01 kcal; Białko ogółem: 84.30 g; Tłuszcz: 63.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.90 g; Cholesterol: 268.56 mg; Węglowodany ogółem: 351.42 g; Cukry proste: 52.17 g; Sód: 1912.53 mg; Błonnik pokarmowy: 33.88 g; | | |
| sobota 2024-10-12 Dieta: 1 - PODSTAWOWA WZBOGACONA | | |
| manna na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szynekóweczka 60 g (GLU), Ser żółty 30 g, Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem i szczy piorkiem 80 g (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Biszkopty 30 g (GLU, JAJ), | Pieczarkowa z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), kotlet schabowy smażony 100 g (GLU, JAJ), ziemniaki 150 g, Fasolka szparagowa z masłem 150 g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml, Podwieczorek: Śliwka 150 g, | Płatki jęczmiennie na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szynek z piersi indyka sz.w. 60 g (GLU), Serek topiony 25g 1 szt (MLE), Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80 g (GLU, ORZ), herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2569.44 kcal; Białko ogółem: 92.36 g; Tłuszcz: 68.16 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.24 g; Cholesterol: 278.72 mg; Węglowodany ogółem: 369.28 g; Cukry proste: 59.08 g; Sód: 1940.58 mg; Błonnik pokarmowy: 35.96 g; | | |
| sobota 2024-10-12 Dieta: 6 - Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW | | |
| manna na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem i szczy piorkiem 80 g (MLE), Szynekóweczka 60 g (GLU), Ser żółty 30 g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Sałatka z rukoli i buraka z fetą 100 g (MLE), | Makaronowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL), Schab duszony z pieca 90 g (GLU), Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), ziemniaki 150 g, Fasolka szparagowa z masłem 150 g, Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250 ml, Podwieczorek: Śliwka 150 g, | Płatki jęczmiennie na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szynek z piersi indyka sz.w. 60 g (GLU), Serek topiony 25g 1 szt (MLE), Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80 g (GLU, ORZ), Herbata bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Chleb razowy 30 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 50 g (MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2339.21 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 57.89 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.66 g; Cholesterol: 274.80 mg; Węglowodany ogółem: 302.66 g; Cukry proste: 23.98 g; Sód: 1972.08 mg; Błonnik pokarmowy: 33.26 g; | | |
| sobota 2024-10-12 Dieta: 12 - PĄPKOWATA | | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), | Jarzynka gotowana 150 g (GLU, SEL), Ziemniaczanka na schabie z masłem /zmiksowana/ 500 ml (MLE, SEL), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (MLE), Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2062.05 kcal; Białko ogółem: 68.63 g; Tłuszcz: 63.86 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.83 g; Cholesterol: 334.70 mg; Węglowodany ogółem: 215.67 g; Cukry proste: 18.77 g; Sód: 987.70 mg; Błonnik pokarmowy: 8.88 g; | | |
| sobota 2024-10-12 Dieta: 14 - PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ | | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: Biszkopty z masłem i mlekiem /zmiksowane/ 250 ml (GLU, JAJ, MLE), | Jarzynka gotowana 150 g (GLU, SEL), Ziemniaczanka na schabie z masłem /zmiksowana/ 500 ml (MLE, SEL), Podwieczorek: Budyń płynny z masłem 250 ml (GLU, JAJ, MLE), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2247.65 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 79.77 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.57 g; Cholesterol: 299.10 mg; Węglowodany ogółem: 255.81 g; Cukry proste: 33.74 g; Sód: 1065.35 mg; Błonnik pokarmowy: 11.01 g; | | |
| sobota 2024-10-12 Dieta: 4 - ŁATWOSTRAWNA MIELONA | | |
| manna na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szynekóweczka 60 g (GLU), Twarożek hąga 1 szt (MLE), Sałatka z cukinii z koncentratem 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Makaronowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL), Klopsik ze schabu gotowany 90 g (GLU, JAJ), ziemniaki 150 g, Jarzynka gotowana 150 g (GLU, SEL), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml, Jogurt naturalny 1 szt (MLE), | Płatki jęczmiennie na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szynek z piersi indyka 60 g (GLU), miód 25 g, Pomidor bez skóry 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2188.17 kcal; Białko ogółem: 82.07 g; Tłuszcz: 46.50 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.06 g; Cholesterol: 283.08 mg; Węglowodany ogółem: 336.13 g; Cukry proste: 45.13 g; Sód: 1496.06 mg; Błonnik pokarmowy: 32.49 g; | | |

| Oddział: szpital | | |
|--|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| niedziela 2024-10-13 | | |
| Dieta: 1 - PODSTAWOWA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Kielbasa krakowska 30 g (GLU), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60 g (GOR), Sałatka grecka 100 g (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL), Roladka z indyka duszona 90 g (GLU), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150 g (GOR), Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), Ziemniaki 150 g, Kompot truskawkowy 250 ml, Pomarańcza 150 g, | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Jajko gotowane 50 g (JAJ), Polędwica sopocka 30 g (GLU), Pomidor 50 g, Kalarepa 30 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2372.90 kcal; Białko ogółem: 89.22 g; Tłuszcz: 59.77 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.04 g; Cholesterol: 256.88 mg; Węglowodany ogółem: 366.14 g; Cukry proste: 42.07 g; Sód: 1184.66 mg; Błonnik pokarmowy: 32.74 g; | | |
| niedziela 2024-10-13 | | |
| Dieta: 1 - PODSTAWOWA WZBOGAČONA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), masło 15g 1 szt (MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), Kielbasa krakowska 30 g (GLU), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60 g (GOR), Sałatka grecka 100 g (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: kefir 200g 1 szt (MLE), | Pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL), Roladka z indyka duszona 90 g (GLU), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150 g (GOR), Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), Ziemniaki 150 g, Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: Brokuł gotowany 150 g (MLE), | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Jajko gotowane 50 g (JAJ), Polędwica sopocka 30 g (GLU), Pomidor 50 g, Kalarepa 30 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2495.75 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Tłuszcz: 62.93 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.20 g; Cholesterol: 268.82 mg; Węglowodany ogółem: 392.53 g; Cukry proste: 54.34 g; Sód: 1298.03 mg; Błonnik pokarmowy: 34.55 g; | | |
| niedziela 2024-10-13 | | |
| Dieta: 6 - Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), masło 15g 1 szt (MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), Sałatka grecka 100 g (MLE), II Śniadanie: kefir 200g 1 szt (MLE), | Pomidorowa z ryżem bez śmietany 400 ml (SEL), Roladka z indyka duszona 90 g (GLU), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150 g (GOR), Ziemniaki 150 g, Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy bez cukru 250 ml, Podwieczorek: Brokuł gotowany 150 g (MLE), | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Jajko gotowane 50 g (JAJ), Polędwica sopocka 30 g (GLU), Pomidor 50 g, Kalarepa 30 g, Herbata bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Chleb razowy 30 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Pasztet drobiowy 30 g (GLU, GOR), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2376.99 kcal; Białko ogółem: 88.03 g; Tłuszcz: 63.70 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.12 g; Cholesterol: 296.42 mg; Węglowodany ogółem: 305.45 g; Cukry proste: 14.24 g; Sód: 1510.93 mg; Błonnik pokarmowy: 33.75 g; | | |
| niedziela 2024-10-13 | | |
| Dieta: 12 - PĄPKOWATA | | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), | RYż na filecie z indyka z masłem /zmiksowany/ 500 ml (SEL), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (MLE), Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2199.25 kcal; Białko ogółem: 88.55 g; Tłuszcz: 56.18 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.15 g; Cholesterol: 256.80 mg; Węglowodany ogółem: 218.93 g; Cukry proste: 11.93 g; Sód: 1042.60 mg; Błonnik pokarmowy: 11.01 g; | | |
| niedziela 2024-10-13 | | |
| Dieta: 14 - PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ | | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250 g (GLU, JAJ, MLE), | RYż na filecie z indyka z masłem /zmiksowany/ 500 ml (SEL), Podwieczorek: Suchary na mleku z masłem /zmiksowane/ 250 ml (GLU, MLE), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2370.25 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 76.32 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.65 g; Cholesterol: 297.90 mg; Węglowodany ogółem: 253.65 g; Cukry proste: 14.95 g; Sód: 1485.95 mg; Błonnik pokarmowy: 13.27 g; | | |
| niedziela 2024-10-13 | | |
| Dieta: 4 - ŁATWOSTRAWNĄ MIELONĄ | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szynekóweczka 60 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z marchwi z olejem 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z indyka 150 g (GLU, SEL), Sałatka z selera i jabłka 150 g (SEL), Ziemniaki 150 g, Kompot truskawkowy 250 ml, Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Polędwica sopocka 30 g (GLU), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2291.74 kcal; Białko ogółem: 89.02 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.95 g; Cholesterol: 245.53 mg; Węglowodany ogółem: 363.60 g; Cukry proste: 58.08 g; Sód: 1069.09 mg; Błonnik pokarmowy: 30.51 g; | | |

| Oddział: szpital | | |
|---|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| niedziela 2024-10-13 | | |
| Dieta: 2 - ŁATWOSTRAWNA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z marchwi z olejem 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL), Roladka z indyka duszona 90 g (GLU), Sałatka z selera i jabłka 150 g (SEL), ziemniaki 150 g, Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy 250 ml, Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Polędwica sopocka 30 g (GLU), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2300.79 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 49.88 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.39 g; Cholesterol: 163.98 mg; Węglowodany ogółem: 346.65 g; Cukry proste: 48.51 g; Sód: 1539.16 mg; Błonnik pokarmowy: 31.82 g; | | |
| niedziela 2024-10-13 | | |
| Dieta: 3A - TRZUSTKOWA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), Szynekówecka 60 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z marchwi z olejem 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Pomidorowa z ryżem bez śmietany 400 ml (SEL), Roladka z indyka duszona 90 g (GLU), Sałatka z selera i jabłka 150 g (SEL), Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), ziemniaki 150 g, Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: Biszkopty 30 g (GLU, JAJ), | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), Polędwica sopocka 30 g (GLU), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2280.83 kcal; Białko ogółem: 96.33 g; Tłuszcz: 23.90 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 7.90 g; Cholesterol: 163.81 mg; Węglowodany ogółem: 365.82 g; Cukry proste: 56.51 g; Sód: 1205.07 mg; Błonnik pokarmowy: 30.59 g; | | |
| niedziela 2024-10-13 | | |
| Dieta: 3 - NISKOTŁUSZCZOWA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Szynekówecka 60 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z marchwi z olejem 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Pomidorowa z ryżem bez śmietany 400 ml (SEL), Roladka z indyka duszona 90 g (GLU), Sałatka z selera i jabłka 150 g (SEL), Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), ziemniaki 150 g, Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: Biszkopty 30 g (GLU, JAJ), | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Polędwica sopocka 30 g (GLU), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2362.63 kcal; Białko ogółem: 88.92 g; Tłuszcz: 41.15 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.39 g; Cholesterol: 208.91 mg; Węglowodany ogółem: 385.00 g; Cukry proste: 58.56 g; Sód: 1116.66 mg; Błonnik pokarmowy: 30.49 g; | | |
| niedziela 2024-10-13 | | |
| Dieta: 7 - O KONTROL. ZAWARTOŚCI KW. TŁUSZCZ. | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka grecka 100 g (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: kefir 200g 1 szt (MLE), | Pomidorowa z ryżem bez śmietany 400 ml (SEL), Roladka z indyka duszona 90 g (GLU), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150 g (GOR), ziemniaki 150 g, Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: Brokuł gotowany 150 g (MLE), | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Polędwica sopocka 30 g (GLU), Pomidor 50 g, Kalarepa 30 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2397.04 kcal; Białko ogółem: 91.80 g; Tłuszcz: 51.74 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.48 g; Cholesterol: 196.82 mg; Węglowodany ogółem: 372.19 g; Cukry proste: 53.05 g; Sód: 1503.68 mg; Błonnik pokarmowy: 32.95 g; | | |
| niedziela 2024-10-13 | | |
| Dieta: 9 - WYSOKOBIAŁKOWA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z marchwi z olejem 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: kefir 200g 1 szt (MLE), | Pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL), Roladka z indyka duszona 90 g (GLU), Sałatka z selera i jabłka 150 g (SEL), Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), ziemniaki 150 g, Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: mleko got. 200 ml (MLE), Biszkopty 30 g (GLU, JAJ), | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Polędwica sopocka 30 g (GLU), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 80 g, Herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2369.93 kcal; Białko ogółem: 108.79 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.60 g; Cholesterol: 285.18 mg; Węglowodany ogółem: 322.85 g; Cukry proste: 57.82 g; Sód: 1343.46 mg; Błonnik pokarmowy: 33.88 g; | | |
| niedziela 2024-10-13 | | |
| Dieta: 10 - NISKOBIAŁKOWA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), masło 15g 1 szt (MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 2 szt (MLE), Sałatka z marchwi z olejem 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Pomidorowa z ryżem bez śmietany 400 ml (SEL), Frykadelka warzywna 100 g, Sałatka z selera i jabłka 150 g (SEL), Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), ziemniaki 150 g, Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Dżem 3 szt, Mus z jabłka bez cukru 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2308.37 kcal; Białko ogółem: 61.83 g; Tłuszcz: 59.92 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 9.97 g; Cholesterol: 135.86 mg; Węglowodany ogółem: 374.87 g; Cukry proste: 57.83 g; Sód: 910.61 mg; Błonnik pokarmowy: 31.62 g; | | |

| Oddział: szpital | | |
|---|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| niedziela 2024-10-13 | | |
| Dieta: P3 - MAŁE DZIECI | | |
| Makaron na mleku 150 ml (GLU, JAJ, MLE), chleb pszenny 50 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 30 g, Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Herbatniki 30 g (GLU, JAJ, MLE, ORZ), | Pomidorowa z ryżem 200 ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z indyka 150 g (GLU, SEL), Sałatka z selera i jabłka 80 g (SEL), Sos koperkowy 50 ml (GLU, SEL), Ziemniaki 80 g, Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: sok owoc 0,2 1 szt, | Płatki owsiane na mleku 150 ml (GLU, MLE), Chleb pszenny 50 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Połudwica sopocka 30 g (GLU), Mus z jabłka bez cukru 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 1239.06 kcal; Białko ogółem: 57.85 g; Tłuszcz: 44.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.46 g; Cholesterol: 229.70 mg; Węglowodany ogółem: 302.82 g; Cukry proste: 53.46 g; Sód: 1013.48 mg; Błonnik pokarmowy: 26.99 g; | | |
| niedziela 2024-10-13 | | |
| Dieta: P1 - DUŻE DZIECI | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka grecka 100 g (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Herbatniki 30 g (GLU, JAJ, MLE, ORZ), | Pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL), Roladka z indyka duszona 90 g (GLU), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150 g (GOR), Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), Ziemniaki 150 g, Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: sok owoc 0,2 1 szt, | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Jajko gotowane 50 g (JAJ), Połudwica sopocka 30 g (GLU), Pomidor 50 g, Kalarepa 30 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2352.70 kcal; Białko ogółem: 94.22 g; Tłuszcz: 50.30 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.53 g; Cholesterol: 261.38 mg; Węglowodany ogółem: 387.86 g; Cukry proste: 54.19 g; Sód: 1273.76 mg; Błonnik pokarmowy: 34.30 g; | | |
| niedziela 2024-10-13 | | |
| Dieta: C1 - PODSTAWOWA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60 g (GOR), Sałatka grecka 100 g (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL), Roladka z indyka duszona 90 g (GLU), Sałatka z selera i jabłka 150 g (SEL), Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), Ziemniaki 150 g, Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: Pomarańcza 150 g, | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Połudwica sopocka 30 g (GLU), Jajko gotowane 50 g (JAJ), Pomidor 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2392.50 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz: 49.46 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.02 g; Cholesterol: 256.88 mg; Węglowodany ogółem: 356.83 g; Cukry proste: 36.24 g; Sód: 1185.48 mg; Błonnik pokarmowy: 32.07 g; | | |
| niedziela 2024-10-13 | | |
| Dieta: C2 - ŁATWOSTRAWNA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z marchwi z olejem 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL), Roladka z indyka duszona 90 g (GLU), Sałatka z selera i jabłka 150 g (SEL), Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), Ziemniaki 150 g, Kompot truskawkowy 250 ml, Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Połudwica sopocka 30 g (GLU), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 80 g, herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2300.79 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 49.88 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.39 g; Cholesterol: 278.98 mg; Węglowodany ogółem: 346.65 g; Cukry proste: 48.51 g; Sód: 1539.16 mg; Błonnik pokarmowy: 34.82 g; | | |
| niedziela 2024-10-13 | | |
| Dieta: C3 - Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), masło 15g 1 szt (MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka grecka 100 g (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: kefir 200g 1 szt (MLE), | Pomidorowa z ryżem bez śmietany 400 ml (SEL), Roladka z indyka duszona 90 g (GLU), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150 g (GOR), Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), Ziemniaki 150 g, Kompot truskawkowy bez cukru 250 ml, Podwieczorek: Pomarańcza 150 g, | Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE), Chleb razowy 75 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Połudwica sopocka 30 g (GLU), Jajko gotowane 50 g (JAJ), Pomidor 80 g, Herbata bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2245.02 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 53.69 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.13 g; Cholesterol: 216.14 mg; Węglowodany ogółem: 281.08 g; Cukry proste: 15.99 g; Sód: 1302.71 mg; Błonnik pokarmowy: 33.57 g; | | |