

| Dzień | Posilek | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji – papkowata (miksowana/przecierana) | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów |
|-----------------------------------|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| pon. 19.02. 2024r. | śniadanie | <p>Kasza manna na mleku 300ml -1,7</p> <p>Pieczywo mieszane pszenno - żytnie 90g – 1</p> <p>Pieczywo razowe 30g – 1</p> <p>Mix tłuszczowy 15g – 7</p> <p>Szynka z indyka prasowana 20g – 1,6,7</p> <p>Ser żółty 20g- 7</p> <p>Ogórek zielony 50g</p> <p>Sałata 20g</p> <p>Herbata 250ml z cukrem(5g)</p> | <p>Kasza manna na mleku 300ml – 1,7</p> <p>Pieczywo pszenne 120g – 1</p> <p>Mix tłuszczowy 15g – 7</p> <p>Szynka z indyka prasowana 20g – 1,6,7</p> <p>Pasta z sera twarogowego i zielonej pietruszki 30g – 7</p> <p>Sałata 20g</p> <p>Pomidor bez skórki 50g</p> <p>Herbata 250ml z cukrem(5g)</p> | <p>Kasza manna na mleku 300ml – 1,7</p> <p>Pieczywo pszenne 120g – 1</p> <p>Mix tłuszczowy 15g – 7</p> <p>(30g),</p> <p>Pasta z sera twarogowego (30g) i pomidora bez skórki (50g)</p> <p>Pasta z szynki prasowanej z indyka 20g - 1,6,7</p> <p>Herbata 250ml z cukrem(5g)</p> | <p>Jogurt naturalny 150g – 7</p> <p>Pieczywo razowe 120g – 1</p> <p>Mix tłuszczowy 15g – 7</p> <p>Szynka z indyka prasowana 20g – 1,6,7</p> <p>Ser żółty 20g- 7</p> <p>Ogórek zielony 50g</p> <p>sałata 20g</p> <p>Herbata b/cukru 250ml</p> <p>II śniadanie: Jabłko,sztuka</p> |
| | obiad | <p>Kapuśniak z kapusty białej z ziemniakami na wywarze drobiowym – 250ml – 9</p> <p>Kasza jęczmienna na sypko 170g – 1</p> <p>Stek z mięsa wp/dr cebulką z pieca konwekcyjnego 100g/20g</p> <p>Buraczki z jabłkiem 100g</p> <p>Kompot 200ml</p> | <p>Krem z marchwi i ziemniaka z natką pietruszki i jogurtem naturalnym – 250ml – 9</p> <p>Kasza jęczmienna na sypko 170g – 1</p> <p>Stek z mięsa wp/dr parowany w piecu konwekcyjnym(bez cebulki)100g</p> <p>Buraczki z jabłkiem 100g</p> <p>Kompot 200ml</p> | <p>Krem z marchwi i ziemniaka z natką pietruszki i jogurtem naturalnym – 250ml – 9</p> <p>Kasza jęczmienna gotowana, rozklejana, przecierana 170g – 1</p> <p>Stek z mięsa wp/dr parowany rozdrobniony z sosem własnym 100g/80ml</p> <p>Puree z buraczków z olejem– 100g</p> <p>Kompot 200ml</p> | <p>Kapuśniak z kapusty białej z ziemniakami na wywarze drobiowym – 250ml – 9</p> <p>Kasza jęczmienna na sypko, gotowana al dente170g – 1</p> <p>Stek z mięsa w/dr z cebulką z pieca konwekcyjnego 100g/20g</p> <p>Sałatka szwedzka z warzyw konserwowych z cebulą i olejem 100g</p> <p>Kompot b/c 200ml</p> |

| | | | | | |
|---------------------------|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | kolacja | <p>Pieczywo mieszane pszenno – żytnie 90g – 1 Pieczywo razowe 30g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasztet drobiowy 20g – 1,6,7 Twaróg z jogurtem i koperkiem 30g – 7 Pomidor bez skórki 50g Sałata masłowa 20g Herbata 250ml z cukrem(5g)</p> <p>Hummus z ciecierzycy z marchwią 50g Sałata masłowa 20g Herbata 250ml z cukrem(5g)</p> | <p>Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasztet drobiowy 20g – 1,6,7 Twaróg z jogurtem i koperkiem 30g – 7 Pomidor bez skórki 50g Sałata masłowa 20g Herbata 250ml z cukrem(5g)</p> | <p>Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasztet drobiowy 20g – 1,6,7 Twaróg z jogurtem i koperkiem zmiksowany 30g – 7 Sok pomidorowy 200ml Herbata 250ml z cukrem(5g)</p> <p>Z O-P* Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowanymi 250ml – 1,7 (* Posiłek dodatkowy)</p> | <p>Pieczywo razowe 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasztet drobiowy 20g – 1,6,7 Twaróg z jogurtem i szczypiorem 30g – 7 Hummus z ciecierzycy z marchwią 50g Sałata masłowa 20g Herbata b/cukru 250ml</p> |
| | II kolacja | | | | <p>Maślanka naturalna 150g z siemieniem lnianym 5g – 7,8,11</p> |
| Suma wartości odżywczych: | | <p>Energia (kcal): 2045.5 białko (g): 76.7 tłuszcze (g): 63.1 węglowodany ogółem (g):310.3 błonnik (g): 33.5 sód (mg): 2184.8 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g):17.9 % energii z białka:15.5 % energii z tłuszczu: 27.7 % energii z węglowodanów: 56.7</p> | <p>Energia (kcal): 2051.4 białko (g): 79.8 tłuszcze (g): 52.7 węglowodany ogółem (g): 327.7 błonnik (g): 24.5 sód (mg): 2161.0 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 13.5 % energii z białka: 15.9 % energii z tłuszczu: 22.9 % energii z węglowodanów: 61.2</p> | <p>Energia (kcal): 2047.2 białko (g): 79.4 tłuszcze (g): 52.6 węglowodany ogółem (g): 327.0 błonnik (g): 24.5 sód (mg): 2161.0 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 13.5 % energii z białka: 15.9 % energii z tłuszczu: 23.0 % energii z węglowodanów: 61.2</p> | <p>Energia (kcal): 2017.8 białko (g): 68.5 tłuszcze (g): 66.4 węglowodany ogółem (g): 304.3 błonnik (g): 36.0 sód (mg): 2209.0 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g):15.8 % energii z białka: 14.1 % energii z tłuszczu: 29.7 % energii z węglowodanów: 56.3</p> |

| Dzień | Posilek | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji – papkowata (miksowana/przecierana) | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów |
|-----------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| wt. 20.02. 2024 | śniadanie | Zacierka na mleku 300ml - 1,7 Pieczywo mieszane pszenno – żytnie 70g – 1 Bułka pszenna 50g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Mielonka śniadaniowa 20g – 1,6,7 Jajo gotowane, sztuka, w sosie tatarskim (25ml)z chrzanem tartym –3,7 Papryka świeża 50g Sałata masłowa 20g Herbata 250ml z cukrem(5g) | Zacierka na mleku 300ml-1,7 Pieczywo pszenne 70g – 1 Bułka pszenna 50g - 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Mielonka śniadaniowa –20g 1,6,7 Jajo gotowane na miękko, sztuka w sosie jogurtowo-koperkowym (25ml) - 3,7 Pomidor bez skórki 50g Sałata masłowa 20g Herbata 250ml z cukrem(5g) | Zacierka na mleku 300ml, przecierana - 1,7 Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasta z mielonki śniadaniowej (20g) – 1,6,7 Pasta z jajka gotowanego (sztuka) na miękko z jogurtem naturalnym(25ml), koperkiem i pomidorem (30g), miksowana – 3,7 Mus z dyni, marchwi i jabłka z cynamonem 100g Herbata 250ml z cukrem(5g) | Jogurt naturalny 150g – 1,7 Pieczywo razowe 120g – 1 Masło 15g – 7 Mielonka śniadaniowa 20g – 1,6,7 Jajo gotowane, sztuka, w sosie tatarskim (25ml) z chrzanem tartym –3,7 Papryka świeża 50g Sałata masłowa Herbata b/cukru 250ml II śniadanie: Mandarynka |
| | obiad | Jarzynowa z ziemniakami i zielenią, na wywarze drobiowym– 250ml – 1,9 Ryż biały gotowany na sypko 170g -1 Klops wieprzowy 100g w sosie jarzynowym (80g) – 1,7,9 Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, papryką i olejem – 100g Kompot 200 ml | Jarzynowa z ziemniakami i zielenią, na wywarze drobiowym– 250ml – 1,9 Ryż biały gotowany na sypko 170g -1 Klops wieprzowy 100g w sosie jarzynowym (80g) – 1,7,9 Puree ze szpinaku (100g) - 1,7 Kompot 200 ml | Jarzynowa z ziemniakami i zielenią, na wywarze drobiowym, przecierana 250ml – 1,9 Ryż biały gotowany, rozklejany 170g -1 Klops wieprzowy 100g, miksowany, sos jarzynowy (80g) – 1,7,9 Puree ze szpinaku (100g) – 1,7, Kompot 200 ml | Jarzynowa z ziemniakami i zielenią, na wywarze drobiowym– 250ml – 1,9 Ryż brązowy pełnoziarnisty gotowany al dente 170g -1 Klops wieprzowy 100g w sosie jarzynowym (80g) – 1,7,9 Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem – 100 Kompot b/c 200ml |

| | | | | | |
|---------------------------|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | kolacja | Pieczywo mieszane pszenno – żytnie 90g – 1 Pieczywo razowe 30g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Paprykarz 30g -1,3,4,7,9, Serek topiony 30g – 1 Ogórek świeży 50g Sałata masłowa 20g Herbata 250ml z cukrem(5g) | Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Paprykarz 30g - 1,3,4,7,9, Ser biały krajanka 30g – 7 Sałata masłowa 20g Sok warzywny 200 ml -9 Herbata 250ml z cukrem(5g) | Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Paprykarz 30g - 1,3,4,7,9, Pasta z sera białego z koperkiem 30g-7 Sok warzywny 200ml – 9 Herbata 250ml z cukrem(5g) Z O-P* Zupa mleczna z kaszą manną 250ml -1,7 (* Posiłek dodatkowy) | Pieczywo razowe 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Paprykarz 30g - 1,3,4,7,9, Serek topiony 30g – 1 Ogórek świeży 50g Sałata masłowa 20g Herbata b/cukru 250ml |
| | II kolacja | | | | Kefir naturalny 150g z pestkami dyni 5g - 7, 8,11 |
| Suma wartości odżywczych: | | Energia (kcal): 2279.1 białko (g): 76.8 tłuszcze (g): 76.7 węglowodany ogółem (g): 337.3 błonnik (g): 29.8 sód (mg): 2300.7 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 21.9 % energii z białka: 13.7 % energii z tłuszczu: 30.4 % energii z węglowodanów: 55.9 | Energia (kcal): 2222.6 białko (g): 83.5 tłuszcze (g): 62.0 węglowodany ogółem (g):346.0 błonnik (g): 24.5 sód (mg): 2747.7 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 16.9 % energii z białka:15.3 % energii z tłuszczu: 25.1 % energii z węglowodanów:59.6 | Energia (kcal): 2237.3 białko (g): 84.6 tłuszcze (g): 62.5 węglowodany ogółem (g): 347.5 błonnik (g): 24.5 sód (mg): 2763.4 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 17.2 % energii z białka: 15.4 % energii z tłuszczu: 25.1 % energii z węglowodanów: 59.5 | Energia (kcal): 2089.5 białko (g): 74.0 tłuszcze (g): 69.0 węglowodany ogółem (g): 313.8 błonnik (g): 39.2 sód (mg): 2290.9 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 19.9 % energii z białka: 14.4 % energii z tłuszczu: 29.8 % energii z węglowodanów: 55.8 |

| Dzień | Posilek | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji – papkowata (miksowana/przecierana) | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów |
|------------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| śr. 21.02 2024r. | śniadanie | Kluski lane na mleku 300ml – 1,7 Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 90g – 1, Pieczywo razowe 30g – 1 Mix tłuszczowy 15g - 7 Filet złocisty 20g – 1,6,7 Ser żółty 20g -7 Papryka 50g Mix salat 20g Herbata 250ml z cukrem(5g) | Kluski lane na białkach na mleku 300ml – 1,7 Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Ser biały krajanka 30 g -7 Filet złocisty 20 g- 1,6,7 Mix salat 20g Jabłko pieczone Herbata 250ml z cukrem(5g) | Kluski lane na białkach na mleku, przecierane 300ml – 1,7 Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasta z sera twarogowego krajanka 30 g -1 Pasta z fileta złocistego(20) z pomidorem bez skórki (50) – 1,6,7 Mus z banana i jabłka pieczonego bez skórki 100g Herbata 250ml z cukrem(5g) | Jogurt naturalny 150g – 1,7 Pieczywo razowe 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Filet złocisty 20g – 1,6,7 Ser żółty 20g -7 Papryka 50g Mix salat 20g Herbata 250ml b/cukru II śniadanie: Jabłko,sztuka |
| | obiad | Zupa pomidorowa z makaronem i zieleniną, na wywarze drobiowym 250ml – 1,9 Ziemniaki gotowane 250g Filet z piersi kurczaka panierowany, smażony 100g – 1,3, Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem, cebulą i olejem 100g | Zupa pomidorowa z makaronem i zieleniną, na wywarze drobiowym 250ml – 1,9 Ziemniaki gotowane 250g Potrawka z kurczaka (100g) z warzywami korzeniowymi w białym sosie (80g) Buraczki gotowane puree 100g-7 Kompot 200 ml | Zupa pomidorowa z makaronem i zieleniną, na wywarze drobiowym, przecierana 250ml – 1,9 Ziemniaki gotowane puree 250g Potrawka z kurczaka (100g) z warzywami korzeniowymi, miksowana w białym sosie (80g) Buraczki gotowane puree 100g-7 Kompot 200 ml | Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym gotowanym al dente i zieleniną, na wywarze drobiowym 250ml – 1,9 Ziemniaki gotowane 250g Filet z piersi kurczaka panierowany, smażony 100g – 1,3, Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem, cebulą i olejem 100g |

| | Kompot 200 ml | | Kompot 200 ml | Kompot b/c 200ml |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kolacja | <p>Pieczywo mieszane pszenno – żytnie 90g – 1 Pieczywo razowe 30g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasztet drobiowy 30g – 1,6,7 Pasta mięsno-jarzynowa 50g – 9 Pomidor bez skórki 50g Sałata masłowa 20g Herbata 250ml z cukrem(5g)</p> <p>Pasta z piezonego buraka z olejem 50g Sałata masłowa 20g Herbata 250ml z cukrem(5g)</p> | <p>Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasztet drobiowy 30g – 1,6,7 Pasta mięsno-jarzynowa 50g – 9 Pomidor bez skórki 50g Sałata masłowa 20g Herbata 250ml z cukrem(5g)</p> | <p>Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasztet drobiowy 30g – 1,6,7 Pasta mięsno – jarzynowa 50g – 9 Sok warzywny 200ml Herbata 250ml z cukrem(5g)</p> <p>Z O-P* Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250ml-7 (* Posiłek dodatkowy)</p> | <p>Pieczywo razowe 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasztet drobiowy 30g – 1,6,7 Pasta serowa z ziołami 30g – 7 Ogórek kiszony 50g Sałata masłowa 20g Herbata b/cukru 250ml</p> |
| II kolacja | | | | Jogurt naturalny 150g z nasionami słonecznika 5g – 7,8,11 |
| Suma wartości odżywczych: | <p>Energia (kcal): 2094.3 białko (g): 83.3 tłuszcze (g): 70.0 węglowodany ogółem (g): 299.1 błonnik (g): 31.2 sód (mg): 1968.5 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 24.1 % energii z białka: 16.4 % energii z tłuszczu: 30.0 % energii z węglowodanów: 53.6</p> | <p>Energia (kcal): 2246.7 białko (g): 86.1 tłuszcze (g): 69.1 węglowodany ogółem (g): 333.3 błonnik (g): 25.8 sód (mg): 2557.6 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 22.4 % energii z białka: 15.6 % energii z tłuszczu: 27.6 % energii z węglowodanów: 56.7</p> | <p>Energia (kcal): 2255.4 białko (g): 87.7 tłuszcze (g): 69.7 węglowodany ogółem (g): 332.6 błonnik (g): 25.9 sód (mg): 2560.9 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 22.6 % energii z białka: 15.9 % energii z tłuszczu: 27.7 % energii z węglowodanów: 56.4</p> | <p>Energia (kcal): 2049.0 białko (g): 83.1 tłuszcze (g): 68.6 węglowodany ogółem (g): 293.6 błonnik (g): 36.9 sód (mg): 2418.6 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 23.8 % energii z białka: 16.7 % energii z tłuszczu: 30.1 % energii z węglowodanów: 53.2</p> |

| Dzień | Posilek | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji – papkowata | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów |
|---------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| czwt. 22.02. 2024r. | śniadanie | Płatki owsiane na mleku 300ml – 1,7 Pieczywo mieszane pszenno – żytnie 70g – 1 Bułka pszenna 50g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Jajecznica 100g– 3 Dżem niskosłodzony 20g, Sałata masłowa 20g Jabłko, sztuka Herbata 250ml z cukrem(5g) | Płatki owsiane na mleku 300ml – 1,7 Pieczywo pszenne 70g – 1 Bułka pszenna 50g -1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Jajecznica 100g – 3 Dżem bezpestkowy, niskosłodzony 20g Sałata masłowa 20g Koktajl mleczno-owocowy z owocami leśnymi (mleko spożywcze, owoce przecierane bez pestek) 150ml - 7 Herbata 250ml z cukrem(5g) | Płatki owsiane na mleku 300ml, przecierane – 1,7 Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Jajecznica 100g – 3 Dżem bezpestkowy, niskosłodzony 20g Koktajl mleczno-owocowy z owocami leśnymi (mleko spożywcze, owoce przecierane bez pestek) 150ml -7 Herbata 250ml z cukrem(5g) | Jogurt naturalny 150g – 1,7 Pieczywo razowe 120g – 1 Masło 15g – 7 Jajecznica 100g– 3 Połudwiczanka z warzywami 20g – 1,6,7 Papryka świeża 50g, Sałata masłowa 20g Herbata b/cukru 250ml II śniadanie: Mandarynka ,sztuka |
| | obiad | Barszcz ukraiński z ziemniakami i fasolką szparagową 250ml – 9 Placki ziemniaczane (350g) z jogurtem naturalnym 30g -1,3,7 Surówka z marchwi i selera 100g - 9 Kompot 200 ml | Barszcz ukraiński z ziemniakami i fasolką szparagową 250ml – 9 Pierogi leniwe z serem (350g), Surówka z marchwi i selera 100g - 9 Kompot 200 ml | Barszcz ukraiński z ziemniakami i fasolką szparagową 250ml, przecierany - 9 Puree z ziemniaka, sera twarogowego (50g) Szpinak gotowany puree 100g Kompot 200 ml | Barszcz ukraiński z ziemniakami i fasolką szparagową 250ml – 9 Pierogi leniwe z mąką pełnoziarnistą i serem (350g) Surówka z marchwi i selera 100g - 9 Kompot b/c 200ml |
| | kolacja | Pieczywo mieszane pszenno – żytnie 90g – 1 Pieczywo razowe 30g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Połudwica drobiowa 20g – 1,6,7 Sałatka jarzynowa | Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Połudwica drobiowa 20g – 1,6,7 Sałatka jarzynowa dietetyczna (ziemniaki, marchew, białko jaja, koperek, jogurt naturalny, przyprawy łagodne) 100g – | Pieczywo pszenne 120g-1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasta z połędwicy drobiowej 20g – 1,6,7 Sałatka jarzynowa dietetyczna (ziemniaki, marchew, białko jaja, koperek, jogurt naturalny, przyprawy łagodne), zmiksowana | Pieczywo razowe 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Połudwica drobiowa 20g – 1,6,7 Sałatka jarzynowa dietetyczna (ziemniaki, marchew, jajo, kukurydza, ogórek kiszony, cebula, jogurt |

| | | | | | |
|---------------------------|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | dietetyczna (ziemniaki, marchew, jajo, kukurydza, ogórek kiszony, cebula, jogurt naturalny/majonez, przyprawy) 100g – 3,7,9, 10 Herbata 250ml z cukrem(5g) | 3,7,9, 10 Herbata 250ml z cukrem(5g) | 100g 3,7,9, 10 Herbata 250ml z cukrem(5g) Z O-P* Zupa mleczna z ryżem zmiiksowana, 250ml – 7 (* Posiłek dodatkowy) | naturalny/majonez, przyprawy) 100g – 3,7,9, 10 Herbata b/cukru 250ml |
| | II kolacja | | | | Maślanka naturalna 150g z otrębami 5g – 1,7 |
| Suma wartości odżywczych: | | Energia (kcal): 2226.4 białko (g): 63.8 tłuszcze (g): 81.2 węglowodany ogółem (g): 329.6 błonnik (g): 38.1 sód (mg): 1828.5 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g):16.7 % energii z białka: 11.8 % energii z tłuszczu: 33.1 % energii z węglowodanów: 55.1 | Energia (kcal): 2022.8 białko (g): 79.5 tłuszcze (g): 59.9 węglowodany ogółem (g): 303.7 błonnik (g): 24.7 sód (mg): 1858.8 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 19.5 % energii z białka: 16.1 % energii z tłuszczu: 26.7 % energii z węglowodanów: 57.2 | Energia (kcal): 2022.8 białko (g): 79.5 tłuszcze (g): 59.9 węglowodany ogółem (g): 303.7 błonnik (g): 24.7 sód (mg): 1858.8 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 19.5 % energii z białka: 16.1 % energii z tłuszczu: 26.7 % energii z węglowodanów: 57.2 | Energia (kcal): 2020.4 białko (g): 86.0 tłuszcze (g): 67.5 węglowodany ogółem (g): 286.0 błonnik (g): 36.1 sód (mg): 2087.1 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 27.8 % energii z białka: 17.5 % energii z tłuszczu: 29.9 % energii z węglowodanów: 52.7 |

| Dzień | Posilek | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji – papkowata (miksowana/przecierana) | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów |
|------------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| pt. 23.02 2024r. | śniadanie | Kasza manna na mleku 300ml – 1,7 Pieczywo mieszane pszenno - żytnie 90g – 1 Pieczywo razowe 30g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Ser żółty 20g – 1,6,7 Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g – 3,7 Pomidor 50g Rukola 20g Herbata 250ml z cukrem(5g) | Kasza manna na mleku 300ml – 1,7 Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasta z sera twarogowego z tuńczykiem 30g – 4,7 Dżem niskosłodzony, bezpestkowy 20g Pomidor bez skórki 50g Rukola 20g Herbata 250ml z cukrem(5g) | Kasza manna na mleku 300 ml – 1,7 Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasta z sera twarogowego z tuńczykiem, miksowana 30g – 4,7 Dżem niskosłodzony, bezpestkowy 20g Mus dyniowy z jabłkiem 100g Herbata 250ml z cukrem(5g) | Jogurt naturalny 150g – 1,7 Pieczywo razowe 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Ser żółty 20g – 1,6,7 Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g – 3,7 Pomidor bez skórki 50g Rukola 20g Herbata b/cukru 250ml II śniadanie: Kanapka z chleba razowego z mixem tłuszczowym, wędliną rzodkiewką ,sałatą 35/5/25/15g-1,6,7 |
| | obiad | Zupa ogórkowa z ziemniakami, na wywarze drobiowym 250ml – 9 Ziemniaki gotowane 250g z koperkiem 5g Filet rybny panierowany, pieczony w piecu konwekcyjno-parowym 100g – 1,3,4,7,9 Surówka z kiszanej kapusty z z olejem 100g Kompot 200 ml | Zupa grysikowa z warzywami korzeniowymi, na wywarze drobiowym 250ml – 9 Ziemniaki gotowane 250g z koperkiem 5g Filet rybny panierowany, pieczony w piecu konwekcyjno-parowym 100g – 1,3,4,7,9 Marchew gotowana oprószana 100g - 1 Kompot z/c (5g) 200 ml | Zupa grysikowa z warzywami korzeniowymi, na wywarze drobiowym, przecierana 250ml – 9 Ziemniaki gotowane puree 250g z koperkiem 5g Pulpet rybny duszony w piecu konwekcyjnym, miksowany 100g -1,4 Marchew gotowana, oprószana puree 100g Kompot z/c (5g) 200 ml | Zupa ogórkowa z ziemniakami, na wywarze drobiowym 250ml – 9 Ziemniaki gotowane 250g z koperkiem 5g Filet rybny panierowany, pieczony w piecu konwekcyjno-parowym 100g – 1,3,4,7,9 Surówka z kiszanej kapusty z z olejem 100g Kompot b/c 200ml |
| | kolacja | Pieczywo mieszane | Pieczywo pszenne 120g – 1 | | Pieczywo razowe 120g – 1 |

| | | | | |
|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | <p>pszenno - żytnie 90g – 1 Pieczywo razowe 30g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Serdelka drobiowa 70g – 1,6,7 Ketchup łagodny 15g Ser twarogowy krajanka z rzodkiewką 30g – 7 Ogórek konserwowy 50g, Sałata 20g Herbata 250ml z cukrem(5g)</p> | <p>Mix tłuszczowy 15g – 7 Serek biały krajanka 30g - 7 Serdelka drobiowa 70g – 1,6,7 Ketchup łagodny 15g Pomidor bez skórki 50g Sałata 20g Herbata 250ml z cukrem(5g)</p> | <p>Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasta z sera białego krajanka z jogurtem 30g – 7 Pasta z serdelki drobiowej 70g Sok pomidorowy 200ml Herbata 250ml z cukrem(5g)</p> <p>Z O-P* Zupa mleczna z płatkami owsianymi, zmiksowana 250ml-7 (* Posiłek dodatkowy)</p> | <p>Mix tłuszczowy 15g – 7 Serdelka drobiowa 70g – 1,6,7 Ketchup łagodny 15g Ser twarogowy krajanka z rzodkiewką 30g – 7 Ogórek konserwowy 50g Sałata 20g Herbata b/cukru 250ml</p> |
| II kolacja | | | | Jogurt naturalny 150g z sezamem 5g – 1, 7 |
| Suma wartości odżywczych: | <p>Energia (kcal): 2129.8 białko (g): 81.1 tłuszcze (g): 74.5 węglowodany ogółem (g): 299.9 błonnik (g): 31.3 sód (mg): 2679.6 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 22.8 % energii z białka: 15.7 % energii z tłuszczu: 31.5 % energii z węglowodanów: 52.9</p> | <p>Energia (kcal): 2184.3 białko (g): 87.7 tłuszcze (g): 57.0 węglowodany ogółem (g): 345.5 błonnik (g): 28.6 sód (mg): 2867.9 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 20.5 % energii z białka: 16.4 % energii z tłuszczu: 23.5 % energii z węglowodanów: 60.2</p> | <p>Energia (kcal): 2184.3 białko (g): 87.7 tłuszcze (g): 57.0 węglowodany ogółem (g): 345.5 błonnik (g): 28.6 sód (mg): 2867.9 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 20.5 % energii z białka: 16.4 % energii z tłuszczu: 23.5 % energii z węglowodanów: 60.2</p> | <p>Energia (kcal): 2110.8 białko (g): 88.1 tłuszcze (g): 69.6 węglowodany ogółem (g): 300.4 błonnik (g): 34.7 sód (mg): 3166.3 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 23.8 % energii z białka: 17.1 % energii z tłuszczu: 29.7 % energii z węglowodanów: 53.2</p> |

| Dzień | Posilek | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji – papkowata (miksowana/przecierana) | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów |
|-------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| sob. 24.02 2024r. | śniadanie | Ryż na mleku 300ml – 1,7 Pieczywo mieszane pszenno - żytnie 90g – 1 Pieczywo razowe 30g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Mielonka śniadaniowa 20g-1,6,7 Paprykarz 30g – 1,3,4,6,7,9 Humus z soczewicy z marchwią 50g Sałata masłowa 20g Herbata 250ml z cukrem(5g) 812 kcal | Ryż na mleku 300ml – 1,7 Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Mielonka śniadaniowa 20g-1,6,7 Dżem bezpestkowy, niskosłodzony 20g Sałata masłowa 20g Mus jabłkowo-marchwiowo-bananowy 100g Herbata 250ml z cukrem(5g) | Ryż na mleku 300ml, przecierany – 1,7 Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasta z mielonki śniadaniowej (20g) i pomidora bez skórki (30g) Dżem bezpestkowy, niskosłodzony 20g Mus jabłkowo-marchwiowo-bananowy 100g Herbata 250ml z cukrem(5g) | Jogurt naturalny 150g – 1,7 Pieczywo razowe 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Mielonka śniadaniowa 20g-1,6,7 Paprykarz 30g – 1,3,4,6,7,9 Humus z ciecierzycy z marchwią 50g Sałata masłowa 20g Herbata b/cukru 250ml II śniadanie: Sok warzywny 200ml |
| | obiad | Krupnik na wywarze drobiowym z zieleciną 250ml – 1,9 Makaron z pszenicy durum (170g) z serem twarogowym (50g) i prażoną na oleju cebulką (30g) -1,7 Surówka z kapusty białej z olejem 100g -7 Kompot 200 ml | Krupnik na wywarze drobiowym z zieleciną 250ml – 1,9 Makaron z pszenicy durum (170g) z serem twarogowym (50g) i masłem (10g) – 1,7 Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem naturalnym 100g-7 Kompot 200 ml | Krupnik na wywarze drobiowym z zieleciną, przecierany 250ml – 9 Ziemniaki gotowane puree 250g z serem twarogowym i masłem (50g/10g), Sos jarzynowy (80ml)-1,7,9 Puree z gotowanego selera z jabłkiem 100g Kompot 200 ml | Krupnik na wywarze drobiowym z zieleciną 250ml – 1,9 Makaron z pszenicy durum gotowany al dente (170g) z serem twarogowym (50g) i prażoną na oleju cebulką (30g) - 1,7 Surówka z kapusty białej z olejem 100g -7 Kompot b/c 200ml |
| | Kolacja | Pieczywo mieszane pszenno – żytnie 90g – 1 Pieczywo razowe 30g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Sałatka z ryżu, tuńczyka | Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Sałatka z ryżu, tuńczyka(sos własny) z zieloną pietruszką, jogurtem naturalnym-100g-7 | Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Sałatka z ryżu, tuńczyka(sos własny) z zieloną pietruszką, jogurtem naturalnym, miksowana | Pieczywo razowe 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Sałatka z ryżu, tuńczyka, kukurydzy z ogórkiem z sosem majonezowo- |

| | | | | | |
|------------------------------|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | kukurydzy z ogórkiem, sosem majonezowo- jogurtowym-100g, Pasta twarogowo- bazyliowa 30g – 7 Ogórek kiszony 50g Sałata masłowa 20g Herbata 250ml z cukrem(5g) | Pasta twarogowo - bazyliowa 30g - 7 Sałata masłowa 20g Sok pomidorowy 200ml Herbata 250ml z cukrem(5g) | 100g-7 Pasta twarogowo – bazyliowa, miksowana 30g - 7 Sok pomidorowy 200ml Herbata 250ml z cukrem(5g) Z O-P* Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250ml -7 (* Posiłek dodatkowy) | jogurtowym-7-100g, Pasta twarogowo- bazyliowa 30g – 7 Ogórek kiszony 50g Sałata masłowa 20g Herbata b/cukru 250ml |
| | II kolacja | | | | Kefir naturalny 150g z nasionami słonecznika 5g - 7,8,11 |
| Suma wartości odżywczych: | | Energia (kcal): 2051.9 białko (g): 75.2 tłuszcze (g): 54.5 węglowodany ogółem (g): 332.0 błonnik (g): 31.9 sód (mg): 2140.9 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 11.9 % energii z białka: 15.1 % energii z tłuszczu: 23.9 % energii z węglowodanów: 60.9 | Energia (kcal): 2088.7 białko (g): 68.3 tłuszcze (g): 63.1 węglowodany ogółem (g): 323.4 błonnik (g): 21.9 sód (mg): 1728.1 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 19.3 % energii z białka: 13.3 % energii z tłuszczu: 27.3 % energii z węglowodanów: 59.4 | Energia (kcal): 2088.7 białko (g): 68.3 tłuszcze (g): 63.1 węglowodany ogółem (g): 323.4 błonnik (g): 21.9 sód (mg): 1728.1 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 19.3 % energii z białka: 13.3 % energii z tłuszczu: 27.3 % energii z węglowodanów: 59.4 | Energia (kcal): 2154.1 białko (g): 76.6 tłuszcze (g): 62.0 węglowodany ogółem (g): 339.7 błonnik (g): 38.6 sód (mg): 2219.4 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g):16.7 % energii z białka:14.7 % energii z tłuszczu: 25.9 % energii z węglowodanów:59.4 |

| Dzień | Posilek | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji – papkowata (miksowana/przecierana) | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów |
|------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| nd. 25.02 2024r. | śniadanie | Kasza jęczmienna na mleku 300ml – 1,7 Pieczywo mieszane pszenno – żytnie 90g – 1 Pieczywo razowe 30g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Jajo gotowane, sztuka - 3 Paszтет drobiowy 20g – 1,3,6,7,9 Roszponka 20g Ogórek świeży 50g Herbata 250ml z cukrem(5g) | Kasza jęczmienna na mleku 300ml – 1,7 Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Jajo gotowane na miękko, sztuka – 3 Paszтет drobiowy 20 – 1,3,6,7,9 Roszponka 20g Sok warzywny 200g - 9 Herbata 250ml z cukrem(5g) | Kasza jęczmienna na mleku, przecierana 300ml – 1,7 Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 miksowana – 3,4,7 Pasta z jaja gotowanego na miękko (sztuka) z jogurtem naturalnym (20ml) -3,7 Paszтет drobiowy 20g – 1,3,6,7,9 Sok warzywny 200g - 9 Herbata 250ml z cukrem(5g) | Jogurt naturalny 150g – 1,7 Pieczywo razowe 120g – Mix tłuszczowy 15g – 7 Jajo gotowane, sztuka -3 Paszтет drobiowy 20g – 1,3,6,7,9 Roszponka 20g Ogórek świeży 50g Herbata b/cukru 250ml II śniadanie: Budyń b/c |
| | obiad | Rosół drobiowy z makaronem z pszenicy durum i natką pietruszki 250ml – 1,9 Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g Pulpety drobiowe w sosie pietruszkowym (100g/80) - 1,3,9 Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, papryką i olejem 100g Kompot z/c (5g) 200 ml | Rosół drobiowy z makaronem z pszenicy durum i natką pietruszki 250ml – 1,9 Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g Pulpety drobiowe w sosie pietruszkowym (100g/80g) – 1,3,9 Marchew gotowana oprószana 100g 100g Kompot z/c (5g) 200 ml | Rosół drobiowy z makaronem z pszenicy durum i natką pietruszki, przecierany 250ml – 1,9 Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g Pulpety drobiowe w sosie pietruszkowym (100g/80g) miksowane. Puree z marchewki gotowanej oprószanej 100g Kompot z/c (5g) 200 ml | Rosół drobiowy z makaronem z pszenicy durum i natką pietruszki 250ml – 1,9 Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g Pulpety dr w sosie pietruszkowym (100g/80g) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, papryką i olejem 100g Kompot b/c (5g) 200 ml |

| | | | | |
|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kolacja | <p>Pieczywo mieszane pszenno - żytnie 90g – 1 Pieczywo razowe 30g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Kurczak w galarecie 20g – 1,6,7 Serek fromage z chrzanem szczypiorkiem i cebulą 30g-,7 Pomidor 50g Sałata masłowa 20g Herbata 250ml z cukrem(5g)</p> | <p>Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Kurczak w galarecie 20g – 1,6,7 Serek fromage miksowany z jogurtem i zieleniną (koperek, natka pietruszki) 30g -7 Pomidor bez skórki 50g Sałata masłowa 20g Herbata 250ml z cukrem(5g)</p> | <p>Pieczywo pszenne 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasta z kurczaka w galarecie 20g z pomidorem bez skórki (30g), miksowana – 1,6,7 Pasta z serka fromage miksowanego z jogurtem i zieleniną (koperek, natka pietruszki) 30g – 7 Mus marchwiowo- jabłkowy 100ml Herbata 250ml z cukrem (5g)</p> <p>Z O-P* Zupa mleczna z płatkami ryżowymi, przecierana 250ml- 1,7 (* Posiłek dodatkowy)</p> | <p>Pieczywo razowe 120g – 1 Mix tłuszczowy 15g – 7 Kurczak w galarecie 20g – 1,6,7 Serek fromage z chrzanem szczypiorkiem i cebulą 30g-,7 Pomidor 50g Sałata masłowa 20g Herbata b/cukru 250ml</p> |
| II kolacja | | | | <p>Maślanka naturalna 150g z otrębami 5g – 7,8,11</p> |
| Suma wartości odżywczych: | <p>Energia (kcal): 2035.6 białko (g): 86.2 tłuszcze (g):62.4 węglowodany ogółem (g): 297.3 błonnik (g): 29.7 sód (mg): 1692.3 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 16.6 % energii z białka:17.4 % energii z tłuszczu: 27.8 % energii z węglowodanów: 54.8</p> | <p>Energia (kcal): 2078.5 białko (g): 91.3 tłuszcze (g): 57.1 węglowodany ogółem (g): 310.7 błonnik (g): 21.2 sód (mg): 1885.4 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 16.3 % energii z białka: 17.8 % energii z tłuszczu: 24.7 % energii z węglowodanów: 57.5</p> | <p>Energia (kcal): 2064.7 białko (g): 90.3 tłuszcze (g): 56.6 węglowodany ogółem (g): 309.3 błonnik (g): 21.2 sód (mg): 1870.9 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 16.0 % energii z białka:17.7 % energii z tłuszczu: 24.7 % energii z węglowodanów: 57.6</p> | <p>Energia (kcal): 2035.7 białko (g): 87.3 tłuszcze (g): 60.7 węglowodany ogółem (g): 300.7 błonnik (g): 32.0 sód (mg): 1905.4 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 15.9 % energii z białka:17.5 % energii z tłuszczu: 27.1 % energii z węglowodanów: 55.4</p> |

Lubin, dn. 16.02.2024r.

Sporządził i zatwierdził: Magdalena Howzan – Ptaszkowska

Lista alergenów Przepisy Unii Europejskiej dotyczą 14 alergenów. Szczegółowy wykaz znajduje się w Załączniku nr 2 w Rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności. Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) 8. Orzechy: migdały, orzechy włoskie, nerkowca, brazylijskie, pistacje, makadamia i produkty pochodne 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców 13. Łubin i produkty pochodne 14. Mięczaki i produkty pochodne.

*Posiłek dodatkowy na oddziale Zakładu Opiekuńczo – Pielęgnacyjnego jest wydawany w porozumieniu z personelem oddziału – w miarę potrzeb pacjentów.