

sobota, 13 kwiecień 2024

## Śniadanie

kawa zbożowa z mlekiem (mleko,kawa zbożowa) mleko, gluten	200 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
kielbasa-szynka prasowana (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
ser topiony 1/2 mleko	50 gram
pomidor	60 gram
liść sałaty zielonej	5 g

## Obiad

zupa kminkowa z ziemniakami (kminek,marchew,pietruszka,seler,ziemniaki,mąka,śmietana) mleko, gluten, seler	450 ml
potrawka z kurczaka- duszona (kurczak,mieszanka warzywna,cebula,śmietana,mąka) mleko, gluten, seler	
sałata zielona z sosem ogrodowym gorczyca	
ryz gotowany	
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

## Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
kielbasa krakowska (mięso wieprzowe-peklowane,wędzone) gluten, soja	45 g
sałatka z brokułów (kolacja) pacjenci (brokuły,jogurt,kukurydza kon.) mleko	80 g

## Posiłek nocy

jabłko (jabłko)	180 g
--------------------	-------

Energia	: 2287.3000 kcal
Białko	: 84.2100 g
Tłuszcz	: 70.3320 g
Węglowodany przyswajalne	: 278.9700 g
Sód	: 2483.5000 mg
Sól	: 5.9381 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 36.6020 g
Glukoza	: 5.5108 g
Fruktoza	: 9.9751 g
Sacharoza	: 35.0670 g
Laktoza	: 11.3200 g
Skrobia	: 205.6000 g
Błonnik pokarmowy	: 27.4880 g
Udział Energii z białka	: 16.1500 %
Udział Energii z tłuszczów	: 30.3490 %
Udział Energii z węglowodanów	: 53.5010 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler, gorczyca

niedziela, 14 kwiecień 2024

## Śniadanie

herbata (herbata granulowana,woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (niedziela) (mąka pszenna,jaja) jaja, gluten	150 g
jajecznica ze szczypiorkiem (jaja, margaryna,szczypiorek) jaja	160 g
kielbasa żywiecka (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
pomidor	60 gram
liść sałaty zielonej	5 g

## Obiad

zupa grysikowa (porcja rosółowa,kasza manna,marchew,pietruszka,seler) gluten, seler	450 ml
schab gotowany (schab)	100 g
marchew oprószana (marchew,śmietana,mąka) mleko, gluten	
ziemniaki (ziemniaki)	300 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

## Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
pasta twarogowa z rzodkiewką 80g (twaróg ,rzodkiewka) mleko	80 g
szynka drobiowa (mięso drobiowe) soja	47 g
liść sałaty zielonej	5 g

## Posiłek nocy

deser owsianka (płatki owsiane,jogurt naturalny,owoce)	100 g
---	-------

Energia	: 2379.1000 kcal
Białko	: 128.9500 g
Tłuszcz	: 60.7410 g
Węglowodany przyswajalne	: 296.8600 g
Sód	: 2612.6000 mg
Sól	: 6.2671 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 26.1950 g
Glukoza	: 4.0419 g
Fruktoza	: 3.9231 g
Sacharoza	: 56.3950 g
Laktoza	: 8.0600 g
Skrobia	: 215.0900 g
Błonnik pokarmowy	: 28.0320 g
Udział Energii z białka	: 22.9250 %
Udział Energii z tłuszczów	: 24.2970 %
Udział Energii z węglowodanów	: 52.7780 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler

poniedziałek, 15 kwiecień 2024

wtorek, 16 kwiecień 2024

### Śniadanie

kawa zbożowa z mlekiem (mleko,kawa zbożowa) mleko, gluten	200 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
sałatka ryżowo-warzywna(śniadanie) (makaron, kukurydza,jogurt) mleko	50 g
szynka drobiowa (mięso drobiowe) soja	47 g
pomidor	60 gram
liść sałaty zielonej	5 g

### Obiad

zupa pomidorowa z lanym ciastem (przecier pomidorowy, jaja,mąka,marchew,pietruska,seler,olej) jaja, mleko, gluten, seler	450 ml
pień z kurczaka w sosie curry- duszona (mięso drobiowe,mleko,mąka) mleko, gluten	100 g
sał z kap pekińskiej z olejem ( kapusta pekińska, olej)	150 g
ziemniaki (ziemniaki)	300 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

### Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
pasztet kremowy (mięso wieprzowe, wątroba wieprzowa, kasza manna) mleko, gluten, soja	55 g
pomidor	80 gram
liść sałaty zielonej	5 g

### Posiłek nocy

pomarańcza	100 g
------------	-------

Energia	:	2152.3000 kcal
Białko	:	82.5270 g
Tłuszcz	:	72.0870 g
Węglowodany przyswajalne	:	279.2100 g
Sód	:	2210.6000 mg
Sól	:	5.5572 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	25.9160 g
Glukoza	:	6.9084 g
Fruktoza	:	7.5734 g
Sacharoza	:	34.6820 g
Laktoza	:	10.4700 g
Skrobia	:	209.9300 g
Błonnik pokarmowy	:	28.0450 g
Udział Energii z białka	:	15.7520 %
Udział Energii z tłuszczów	:	30.9570 %
Udział Energii z węglowodanów	:	53.2910 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler

### Śniadanie

herbata (herbata granulowana,woda)	250 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
jajko gotowane na miękko 1szt (jaja) jaja	50 g
pasta bułgarska (twaróg,jaja,koncentrat pomidorowy,szczypiorek) jaja, mleko	60 g
dżem porcjowy (truskawka)	25 g
liść sałaty zielonej	5 g

### Obiad

zupa dyniowa z mrożonki z grzankami (dynia mrożona, marchew,pietruska,seler,śmietana,mąka,olej) mleko, gluten, seler	450 ml
gulasz drobiowy- duszony (mięso drobiowe,mąka,śmietana) mleko, gluten	
kasza jęczmienna gotowana (kasza jęczmienna) gluten	
sałata zielona z sosem ogrodowym gorczyca	
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

### Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
kielbasa krakowska (mięso wieprzowe-peklowane,wędzone) gluten, soja	45 g
sałatka jarska z kurkumą (kolacja) (marchew,pietruska,seler) seler, gorczyca	80 g
szczypiorek	100

### Posiłek nocy

banan	100 g
-------	-------

Energia	:	2272.5000 kcal
Białko	:	81.3830 g
Tłuszcz	:	69.2490 g
Węglowodany przyswajalne	:	298.6300 g
Sód	:	1941.5000 mg
Sól	:	4.7049 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	26.1230 g
Glukoza	:	9.0342 g
Fruktoza	:	8.2431 g
Sacharoza	:	56.4410 g
Laktoza	:	5.4600 g
Skrobia	:	210.1200 g
Błonnik pokarmowy	:	26.9500 g
Udział Energii z białka	:	15.1880 %
Udział Energii z tłuszczów	:	29.0790 %
Udział Energii z węglowodanów	:	55.7330 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler, gorczyca

środa, 17 kwiecień 2024

## Śniadanie

kawa zbożowa z mlekiem (mleko,kawa zbożowa) mleko, gluten	200 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
indyk w galarecie 65g (drób,zelatyna)	60 g
pasta twarogowa z chrzanem (twaróg, chrzan, śmietana) mleko, dwutlenek siarki	60 g
pomidor	60 gram
liść sałaty zielonej	5 g

## Obiad

zupa brokułowa z ziemniakami (brokuły,marchew,pietruszk,seler,śmietana,mąka,olej) mleko, gluten, seler	450 ml
kopytka z tłuszczem i cukrem- gotowane jaja	
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

## Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
szynka drobiowa (mięso drobiowe) soja	47 g
sał z kap.pekińskiej,kukurydzy i jabłka (kapusta pekińska,jabłko,kukurydza,olej,musztarda) gorczyca	

## Posiłek nocy

mandarynka	80 gram
------------	---------

Energia	:	2444.2000 kcal
Białko	:	77.3030 g
Tłuszcz	:	60.9360 g
Węglowodany przyswajalne	:	362.9500 g
Sód	:	2373.8000 mg
Sól	:	4.7505 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	28.6140 g
Glukoza	:	4.9673 g
Fruktoza	:	5.2820 g
Sacharoza	:	46.8410 g
Laktoza	:	12.4000 g
Skrobia	:	284.1500 g
Błonnik pokarmowy	:	29.4750 g
Udział Energii z białka	:	13.3890 %
Udział Energii z tłuszczów	:	23.7470 %
Udział Energii z węglowodanów	:	62.8640 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, dwutlenek siarki, soja, seler, gorczyca

czwartek, 18 kwiecień 2024

## Śniadanie

herbata (herbata granulowana,woda)	250 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
kiełbasa żywiecka (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
twaróg ze szczypiorkiem (twaróg) mleko	60 g
sałata lodowa z sosem ogrodowym (sałata, musztarda, olej) gorczyca	

## Obiad

zupa koperkowa z ziemniakami (koper,marchew,pietruszk,seler,śmietana,mąka,olej) mleko, gluten, seler	450 ml
pulpet drobiowo wieprzowy- gotowany (mięso drobiowe, mięso wieprzowe, jaja, bułka pszenna) jaja, gluten	90 g
marchew oprószana (marchew,śmietana,mąka) mleko, gluten	
ziemniaki (ziemniaki)	300 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

## Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
kiełbasa krakowska (mięso wieprzowe-peklowane,wędzone) gluten, soja	45 g
pomidor	80 gram
liść sałaty zielonej	5 g

## Posiłek nocy

pomarańcza	100 g
------------	-------

Energia	:	2464.1000 kcal
Białko	:	128.6900 g
Tłuszcz	:	52.0900 g
Węglowodany przyswajalne	:	371.2000 g
Sód	:	2497.7000 mg
Sól	:	5.1350 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	27.0230 g
Glukoza	:	6.0849 g
Fruktoza	:	6.1666 g
Sacharoza	:	48.1930 g
Laktoza	:	4.5000 g
Skrobia	:	206.7000 g
Błonnik pokarmowy	:	80.3250 g
Udział Energii z białka	:	20.8540 %
Udział Energii z tłuszczów	:	18.9930 %
Udział Energii z węglowodanów	:	60.1530 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler, gorczyca

piątek, 19 kwiecień 2024

## Śniadanie

---

kawa zbożowa z mlekiem (mleko,kawa zbożowa) mleko, gluten	200 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
szynka drobiowa (mięso drobiowe) soja	47 g
ser żółty 40g (mleko) mleko	40 gram
pomidor	60 gram
liść sałaty zielonej	5 g

## Obiad

---

zupa rosół z lanym ciastem (porcja rosolowa,marchew,pietruszk,seler,jaja,mąka) jaja, gluten, seler	450 ml
ryba pieczona soute (filet rybny,mąka, olej) gluten	100 g
sos grecki gluten, seler	
sałata lodowa sosem ogrodowym gorczyca	
ziemniaki (ziemniaki)	300 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

## Kolacja

---

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
pasta jajeczna (jaja, musztarda) jaja, gorczyca	80 g
rzodkiewka-surówka (rzodkiewka)	30 g

## Posiłek nocy

---

deser owsianka (płatki owsiane,jogurt naturalny,owoce)	100 g
---	-------

---

Energia	: 2396.7000 kcal
Białko	: 107.9700 g
Tłuszcz	: 84.4130 g
Węglowodany przyswajalne	: 289.7700 g
Sód	: 2761.7000 mg
Sól	: 6.0899 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 30.7370 g
Glukoza	: 3.0750 g
Fruktoza	: 3.2824 g
Sacharoza	: 46.3600 g
Laktoza	: 12.4900 g
Skrobia	: 215.1800 g
Błonnik pokarmowy	: 24.6930 g
Udział Energii z białka	: 18.3720 %
Udział Energii z tłuszczów	: 32.3190 %
Udział Energii z węglowodanów	: 49.3080 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler, gorczyca