

piątek, 12 lipiec 2024

Śniadanie

kakao (mleko,kakao,cukier) mleko	200 ml
pieczywo pszenno- żytnie z rogałem (mąka pszenna,jaja) jaja, mleko, gluten	
masło (mleko)	10 g
twaróg waniliowy (twaróg) mleko	60 g
kielbasa-szynka prasowana (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
pomidor	60 gram
liść sałaty zielonej	5 g

Obiad

zupa barszcz z ziemniakami (burak, marchew,pietruszk,seler, śmietana 12%,mąka pszenna) mleko, gluten, seler	450 ml
ryba pieczona soute (filet rybny,mąka, olej) gluten	100 g
sał.z kap.pekińs.i marchwi z olej (kapusta pekińska,marchew,olej)	
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
ser żółty (mleko) mleko	50 gram
sałatka jarska z kurkumą (kolacja) (marchew,pietruszk,seler) seler, gorczyca	80 g
liść sałaty zielonej	5 g

Posiłek nocy

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

Energia	:	2692.6000 kcal
Białko	:	106.8500 g
Tłuszcz	:	80.3610 g
Węglowodany przyswajalne	:	348.4400 g
Sód	:	2670.1000 mg
Sól	:	6.6418 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	33.3750 g
Glukoza	:	6.9081 g
Fruktoza	:	11.2640 g
Sacharoza	:	67.7590 g
Laktoza	:	13.0500 g
Skrobia	:	239.7900 g
Błonnik pokarmowy	:	34.7250 g
Udział Energii z białka	:	16.7980 %
Udział Energii z tłuszczów	:	28.4250 %
Udział Energii z węglowodanów	:	54.7770 %

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

sobota, 13 lipiec 2024

Śniadanie

herbata (herbata granulowana, woda)	250 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
twaróg z koperkiem zielonym 60g (twaróg) mleko	60 g
dżem porcjowy (truskawka)	25 g
liść sałaty zielonej	5 g

Obiad

zupa brokułowa z ziemniakami (brokuły,marchew,pietruszk,seler,śmietana,mąka,olej) mleko, gluten, seler	450 ml
kaszotto dietetyczne z mięsa i jarzyn (kasza jęczmienna,mięso drobiowe, boczek, brokuły,marchew,seler,pietruszk) gluten, seler	
sos pomidorowy mleko, gluten, seler	
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
pomidor	80 gram
liść sałaty zielonej	5 g

Posiłek nocy

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

Energia	:	2234.5000 kcal
Białko	:	78.0060 g
Tłuszcz	:	64.3690 g
Węglowodany przyswajalne	:	284.9800 g
Sód	:	2041.0000 mg
Sól	:	4.8606 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	30.1800 g
Glukoza	:	6.4579 g
Fruktoza	:	6.6202 g
Sacharoza	:	58.1590 g
Laktoza	:	7.7720 g
Skrobia	:	197.3800 g
Błonnik pokarmowy	:	26.3770 g
Udział Energii z białka	:	15.3610 %
Udział Energii z tłuszczów	:	28.5210 %
Udział Energii z węglowodanów	:	56.1180 %

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

niedziela, 14 lipiec 2024

Śniadanie

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (niedziela) (mąka pszenna, jaja) jaja, gluten	150 g
masło (mleko)	10 g
kielbasa żywiecka (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
pasta KAROTKA (twaróg, marchew) mleko	60 g
rzodkiewka-surówka (rzodkiewka)	30 g
liść sałaty zielonej	5 g

Obiad

zupa grysikowa (porcja rosolowa, kasza manna, marchew, pietruszka, seler) gluten, seler	450 ml
bitki drobiowe w sosie (duszone) (mięso drobiowe, mleko, mąka) mleko, gluten	120 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
szynka drobiowa (mięso drobiowe) soja	47 g
sałata lodowa z warzywami (sałata lodowa, olej) gorczyca	50 g

Posiłek nocy

mus warzywny (przecier z jabłek, zielonego groszku, brokułów)	100 g
--	-------

Energia	:	2236.9000 kcal
Białko	:	90.3570 g
Tłuszcz	:	62.1590 g
Węglowodany przyswajalne	:	296.0300 g
Sód	:	2349.2000 mg
Sól	:	5.5708 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	25.4010 g
Glukoza	:	5.8206 g
Fruktoza	:	5.7130 g
Sacharoza	:	57.8730 g
Laktoza	:	5.4600 g
Skrobia	:	215.1100 g
Błonnik pokarmowy	:	27.9500 g
Udział Energii z białka	:	17.1700 %
Udział Energii z tłuszczów	:	26.5770 %
Udział Energii z węglowodanów	:	56.2530 %

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

poniedziałek, 15 lipiec 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
jajecznica (pacjenci 2 szt. jaj) (jaja, margaryna) jaja	110 g
kielbasa-szynka prasowana (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
pomidor	60 gram
liść sałaty zielonej	5 g

Obiad

zupa koperkowa z ziemniakami (koper, marchew, pietruszka, seler, śmietana, mąka, olej) mleko, gluten, seler	450 ml
gulasz z wątróbki drobiowej- duszony (wątroba drobiowa, mąka, śmietana) mleko, gluten	
ćwikła - gotowana (buraki)	130 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
pasta twarogowa z rzodkiewką 80g (twaróg, rzodkiewka) mleko	80 g
kielbasa żywiecka (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
liść sałaty zielonej	5 g

Posiłek nocy

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

Energia	:	2954.7000 kcal
Białko	:	162.4500 g
Tłuszcz	:	87.1590 g
Węglowodany przyswajalne	:	381.5300 g
Sód	:	2455.1000 mg
Sól	:	5.6208 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	39.0010 g
Glukoza	:	6.7096 g
Fruktoza	:	6.1662 g
Sacharoza	:	51.7620 g
Laktoza	:	13.1000 g
Skrobia	:	203.5900 g
Błonnik pokarmowy	:	78.6690 g
Udział Energii z białka	:	21.9500 %
Udział Energii z tłuszczów	:	26.4980 %
Udział Energii z węglowodanów	:	51.5520 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler

wtorek, 16 lipiec 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
ser topiony 1/3 mleko	33 gram
kielbasa żywiecka (mięso wieprzowe) gluten, soja	30 g
pomidor	60 gram

Obiad

zupa pomidorowa z makronem (przecier pomidorowy,makaron, marchew,pietruszka,seler,śmietana,olej) jaja, mleko, gluten, seler	450 ml
pieś z kurczaka w sosie curry- duszona (mięso drobiowe,mleko,mąka) mleko, gluten	100 g
brokuły z wody-gotowane (brokuł)	120 g
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
pieczeń wiedeńska (mięso wieprzowe,soja,gluten)	50g
pomidor	80 gram

Posiłek nocy

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

Energia	: 2242.1000 kcal
Białko	: 82.3700 g
Tłuszcz	: 76.2280 g
Węglowodany przyswajalne	: 286.8600 g
Sód	: 2374.7000 mg
Sól	: 5.7099 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 32.1380 g
Glukoza	: 5.2236 g
Fruktoza	: 5.6751 g
Sacharoza	: 44.2660 g
Laktoza	: 13.4900 g
Skrobia	: 209.8700 g
Błonnik pokarmowy	: 25.2430 g
Udział Energii z białka	: 15.2330 %
Udział Energii z tłuszczów	: 31.7180 %
Udział Energii z węglowodanów	: 53.0490 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler

środa, 17 lipiec 2024

Śniadanie

herbata (herbata granulowana,woda)	250 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
pasztet kremowy (mięso wieprzowe, wątroba wieprzowa, kasza manna) mleko, gluten, soja	55 g
jajko gotowane na miękko 1szt (jaja) jaja	50 g
rzodkiewka-surówka (rzodkiewka)	30 g
liść sałaty zielonej	5 g

Obiad

zupa selerowa z ziemniakami (seler, marchew, pietruszka, ziemniaki, śmietana, mąka) mleko, gluten, seler	450 ml
pulpet drobiowo wieprzowy- gotowany (mięso drobiowe, mięso wieprzowe, jaja, bułka pszenna) jaja, gluten	90 g
szpinak duszony (szpinak, śmietana, mąka) mleko, gluten	90 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
twaróg ze szczypiorkiem 80g (twaróg) mleko	80 g
pomidor	80 gram
liść sałaty zielonej	5 g

Posiłek nocy

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

Energia	: 2046.5000 kcal
Białko	: 86.0100 g
Tłuszcz	: 55.4660 g
Węglowodany przyswajalne	: 285.9500 g
Sód	: 1916.8000 mg
Sól	: 4.8250 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 23.2190 g
Glukoza	: 5.5735 g
Fruktoza	: 10.1590 g
Sacharoza	: 45.0730 g
Laktoza	: 5.4640 g
Skrobia	: 211.6300 g
Błonnik pokarmowy	: 29.0000 g
Udział Energii z białka	: 17.3140 %
Udział Energii z tłuszczów	: 25.1230 %
Udział Energii z węglowodanów	: 57.5630 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler

czwartek, 18 lipiec 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
kiełbasa żywiecka (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
ser żółty 40g (mleko) mleko	40 gram
cukinia pieczona (śn.)	
liść sałaty zielonej	5 g

Obiad

zupa jarzynowa z ziemniakami p/l (marchew,pietruska,seler, brokuły, brukselka,śmietana,mąka) mleko, gluten, seler	450 ml
udziec pieczony z kurczaka (udziec z kurczaka, olej)	150 g
sałata zielona ze śmietaną (sałata zielona, śmietana) mleko	
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
szynka drobiowa (mięso drobiowe) soja	47 g
sałatka z brokułów (kolacja) pacjenci (brokuły,jogurt,kukurydza kon.) mleko	80 g

Posiłek nocy

wafel zbożowy	1 szt
---------------	-------

Energia	: 2173.9000 kcal
Białko	: 96.6560 g
Tłuszcz	: 72.5230 g
Węglowodany przyswajalne	: 252.8000 g
Sód	: 2462.0000 mg
Sól	: 6.1098 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 34.4130 g
Glukoza	: 3.2096 g
Fruktoza	: 3.1269 g
Sacharoza	: 32.8690 g
Laktoza	: 11.2780 g
Skrobia	: 193.0400 g
Błonnik pokarmowy	: 25.9450 g
Udział Energii z białka	: 18.8550 %
Udział Energii z tłuszczów	: 31.8310 %
Udział Energii z węglowodanów	: 49.3140 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler