

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-10-21 poniedziałek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ciasto drożdżowe 50 g miód 25 g kakao 250 g jabłko 1 szt makaron na mleku 250 g		szczawiowa z jajkiem 350 g kotlet z piersi indyka 50 g Ziemniaki gotowane 170 g surówka z białej kapusty 100 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 355,1 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 352,3 suma cukrów prostych [g] 78,5 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,6
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ciasto drożdżowe 50 g miód 25 g kakao 250 g jabłko 1 szt makaron na mleku 250 g		grysikowa 350 g bitka z piersi indyka gotowana 90 g Ziemniaki gotowane 170 g surówka wielowarzynna z olejem 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 865,3 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 48,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1 Węglowodany ogółem [g] 287,5 suma cukrów prostych [g] 76,9 Sól [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,8
	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żołą (IV)	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pieprzowa z indyka 50 g herbata czarna 250 g jabłko parzone 200 g makaron na mleku 250 g		grysikowa 350 g bitka z piersi indyka gotowana 90 g Ziemniaki gotowane 170 g marchewka gotowana 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g herbata czarna 250 g Zacierki na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 781,7 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 45,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Węglowodany ogółem [g] 263,1 suma cukrów prostych [g] 75,2 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,1
	Z ogra łatwo przysw węgli (CUKRZYCOWA)	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g indyk z pasieki 30 g ser żółty 30 g jabłko 1 szt herbata czarna 250 g ziemniaczana 250 g	wafle 20 g	grysikowa 350 g bitka z piersi indyka gotowana 90 g Ziemniaki gotowane 120 g surówka wielowarzynna z olejem 100 g kompot 250 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 50 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 180,8 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 55,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4 Węglowodany ogółem [g] 343 suma cukrów prostych [g] 53,2 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 50,7

2024-10-21 poniedziałek	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g kompot 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ciasto drożdżowe 50 g miód 25 g kakao 250 g jabłko 1 szt makaron na mleku 150 g		szczawiowa z jajkiem 350 g kotlet z piersi indyka 50 g Ziemniaki gotowane 170 g surówka z białej kapusty 100 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g Zacierki na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 407,4 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 73,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 Węglowodany ogółem [g] 357,9 suma cukrów prostych [g] 81 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,7
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ciasto drożdżowe 50 g miód 25 g kakao 250 g jabłko 1 szt makaron na mleku 250 g		grysikowa 350 g bitka z piersi indyka gotowana 90 g Ziemniaki gotowane 170 g surówka wielowarzynna z olejem 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g Zacierki na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 099,8 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 55,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Węglowodany ogółem [g] 318,1 suma cukrów prostych [g] 89,3 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,4
	Podstawowa P1 (IV - DZI)	masło śmietankowe 5 g pieczywo mieszane 50 g miód 25 g kakao 250 g jabłko 1 szt makaron na mleku 150 g budyń na mleku 150 g		grysikowa 350 g kotlet z piersi indyka 50 g Ziemniaki gotowane 100 g surówka z białej kapusty 100 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g Ser biały 50 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g Zacierki na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 178,2 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 64,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Węglowodany ogółem [g] 320,1 suma cukrów prostych [g] 91 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	masło śmietankowe 5 g bułka wrocławska 30 g miód 25 g kakao 250 g jabłko 1 szt makaron na mleku 150 g budyń na mleku 150 g		grysikowa 350 g bitka z piersi indyka gotowana 60 g Ziemniaki gotowane 100 g surówka wielowarzynna z olejem 100 g kompot 250 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g Ser biały 50 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g Zacierki na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 720,5 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 44 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Węglowodany ogółem [g] 257,3 suma cukrów prostych [g] 86,9 Sól [g] 3,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,5

2024-10-22 wtorek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g kiełbasa krakowska 50 g ser żółty 30 g rukola 10 g herbata czarna 250 g płatki jęczmiennne na mleku 250 g		ogórkowa 350 g Udko kurczaka duszone 120 g ryż na sypko 160 g surówka z kapusty pekińskiej 100 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ogonówka 50 g pomidor 60 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 207,7 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 83,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 280,2 suma cukrów prostych [g] 40,4 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,9
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g kiełbasa krakowska 50 g ser topiony 50 g rukola 10 g herbata czarna 250 g płatki jęczmiennne na mleku 250 g		ziemniaczana na soku 350 g udko kurczaka gotowane 120 g ryż na sypko 160 g surówka z kapusty pekińskiej 100 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ogonówka 50 g pomidor 60 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 879 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 78,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Węglowodany ogółem [g] 213,9 suma cukrów prostych [g] 39,6 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 16,5
	Łatwostrawna z ogr subst. pobudz. wydzi. soku żółt (IV)	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g kiełbasa krakowska 50 g herbata czarna 250 g płatki jęczmiennne na mleku 250 g jabłko parzone 200 g		ziemniaczana na soku 350 g udko kurczaka gotowane 120 g Ziemniaki gotowane 170 g marchewka gotowana 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ogonówka 50 g Płatki owsiane na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 875,9 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 68,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 77,6 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,2
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g kiełbasa krakowska 50 g ser topiony 50 g rukola 10 g herbata czarna 250 g ziemniaczana 250 g	jabłko 1 szt	ziemniaczana na soku 350 g udko kurczaka gotowane 120 g Ziemniaki gotowane 120 g surówka z kapusty pekińskiej 100 g kompot 250 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ogonówka 50 g pomidor 60 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 175 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 80,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 294,5 suma cukrów prostych [g] 50,4 Sól [g] 9,3 Błonnik pokarmowy [g] 45,2

2024-10-22 wtorek	Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g kompot 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g kielbasa krakowska 50 g rukola 10 g herbata czarna 250 g płatki jęczmiennne na mleku 250 g		ogórkowa 350 g Udko kurczaka duszone 120 g ryż na sypko 160 g surówka z kapusty pekińskiej 100 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ogonówka 50 g pomidor 60 g Płatki owsiane na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 333,8 Białko ogółem [g] 100,4 Tłuszcz [g] 83 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Węglowodany ogółem [g] 309,8 suma cukrów prostych [g] 52,8 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,6
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g kielbasa krakowska 50 g ser topiony 50 g rukola 10 g herbata czarna 250 g płatki jęczmiennne na mleku 250 g		ziemniaczana na soku 350 g udko kurczaka gotowane 120 g ryż na sypko 160 g surówka z kapusty pekińskiej 100 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ogonówka 50 g pomidor 60 g Płatki owsiane na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 100,5 Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 85,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Węglowodany ogółem [g] 243,5 suma cukrów prostych [g] 52,1 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 18,2
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g kielbasa krakowska 50 g ser żółty 30 g rukola 10 g herbata czarna 250 g płatki jęczmiennne na mleku 150 g	jabłko parzone 100 g	ogórkowa 350 g Udko kurczaka duszone 120 g ryż na sypko 80 g surówka z kapusty pekińskiej 100 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g pasztecik drobiowy 50 szt	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g ogonówka 50 g pomidor 60 g Płatki owsiane na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 965,6 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 79,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 Węglowodany ogółem [g] 230,9 suma cukrów prostych [g] 51,9 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,3
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g kielbasa krakowska 50 g ser żółty 30 g rukola 10 g herbata czarna 250 g płatki jęczmiennne na mleku 150 g	jabłko parzone 100 g	ziemniaczana na soku 350 g udko kurczaka gotowane 120 g ryż na sypko 80 g surówka z kapusty pekińskiej 100 g kompot 250 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g pasztecik drobiowy 50 szt	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g ogonówka 50 g pomidor 60 g Płatki owsiane na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 651,2 Białko ogółem [g] 87,8 Tłuszcz [g] 67,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 180,8 suma cukrów prostych [g] 50,9 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 17

2024-10-23 środa	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g jajko gotowane 60 g pieprzowa z indyka 50 g ogórek kwaszony 50 g sałata 5 g kasza manna na mleku 250 g herbata czarna 250 g		fasolowa z suchej fasoli 350 g klopsiki 50 g sos pomidorowy 100 g kasza gryczana na sypko 160 g surówka z buraka i cebuli 100 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g jogurt naturalny 150 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 159,8 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 318,2 suma cukrów prostych [g] 46 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,6
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g jajko gotowane 60 g pieprzowa z indyka 50 g ogórek kwaszony 50 g sałata 5 g kasza manna na mleku 250 g herbata czarna 250 g		barszcz biały I. 350 g pulpety w sosie własnym 50 g sos pomidorowy 100 g kasza jęczmienna na sypko 160 g surówka z buraków i jabłka 150 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g jogurt naturalny 150 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 885,9 Białko ogółem [g] 83,1 Tłuszcz [g] 61,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4 Węglowodany ogółem [g] 261,7 suma cukrów prostych [g] 55,1 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,9
	Łatwostrawna z ogr subst. pobudz. wydzi. soku żółt (IV)	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pieprzowa z indyka 50 g jabłko parzone 200 g kasza manna na mleku 250 g herbata czarna 250 g		barszcz biały I. 350 g pulpety w sosie własnym 50 g sos pomidorowy 100 g Ziemniaki gotowane 170 g buraki gotowane 150 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g ryż na mleku 250 g jogurt naturalny 150 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 877,7 Białko ogółem [g] 83,6 Tłuszcz [g] 56,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Węglowodany ogółem [g] 270,1 suma cukrów prostych [g] 78,6 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,5
	Z ogra łatwo przysw. węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g jajko gotowane 60 g pieprzowa z indyka 50 g ogórek kwaszony 50 g sałata 5 g ziemniaczana 250 g herbata czarna 250 g	chrupki kukurydziane 20 g	barszcz biały I. 350 g pulpety w sosie własnym 50 g sos pomidorowy 50 g kasza jęczmienna na sypko 80 g surówka z buraków i jabłka 100 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ser żółty 20 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g jogurt naturalny 150 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 174,6 Białko ogółem [g] 89,4 Tłuszcz [g] 64,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18 Węglowodany ogółem [g] 332,5 suma cukrów prostych [g] 42,1 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 46,9

2024-10-23 środa	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g kompot 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g jajko gotowane 60 g pieprzowa z indyka 50 g ogórek kwaszony 50 g sałata 5 g kasza manna na mleku 250 g herbata czarna 250 g		fasolowa z suchej fasoli 350 g klopsiki 50 g sos pomidorowy 100 g kasza gryczana na sypkko 160 g surówka z buraka i cebuli 100 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g jogurt naturalny 150 szt ryż na mleku 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 373,3 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 66,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Węglowodany ogółem [g] 350,1 suma cukrów prostych [g] 58,3 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,2
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g jajko gotowane 60 g pieprzowa z indyka 50 g ogórek kwaszony 50 g sałata 5 g kasza manna na mleku 250 g herbata czarna 250 g		barszcz biały I. 350 g pulpety w sosie własnym 50 g sos pomidorowy 100 g kasza jęczmienna na sypkko 160 g surówka z buraków i jabłka 150 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g jogurt naturalny 150 szt ryż na mleku 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 099,4 Białko ogółem [g] 93,3 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 293,7 suma cukrów prostych [g] 67,4 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,5
	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g jajko gotowane 60 g pieprzowa z indyka 30 g ogórek kwaszony 50 g sałata 5 g kasza manna na mleku 150 g herbata czarna 250 g	chrupki kukurydziane 20 g	fasolowa z suchej fasoli 350 g klopsiki 50 g sos pomidorowy 50 g kasza gryczana na sypkko 80 g surówka z buraka i cebuli 100 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g ser żółty 20 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g ryż na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 909,7 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 56,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 267,6 suma cukrów prostych [g] 46,5 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska 60 g masło śmietankowe 5 g jajko gotowane 60 g pieprzowa z indyka 30 g ogórek kwaszony 50 g sałata 5 g kasza manna na mleku 150 g herbata czarna 250 g	chrupki kukurydziane 20 g	barszcz biały I. 350 g klopsiki 50 g sos pomidorowy 50 g kasza jęczmienna na sypkko 80 g surówka z buraków i jabłka 100 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g indyk z pasieki 30 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g ryż na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 690,8 Białko ogółem [g] 83,9 Tłuszcz [g] 54,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 225,7 suma cukrów prostych [g] 49,3 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,4

2024-10-24 czwartek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z sera białego i ryby 100 g sałata 5 g jabłko 1 szt herbata czarna 250 g Platki owsiane na mleku 250 g		pomidorowa z makaronem 350 g karkówka duszona 100 g surówka z marchwi, ogórka i cebuli 100 g kompot 250 g Ziemniaki gotowane 170 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt pomidor 60 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 108,9 Białko ogółem [g] 93,3 Tłuszcz [g] 72,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8 Węglowodany ogółem [g] 286,1 suma cukrów prostych [g] 65 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z sera białego i ryby 100 g sałata 5 g jabłko 1 szt kawa zbożowa na mleku 250 ml Platki owsiane na mleku 250 g		pomidorowa z makaronem 350 g Schab gotowany 90 g surówka z marchwi i jabłka 150 g Ziemniaki gotowane 170 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt pomidor 60 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 749,2 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 53,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4 Węglowodany ogółem [g] 235,2 suma cukrów prostych [g] 73,2 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,1
	Łatwostrawna z ogr subst. pobudz. wydzi. soku żółt (IV)	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pieprzowa z indyka 50 g jabłko parzone 200 g herbata czarna 250 g Platki owsiane na mleku 250 g		ziemniaczana 350 g Schab gotowany 90 g marchewka gotowana 150 g Ziemniaki gotowane 170 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 798,5 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 49,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4 Węglowodany ogółem [g] 256,3 suma cukrów prostych [g] 75,8 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,2
	Z ogra łatwo przysw. węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z sera białego i ryby 100 g sałata 5 g jabłko 1 szt herbata czarna 250 g ziemniaczana 250 g	wafle 20 g	pomidorowa z makaronem 350 g Schab gotowany 90 g surówka z marchwi i jabłka 100 g Ziemniaki gotowane 120 g kompot 250 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Parówka drobiowa 30 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt pomidor 60 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 202 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 58,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 Węglowodany ogółem [g] 343 suma cukrów prostych [g] 58,6 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 48,8

2024-10-24 czwartek	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g kompot 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z sera białego i ryby 100 g sałata 5 g jabłko 1 szt herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 250 g		pomidorowa z makaronem 350 g karkówka duszona 100 g surówka z marchwi, ogórka i cebuli 100 g kompot 250 g Ziemniaki gotowane 170 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt pomidor 60 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 303,4 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 78 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Węglowodany ogółem [g] 313,3 suma cukrów prostych [g] 77,4 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,9
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z sera białego i ryby 100 g sałata 5 g jabłko 1 szt kawa zbożowa na mleku 250 ml Płatki owsiane na mleku 250 g		pomidorowa z makaronem 350 g Schab gotowany 90 g surówka z marchwi i jabłka 150 g Ziemniaki gotowane 170 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt pomidor 60 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 943,7 Białko ogółem [g] 105,2 Tłuszcz [g] 58,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 262,5 suma cukrów prostych [g] 85,6 Sól [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g pasta z sera białego i ryby 60 g sałata 5 g jabłko 1 szt herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 150 g	wafle 20 g	pomidorowa z makaronem 350 g karkówka duszona 70 g surówka z marchwi, ogórka i cebuli 100 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g Parówka drobiowa 30 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g pasztecik drobiowy 50 szt pomidor 60 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 774,7 Białko ogółem [g] 75,2 Tłuszcz [g] 64,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 236,6 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,8
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g pasta z sera białego i ryby 60 g sałata 5 g jabłko 1 szt herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 150 g	wafle 20 g	pomidorowa z makaronem 350 g Schab gotowany 50 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot 250 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g Parówka drobiowa 30 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g pasztecik drobiowy 50 szt pomidor 60 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 459,5 Białko ogółem [g] 69,6 Tłuszcz [g] 49,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4 Węglowodany ogółem [g] 194,8 suma cukrów prostych [g] 68,4 Sól [g] 3,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,5

2024-10-25 piątek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z jajek 80 g sałata 5 g ser topiony 50 g pomidor 60 g kasza manna na mleku 250 g		ryżanka 350 g ryba smażona 70 g Ziemniaki gotowane 170 g sos grecki 100 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 50 g dżem 50 g jabłko 1 szt herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 329,4 Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 85,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 318 suma cukrów prostych [g] 77,9 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,9
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z jajek 80 g sałata 5 g ser topiony 50 g pomidor 60 g kasza manna na mleku 250 g		ryżanka 350 g ryba gotowana 80 g Ziemniaki gotowane 170 g surówka z kapusty kwaszonej 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 50 g dżem 50 g jabłko 1 szt herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 893,1 Białko ogółem [g] 87,2 Tłuszcz [g] 67,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 244,3 suma cukrów prostych [g] 73 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,7
	Łatwostrawna z ogr subst. pobudz. wydzi. soku żółt (IV)	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pieprzowa z indyka 50 g jabłko parzone 200 g herbata czarna 250 g kasza manna na mleku 250 g		ryżanka 350 g ryba gotowana 80 g Ziemniaki gotowane 170 g sos warzywny 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 896,8 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 57,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Węglowodany ogółem [g] 268,7 suma cukrów prostych [g] 74,9 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,5
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z jajek 50 g sałata 5 g ser topiony 50 g pomidor 60 g ziemniaczana 200 g	wafle ryżowe 20 g	ryżanka 350 g ryba gotowana 80 g Ziemniaki gotowane 120 g surówka z kapusty kwaszonej 100 g kompot 250 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ser żółty 30 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 50 g jabłko 1 szt herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 274,3 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 332,2 suma cukrów prostych [g] 49,1 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 46,3

2024-10-25 piątek	Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g kompot 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3	
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z jajek 50 g salata 5 g ser topiony 50 g pomidor 60 g kasza manna na mleku 250 g	ryżanka 350 g ryba smażona 70 g Ziemniaki gotowane 120 g sos grecki 100 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 50 g dżem 30 g jabłko 1 szt herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 384,1 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 86,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Węglowodany ogółem [g] 324,9 suma cukrów prostych [g] 82,6 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,9	
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z jajek 80 g salata 5 g ser topiony 50 g pomidor 60 g kasza manna na mleku 250 g		ryżanka 350 g ryba gotowana 80 g Ziemniaki gotowane 170 g surówka z kapusty kwaszonej 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 50 g dżem 50 g jabłko 1 szt herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 087,6 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 73,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Węglowodany ogółem [g] 271,5 suma cukrów prostych [g] 85,3 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,9
	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g pasta z jajek 50 g salata 5 g ser topiony 50 g pomidor 60 g kasza manna na mleku 150 g	wafle ryżowe 20 g	ryżanka 350 g ryba smażona 50 g Ziemniaki gotowane 100 g sos grecki 100 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g ser żółty 30 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g Ser biały 40 g dżem 30 g jabłko 1 szt herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 121,8 Białko ogółem [g] 83,9 Tłuszcz [g] 79,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 282,9 suma cukrów prostych [g] 72,7 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 29
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g pasta z jajek 50 g salata 5 g ser topiony 50 g pomidor 60 g kasza manna na mleku 150 g	wafle ryżowe 20 g	ryżanka 350 g ryba gotowana 70 g Ziemniaki gotowane 100 g surówka z kapusty kwaszonej 100 g kompot 250 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g indyk z pasieki 30 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g Ser biały 40 g dżem 30 g jabłko 1 szt herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 732,9 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 223,8 suma cukrów prostych [g] 66,4 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,5

2024-10-26 sobota	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g kiełbasa krakowska 50 g kapusta pekińska 100 g miód 25 g Płatki owsiane na mleku 250 g herbata czarna 250 g		jarzynowa 350 g gulasz wieprzowy 70 g makaron gotowany 160 g surówka z buraka i cebuli 100 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ser topiony 50 g pomidor 60 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 281,5 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 77,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Węglowodany ogółem [g] 320,6 suma cukrów prostych [g] 50,2 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,1
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g kiełbasa krakowska 50 g kapusta pekińska 100 g miód 25 g Płatki owsiane na mleku 250 g herbata czarna 250 g		jarzynowa I. 350 g bitka wieprzowa gotowana 80 g makaron gotowany 160 g surówka z buraków i jabłka 100 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ser topiony 50 g pomidor 60 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 026,8 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 70,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Węglowodany ogółem [g] 261,6 suma cukrów prostych [g] 51 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,3
	Łatwostrawna z ogr subst. pobudz. wydzi. soku żółt (IV)	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g kiełbasa krakowska 50 g jabłko parzone 200 g Płatki owsiane na mleku 250 g herbata czarna 250 g		jarzynowa I. 350 g bitka wieprzowa gotowana 80 g Ziemniaki gotowane 170 g buraki gotowane 100 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pieprzowa z indyka 50 g herbata czarna 250 g makaron na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 913,2 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Węglowodany ogółem [g] 250,1 suma cukrów prostych [g] 76,3 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 23
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g kiełbasa krakowska 50 g kapusta pekińska 100 g ziemniaczana 200 g herbata czarna 250 g	chrupki kukurydziane 20 g	jarzynowa I. 350 g bitka wieprzowa gotowana 80 g Ziemniaki gotowane 120 g surówka z buraków i jabłka 100 g kompot 250 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g indyk z pasieki 30 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ser topiony 50 g pomidor 60 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 221,2 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 309,1 suma cukrów prostych [g] 46 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 47,1

2024-10-26 sobota	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g kompot 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g kiełbasa krakowska 50 g kapusta pekińska 100 g Płatki owsiane na mleku 250 g herbata czarna 250 g		jarzynowa 350 g gulasz wieprzowy 70 g makaron gotowany 160 g surówka z buraka i cebuli 100 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ser topiony 50 g pomidor 60 g herbata czarna 250 g makaron na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 422,7 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 83 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Węglowodany ogółem [g] 332,4 suma cukrów prostych [g] 62 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g kiełbasa krakowska 50 g kapusta pekińska 100 g miód 25 g Płatki owsiane na mleku 250 g herbata czarna 250 g		jarzynowa I. 350 g bitka wieprzowa gotowana 80 g makaron gotowany 160 g surówka z buraków i jabłka 100 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ser topiony 50 g pomidor 60 g herbata czarna 250 g makaron na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 247,8 Białko ogółem [g] 108,8 Tłuszcz [g] 76 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 293,3 suma cukrów prostych [g] 63,3 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 22
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g kiełbasa krakowska 50 g kapusta pekińska 100 g Płatki owsiane na mleku 150 g herbata czarna 250 g	chrupki kukurydziane 20 g	jarzynowa 350 g gulasz wieprzowy 50 g makaron gotowany 80 g surówka z buraka i cebuli 100 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g indyk z pasieki 30 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g ser topiony 50 g pomidor 60 g herbata czarna 250 g makaron na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 935,5 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 72,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Węglowodany ogółem [g] 248,3 suma cukrów prostych [g] 51,5 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,7
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g kiełbasa krakowska 50 g kapusta pekińska 100 g Płatki owsiane na mleku 150 g herbata czarna 250 g	chrupki kukurydziane 20 g	jarzynowa I. 350 g bitka wieprzowa gotowana 50 g makaron gotowany 80 g surówka z buraków i jabłka 100 g kompot 250 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g indyk z pasieki 30 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g ser topiony 50 g pomidor 60 g herbata czarna 250 g makaron na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 720,7 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 66,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 203,3 suma cukrów prostych [g] 52,6 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,9

2024-10-27 niedziela	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ogonówka 50 g rzodkiew 50 g Ser biały 70 g ryż na mleku 250 g herbata czarna 250 g		zacierkowa 350 g kotlet z piersi indyka 50 g Ziemniaki gotowane 170 g surówka z białej kapusty 100 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g jajko gotowane 60 g ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 071,3 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 286,9 suma cukrów prostych [g] 50,4 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ogonówka 50 g rzodkiew 50 g Ser biały 70 g ryż na mleku 250 g herbata czarna 250 g		zacierkowa 350 g bitka z piersi indyka gotowana 100 g Ziemniaki gotowane 170 g marchewka gotowana 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g jajko gotowane 60 g ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 810,5 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 51,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Węglowodany ogółem [g] 244,9 suma cukrów prostych [g] 61,8 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,7
	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółt (IV)	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ogonówka 50 g jabłko parzone 200 g ryż na mleku 250 g herbata czarna 250 g		zacierkowa 350 g bitka z piersi indyka gotowana 100 g Ziemniaki gotowane 170 g marchewka gotowana 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pieprzowa z indyka 50 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 771,2 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 45,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Węglowodany ogółem [g] 260,6 suma cukrów prostych [g] 75,3 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ogonówka 50 g rzodkiew 50 g Ser biały 70 g ziemniaczana 200 g herbata czarna 250 g	wafle ryżowe 20 g	zacierkowa 350 g bitka z piersi indyka gotowana 100 g Ziemniaki gotowane 120 g marchewka gotowana 100 g kompot 250 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Parówka drobiowa 30 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g jajko gotowane 60 g ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 118,8 Białko ogółem [g] 102,9 Tłuszcz [g] 56,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5 Węglowodany ogółem [g] 323,4 suma cukrów prostych [g] 40,5 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 46,7

2024-10-27 niedziela	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g kompot 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ogonówka 50 g rzodkiew 50 g Ser biały 70 g ryż na mleku 250 g herbata czarna 250 g		zacierkowa 350 g kotlet z piersi indyka 50 g Ziemniaki gotowane 170 g surówka z białej kapusty 100 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g jajko gotowane 60 g ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 265,8 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 72 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 314,1 suma cukrów prostych [g] 62,8 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,6
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ogonówka 50 g rzodkiew 50 g Ser biały 70 g ryż na mleku 350 g herbata czarna 250 g		zacierkowa 350 g bitka z piersi indyka gotowana 100 g Ziemniaki gotowane 170 g marchewka gotowana 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g jajko gotowane 60 g ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 350 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 973,7 Białko ogółem [g] 113,1 Tłuszcz [g] 55,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 Węglowodany ogółem [g] 268,6 suma cukrów prostych [g] 71,6 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,5
	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g ogonówka 30 g rzodkiew 50 g Ser biały 50 g ryż na mleku 150 g herbata czarna 250 g	wafle ryżowe 20 g	zacierkowa 350 g kotlet z piersi indyka 50 g Ziemniaki gotowane 100 g surówka z białej kapusty 100 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g Parówka drobiowa 30 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g jajko gotowane 60 g ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 975,8 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 264 suma cukrów prostych [g] 51,9 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,2
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g ogonówka 30 g rzodkiew 50 g Ser biały 50 g ryż na mleku 150 g herbata czarna 250 g	wafle ryżowe 20 g	zacierkowa 350 g bitka z piersi indyka gotowana 80 g Ziemniaki gotowane 100 g marchewka gotowana 150 g kompot 250 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g Parówka drobiowa 30 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g jajko gotowane 60 g ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 556,8 Białko ogółem [g] 85,3 Tłuszcz [g] 47,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 209 suma cukrów prostych [g] 51,2 Sól [g] 4,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,4