

piątek, 17 maj 2024

sobota, 18 maj 2024

Śniadanie

herbata (herbata granulowana,woda)	250 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
ser żółty 40g (mleko) mleko	40 gram
jajko gotowane na miękko 1szt (jaja) jaja	50 g
pomidor	60 gram
liść sałaty zielonej	5 g

Obiad

zupa grysikowa (porcja rosolowa,kasza manna,marchew,pietruszk,seler) gluten, seler	450 ml
ryba pieczona soute (filet rybny,mąka, olej) gluten	100 g
sos grecki gluten, seler	
brokuły z wody-gotowane (brokuł)	120 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 burakiem pieczonym (twaróg,burak,chrzan, jogurt) mleko, dwutlenek siarki	60 g
rzodkiewka-surówka (rzodkiewka)	30 g
liść sałaty zielonej	5 g

Posiłek nocy

pomarańcza	100 g
------------	-------

Energia	: 2155.2000 kcal
Białko	: 107.2200 g
Tłuszcz	: 57.6370 g
Węglowodany przyswajalne	: 305.3100 g
Sód	: 2066.8000 mg
Sól	: 5.0306 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 25.1140 g
Glukoza	: 4.9757 g
Fruktoza	: 5.3046 g
Sacharoza	: 46.7900 g
Laktoza	: 4.4200 g
Skrobia	: 207.7100 g
Błonnik pokarmowy	: 41.5310 g
Udział Energii z białka	: 19.7750 %
Udział Energii z tłuszczów	: 23.9170 %
Udział Energii z węglowodanów	: 56.3080 %

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

Śniadanie

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
kielbasa żywiecka (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
twaróg ze szczypiorkiem 60g (twaróg) mleko	60 g
miód porcjowy (miód)	1 szt
liść sałaty zielonej	5 g

Obiad

zupa koperkowa z ziemniakami (koper,marchew,pietruszk,seler,śmietana,mąka,olej) gluten, seler	450 ml
gulasz drobiowy- duszony (mięso drobiowe,mąka,śmietana) mleko, gluten	
makaron gotowany (II danie) (mąka pszenna, jaja) jaja, gluten	
sur z rzepy jabłka i marchwi (rzepa,marchew,jabłko,olej)	110 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
kielbasa krakowska (mięso wieprzowe-peklowane,wędzone) gluten, soja	45 g
ser topiony 1/2 mleko	50 gram
liść sałaty zielonej	5 g

Posiłek nocy

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

Energia	: 2689.5000 kcal
Białko	: 121.1100 g
Tłuszcz	: 67.5230 g
Węglowodany przyswajalne	: 404.8700 g
Sód	: 2492.1000 mg
Sól	: 5.6513 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 35.2600 g
Glukoza	: 4.8294 g
Fruktoza	: 5.8510 g
Sacharoza	: 58.8350 g
Laktoza	: 5.4800 g
Skrobia	: 213.8000 g
Błonnik pokarmowy	: 74.4390 g
Udział Energii z białka	: 17.8660 %
Udział Energii z tłuszczów	: 22.4110 %
Udział Energii z węglowodanów	: 59.7230 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler

niedziela, 19 maj 2024

Śniadanie

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (niedziela) (mąka pszenna, jaja) jaja, gluten	150 g
masło (mleko)	10 g
pasta jajeczna (jaja, musztarda) jaja, gorczyca	80 g
szynka drobiowa (mięso drobiowe) soja	47 g
pomidor	60 gram
liść sałaty zielonej	5 g

Obiad

zupa pomidorowa z ryżem (przecier pomidorowy, ryż, marchew, pietruszka, seler, śmietana, olej) seler	450 ml
schab gotowany (schab)	100 g
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
kielbasa krakowska (mięso wieprzowe-peklowane, wędzone) gluten, soja	45 g
sałata lodowa z warzywami (sałata lodowa, olej) gorczyca	50 g

Posiłek nocy

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

Energia	: 2038.6000 kcal
Białko	: 96.0540 g
Tłuszcz	: 48.7520 g
Węglowodany przyswajalne	: 271.3400 g
Sód	: 2382.5000 mg
Sól	: 5.7132 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 22.2880 g
Glukoza	: 3.8273 g
Fruktoza	: 4.2007 g
Sacharoza	: 50.1920 g
Laktoza	: 2.7080 g
Skrobia	: 200.1200 g
Błonnik pokarmowy	: 27.0430 g
Udział Energii z białka	: 20.1330 %
Udział Energii z tłuszczów	: 22.9920 %
Udział Energii z węglowodanów	: 56.8740 %

Alergeny: jaja, gluten, soja, seler, gorczyca

poniedziałek, 20 maj 2024

Śniadanie

kakao (mleko, kakao, cukier) mleko	200 ml
pieczywo pszenno-żytnie z rogałem (mąka pszenna, jaja) jaja, mleko, gluten	150 g
masło (mleko)	10 g
twaróg truskawkowy (twaróg, truskawki) mleko	60 g
kielbasa krakowska (mięso wieprzowe-peklowane, wędzone) gluten, soja	45 g
pomidor	60 gram
liść sałaty zielonej	5 g

Obiad

zupa dyniowa z mrożonki z grzankami (dynia mrożona, marchew, pietruszka, seler, śmietana, mąka, olej) gluten, seler	450 ml
udziec pieczony z kurczaka (udziec z kurczaka, olej)	150 g
sałata zielona z sosem ogrodowym gorczyca	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
szynka drobiowa (mięso drobiowe) soja	47 g
sałatka jarska z kurkumą (kolacja) (marchew, pietruszka, seler) seler, gorczyca	80 g
liść sałaty zielonej	5 g

Posiłek nocy

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

Energia	: 2466.9000 kcal
Białko	: 100.4200 g
Tłuszcz	: 63.8930 g
Węglowodany przyswajalne	: 338.7200 g
Sód	: 2518.8000 mg
Sól	: 6.0996 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 26.4260 g
Glukoza	: 8.0441 g
Fruktoza	: 7.3915 g
Sacharoza	: 71.4710 g
Laktoza	: 12.6400 g
Skrobia	: 228.3400 g
Błonnik pokarmowy	: 29.4720 g
Udział Energii z białka	: 17.2270 %
Udział Energii z tłuszczów	: 24.6630 %
Udział Energii z węglowodanów	: 58.1100 %

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

wtorek, 21 maj 2024

środa, 22 maj 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 żółty 40g (mleko) mleko	40 gram
kielbasa-szynka prasowana (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
rzodkiewka-surówka (rzodkiewka)	30 g
liść sałaty zielonej	5 g

Obiad

zupa selerowa z ziemniakami (seler, marchew, pietruszka, ziemniaki, śmietana, mąka) gluten, seler	450 ml
potrawka z kurczaka- duszona (kurczak,mieszanka warzywna,cebula,śmietana,mąka) mleko, gluten, seler	
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
sałatka z brokułów (kolacja) pacjenci (brokuły,jogurt,kukurydza kon.) mleko	80 g

Posiłek nocy

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

Energia	:	2130.6000 kcal
Białko	:	86.4140 g
Tłuszcz	:	67.5150 g
Węglowodany przyswajalne	:	271.1500 g
Sód	:	2470.7000 mg
Sól	:	6.0225 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	32.0890 g
Glukoza	:	3.5040 g
Fruktoza	:	3.0730 g
Sacharoza	:	36.1440 g
Laktoza	:	10.5000 g
Skrobia	:	206.5900 g
Błonnik pokarmowy	:	26.9090 g
Udział Energii z białka	:	16.9620 %
Udział Energii z tłuszczów	:	29.8170 %
Udział Energii z węglowodanów	:	53.2220 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler

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 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 rosół z makaronem (porcja rosółowa,marchew,pietruszka, seler ,makaron) jaja, 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
pasta twarogowa kurkuma 80g (twaróg,jaja, kurkuma) jaja, mleko	80 g
pomidor	80 gram
liść sałaty zielonej	5 g

Posiłek nocy

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

Energia	:	2483.8000 kcal
Białko	:	117.8400 g
Tłuszcz	:	75.8510 g
Węglowodany przyswajalne	:	300.7200 g
Sód	:	5924.8000 mg
Sól	:	5.5295 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	33.9670 g
Glukoza	:	5.0703 g
Fruktoza	:	5.1612 g
Sacharoza	:	47.9500 g
Laktoza	:	15.2200 g
Skrobia	:	215.9800 g
Błonnik pokarmowy	:	28.7230 g
Udział Energii z białka	:	19.9990 %
Udział Energii z tłuszczów	:	28.9650 %
Udział Energii z węglowodanów	:	51.0360 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler

czwartek, 23 maj 2024

Śniadanie

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna, mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
indyk w galarecie 65g (drób, żelatyna)	60 g
pasta twarogowa z chrzanem (twaróg, chrzan, śmietana) mleko, dwutlenek siarki	60 g
pomidor	60 gram

Obiad

zupa krupnik z ziemniakami (kasza jęczmienna, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, olej słonecz.) gluten, seler	450 ml
bitki wieprzowe- duszone(w sosie) (mięso wieprzowe, mąka, mleko) 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
kiełbasa krakowska (mięso wieprzowe-peklowane, wędzone) gluten, soja	45 g
sałata lodowa z warzywami (sałata lodowa, olej) gorczyca	50 g

Posiłek nocy

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

Energia	:	2233.6000 kcal
Białko	:	90.2110 g
Tłuszcz	:	63.4260 g
Węglowodany przyswajalne	:	274.2600 g
Sód	:	2048.3000 mg
Sól	:	4.4003 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	28.4580 g
Glukoza	:	2.8489 g
Fruktoza	:	2.9367 g
Sacharoza	:	50.0590 g
Laktoza	:	5.0380 g
Skrobia	:	205.1300 g
Błonnik pokarmowy	:	26.8910 g
Udział Energii z białka	:	17.7870 %
Udział Energii z tłuszczów	:	28.1380 %
Udział Energii z węglowodanów	:	54.0760 %

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