

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,pietruszka,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	:	2290.2000 kcal
Białko	:	111.6300 g
Tłuszcz	:	68.2640 g
Węglowodany przyswajalne	:	308.7000 g
Sód	:	2076.2000 mg
Sól	:	5.0541 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	25.8520 g
Glukoza	:	6.2820 g
Fruktoza	:	6.4672 g
Sacharoza	:	47.2200 g
Laktoza	:	4.4200 g
Skrobia	:	207.8700 g
Błonnik pokarmowy	:	45.2170 g
Udział Energii z białka	:	19.4500 %
Udział Energii z tłuszczów	:	26.7620 %
Udział Energii z węglowodanów	:	53.7880 %

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
kiełbasa 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,pietruszka,seler,śmietana,mąka,olej) mleko, 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
kiełbasa 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	:	2839.4000 kcal
Białko	:	137.8000 g
Tłuszcz	:	77.0700 g
Węglowodany przyswajalne	:	404.3700 g
Sód	:	2585.6000 mg
Sól	:	5.9359 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	37.2370 g
Glukoza	:	4.6057 g
Fruktoza	:	5.6536 g
Sacharoza	:	58.5850 g
Laktoza	:	5.6600 g
Skrobia	:	213.7900 g
Błonnik pokarmowy	:	74.2150 g
Udział Energii z białka	:	19.2580 %
Udział Energii z tłuszczów	:	24.2330 %
Udział Energii z węglowodanów	:	56.5090 %

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) mleko, 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
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	:	2054.3000 kcal
Białko	:	96.3310 g
Tłuszcz	:	50.5170 g
Węglowodany przyswajalne	:	271.2400 g
Sód	:	2402.2000 mg
Sól	:	5.7632 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	23.3550 g
Glukoza	:	3.6782 g
Fruktoza	:	4.0692 g
Sacharoza	:	50.0250 g
Laktoza	:	3.0680 g
Skrobia	:	200.1100 g
Błonnik pokarmowy	:	26.8940 g
Udział Energii z białka	:	20.0170 %
Udział Energii z tłuszczów	:	23.6190 %
Udział Energii z węglowodanów	:	56.3640 %

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

poniedziałek, 20 maj 2024

### Śniadanie

kakao (mleko, kakao, cukier) mleko	200 ml
pieczywo pszenno-żytnie z rogalcem (mąka pszenna, jaja) jaja, mleko, gluten	150 g
masło (mleko)	10 g
twaróg truskawkowy (twaróg, truskawki) mleko	60 g
kiełbasa 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) mleko, gluten, seler	450 ml
udziec pieczony z kurczaka (udziec z kurczaka, olej)	150 g
sałata zielona z sosem ogrodowym gorczyca	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
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	:	2527.6000 kcal
Białko	:	100.5400 g
Tłuszcz	:	70.6580 g
Węglowodany przyswajalne	:	338.6200 g
Sód	:	2521.9000 mg
Sól	:	6.1075 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	27.8250 g
Glukoza	:	7.8950 g
Fruktoza	:	7.2600 g
Sacharoza	:	71.3040 g
Laktoza	:	13.0000 g
Skrobia	:	228.3300 g
Błonnik pokarmowy	:	29.3230 g
Udział Energii z białka	:	16.8090 %
Udział Energii z tłuszczów	:	26.5790 %
Udział Energii z węglowodanów	:	56.6120 %

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
kiełbasa-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) mleko, 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	:	2186.3000 kcal
Białko	:	91.0070 g
Tłuszcz	:	69.0590 g
Węglowodany przyswajalne	:	274.9500 g
Sód	:	2482.2000 mg
Sól	:	6.0513 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	32.7030 g
Glukoza	:	4.8849 g
Fruktoza	:	4.3014 g
Sacharoza	:	36.6570 g
Laktoza	:	10.6800 g
Skrobia	:	206.7500 g
Błonnik pokarmowy	:	30.6700 g
Udział Energii z białka	:	17.4560 %
Udział Energii z tłuszczów	:	29.8050 %
Udział Energii z węglowodanów	:	52.7390 %

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
kiełbasa 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	:	2482.3000 kcal
Białko	:	117.7800 g
Tłuszcz	:	75.8340 g
Węglowodany przyswajalne	:	300.4900 g
Sód	:	5924.5000 mg
Sól	:	5.5288 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	33.9620 g
Glukoza	:	4.9957 g
Fruktoza	:	5.0954 g
Sacharoza	:	47.8670 g
Laktoza	:	15.2200 g
Skrobia	:	215.9700 g
Błonnik pokarmowy	:	28.6480 g
Udział Energii z białka	:	20.0000 %
Udział Energii z tłuszczów	:	28.9740 %
Udział Energii z węglowodanów	:	51.0260 %

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
pastę twarogową 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.) mleko, 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	:	2249.3000 kcal
Białko	:	90.4880 g
Tłuszcz	:	65.1910 g
Węglowodany przyswajalne	:	274.1700 g
Sód	:	2068.0000 mg
Sól	:	4.4503 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	29.5240 g
Glukoza	:	2.6997 g
Fruktoza	:	2.8051 g
Sacharoza	:	49.8930 g
Laktoza	:	5.3980 g
Skrobia	:	205.1200 g
Błonnik pokarmowy	:	26.7420 g
Udział Energii z białka	:	17.6960 %
Udział Energii z tłuszczów	:	28.6860 %
Udział Energii z węglowodanów	:	53.6180 %

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