

Jadłospis dekadowy od 22-07-2024 do 31-07-2024



Samodzielny Publiczny Zakład Opieki
Zdrowotnej w Kępnie

63-600 Kępno ul. Szpitalna 7
627827300

SZPITAL w Kępnie NIP: 6191827089 REGON: 000308548

Poniedziałek 22-07-2024

Dieta: 1 Dieta podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 651,8500 kcal

Obiad

Zupa z fasolki szparagowej na wyw.mięs. 250g *(1, 7, 9), Kotlet schabowy smażony 120g *(1, 3), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100g *(10), ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 834,2900 kcal

Kolacja

Ser twarogowy półtłusty z kop. i rzodkiewką 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Pomidory 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 485,5500 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: 12 Dieta papkowata

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Kiełbasa szynkowa wieprzowa rozdrobniona 50g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Marchew gotowana z wody 100g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 704,4900 kcal

Obiad

Zupa selerowa z grzankami 250g *(1, 7, 9), Spaghetti 260g *(1, 3), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 713,0500 kcal

Kolacja

Ser twarogowy półtł.z koperkiem 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Brokuł z wody 100g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 513,4700 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: 14 Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Jajko gotowane 60g *(3), Masło 20g *(7), Bułka grahamka 50g *(1), Brokuł z wody 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 621,3500 kcal

Obiad

Zupa selerowa na wyw. mięs.z grzankami 250g *(1, 7, 9), Karkówka gotowana 100g, Marchew gotowana z wody 100g, Ziemniaki 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 538,4800 kcal

Kolacja

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Twaróg półtłusty 100g *(7), Oleje Roślinne Rafinowane, Masło 20g *(7), Bułka pszenna 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 698,5500 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7), Dżem truskawkowy niskosłodzony 50g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 200,1000 kcal

Dieta: 2Ch Dieta łatwostrawna (chirurgia)

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 730,8500 kcal

Obiad

Zupa selerowa na wyw. mięs. z grzankami 250g *(1, 7, 9), Spaghetti 250g *(1, 3), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 688,1500 kcal

Kolacja

Ser twarogowy półtł. z kop. i rzodkiewką 80g *(7), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory 50g, Rzodkiewka 10g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 566,5000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: 3 Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 639,2100 kcal

Obiad

Zupa selerowa na wyw. jarzy.z grzankami 250g *(1, 7, 9), Spaghetti 260g *(1, 3), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 713,0500 kcal

Kolacja

Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory b/skórki 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 492,1600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g, Sucharki Popularne *(1, 3, 6)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 228,4000 kcal

Dieta: 3/6in Dieta łatwostr. z ogr. tł. i ł. przysw. węgl.

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 730,8500 kcal

Dodatek 6 In.S

Polędwica drobiowa 20g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Sałata zielona 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 301,3600 kcal

Obiad

Zupa selerowa na wyw. jarz. 250g *(1, 7, 9), Spaghetti 260g *(1, 3), Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 637,0500 kcal

Kolacja

Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 482,6600 kcal

Dodatek 6 In.K

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: 6 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 741,2500 kcal

Obiad

Zupa selerowa na wyw. jarz. 250g *(1, 7, 9), Spaghetti 250g *(1, 3), Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 612,1500 kcal

Kolacja

Ser twarogowy półtłu z koperkiem i rzodkiewką 75g *(7), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 515,8500 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 6 in Dieta z ogr. ł. przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 660,8500 kcal

Dodatek 6 In.S

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 8g *(7), Chleb graham 50g *(1), Sałata zielona 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 233,8400 kcal

Obiad

Zupa selerowa na wyw.mięś. 250g *(1, 7, 9), Spaghetti 260g *(1, 3), Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 612,1500 kcal

Kolacja

Ser twarogowy półtł z kope i rzodkiewką 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 499,0500 kcal

Dodatek 6 In.K

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C1.. Dieta podstawowa dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb razowy 80g *(1), Pomidory 100g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 50g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 560,4500 kcal

Obiad

Zupa z fasolki szparagowej na wyw.mięś. 250g *(1, 7, 9), Kotlet schabowy smażony 100g *(1, 3), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g *(10), ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 688,5000 kcal

Dodatek Podwieczorku

Budyń 220g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 122,0000 kcal

Kolacja

Ser twarogowy półtł.z kopi rzodkiewką 80g *(7), Masło 20g *(7), Chleb razowy 120g *(1), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 559,9900 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Bułka grahamka 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 318,6600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dieta: C2 Dieta łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Zupa mleczna 285g *(1, 7), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb razowy 80g *(1), Pomidory 100g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 50g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 578,7500 kcal

Obiad

Zupa selerowa na wyw.mięś. 250g *(1, 7, 9), Spaghetti 260g *(1, 3), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 645,9000 kcal

Dodatek Podwieczorku

Budyń 220g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 122,0000 kcal

Kolacja

Ser twarogowy półtł z kopi rzodkiewką 80g *(7), Masło 20g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 591,4900 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 8g *(7), Sałata zielona 20g, Bułka grahamka 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 251,3400 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dieta: C2dz Dieta łatwostrawna mat. karmiąca (dzie)

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 691,3500 kcal

Obiad

Zupa selerowa na wyw. mięs z grzankami 250g *(1, 7, 9), Spaghetti 260g *(1, 3), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 712,1500 kcal

Dodatek Podwieczorku

Budyń 220g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 122,0000 kcal

Kolacja

Ser twarogowy półtł z koperkiem i rzodkiewką 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Pomidory 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 525,0500 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dieta: C2I Dieta łatwostrawna dla kobiet w okr. laktacji

Śniadanie

Zupa mleczna 285g *(1, 7), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Masło 17g *(7), Chleb razowy 80g *(1), Pomidory 100g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 50g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 659,1500 kcal

Obiad

Zupa jarzynowa na wyw. mięs. 250g *(1, 7, 9), Kotlet schabowy 100g *(1, 3, 7), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 825,0600 kcal

Dodatek Podwieczorku

Budyń 220g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 122,0000 kcal

Kolacja

Ser twarogowy półtł z kop i rzodkiewką 100g *(7), Masło 20g *(7), Chleb razowy 120g *(1), Pomidory 50g, Herbata czarna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 611,9900 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Bułka grahamka 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 318,6600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dieta: C3 Z ogr. ł.przysw.węglow./dla k.w ciąży lub w okr. laktacji

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 727,0500 kcal

Obiad

Zupa selerowa na wyw.mięś. 250g *(1, 7, 9), Spaghetti 260g *(1, 3), Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 586,3500 kcal

Dodatek Podwieczorku

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Chleb graham 100g *(1), Sałata zielona 20g, Masło 8g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 345,3400 kcal

Kolacja

Ser twarogowy półtł z koperkiem 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 504,6200 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: GL Dieta bezglutenowa

Śniadanie

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g, Ser żółty 42g *(7), Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 100g, Sałata zielona 20g, Papryka czerwona 50g, Mleko Surowe 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 697,7600 kcal

Obiad

Zupa selerowa GLna wyw.jarz. *(9), Spaghetti GL 240g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 751,5500 kcal

Kolacja

Polędwida wieprzowa parzona 50g, Twaróg półtłusty 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 100g, Pomidory 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 539,7600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7), Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 153,8000 kcal

Dieta: ML Dieta bezmleczna

Śniadanie

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Margaryna roślinna 17g, Sałata zielona 20g, Chleb żytni 100g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 643,3900 kcal

Obiad

Zupa selerowa na wyw.mies. *(9), Spaghetii GL 240g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 751,5500 kcal

Dodatek Podwieczorku

Biszkopty 20g *(1, 3), Kisiel owocowy 220g *(1)

Wartości odżywcze:

Kolacja

Polędwica drobiowa 60g *(1, 3, 6, 9, 10), Margaryna roślinna 17g, Chleb żytni 100g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Pomidory 100g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 585,0900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dieta: P11 Dieta bezglutenowa(dzieci)

Śniadanie

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Ser żółty 20g *(7), Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 100g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 456,8600 kcal

Obiad

Zupa selerowa na wyw.mięś *(9), Spaghetii GL 240g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 751,5500 kcal

Dodatek Podwieczorku

kisiel b-glutenowy 220g *(5, 6, 8), Biszkopty bezglutenowe 20g *(3)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 71,6000 kcal

Kolacja

Polędwida wieprzowa parzona 50g, Twaróg półtł 40g *(7), Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 100g, Pomidory 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 472,5600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dieta: P12 Dieta bezgl. i bezml dla dz.i mł

Śniadanie

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Margaryna roślinna 17g, Chleb bezglutenowy 100g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 479,8900 kcal

Obiad

Zupa selerowa na wyw mięs. *(9), Spaghetii GL 240g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 751,5500 kcal

Dodatek Podwieczorku

kisiel b-glutenowy 220g *(5, 6, 8), Biszkopty bezglutenowe 20g *(3)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 71,6000 kcal

Kolacja

Połudwida wieprzowa parzona 50g, Margaryna roślinna 17g, Chleb bezglutenowy 100g, Pomidory 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 419,1900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dieta: P15 Bezmleczna(dzieci)

Śniadanie

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Margaryna roślinna 17g, Sałata zielona 20g, Chleb żytni 100g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 643,3900 kcal

Obiad

Zupa selerowa na wyw mięs. *(9), Spaghetii 240g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 751,5500 kcal

Dodatek Podwieczorku

Biszkopty 20g *(1, 3), Kisiel owocowy 220g *(1)

Wartości odżywcze:

Kolacja

Połudwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Margaryna roślinna 17g, Chleb żytni 100g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Pomidory 100g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 573,4900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dieta: P2 Dieta łatwostrawna (dzieci)

Śniadanie

Zupa mleczna 180g *(1, 7), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 8g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem 180g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 426,4800 kcal

Obiad

Zupa selerowa na wyw. mięs. 250g *(1, 7, 9), Spaghetti 200g *(1, 3), Sok owocowy 180g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 617,9000 kcal

Dodatek Podwieczorku

Budyń 150g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 61,0000 kcal

Kolacja

Ser twarogowy półtł z kopi rzodkiewką 50g *(7), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Pomidory 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 375,3000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dieta: P3 Dieta częściowo rozdrobniona (dzieci)

Śniadanie

Zupa mleczna 180g *(1, 7), Kielbasa szynkowa wieprzowa 30g, Masło. 8g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), seler gotowana 80g *(9), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 405,6600 kcal

Obiad

Zupa selerowa na wyw. mięs 150g *(9), Spaghetti 130g *(1, 3), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 370,3000 kcal

Dodatek Podwieczorku

Budyń 130g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 79,3000 kcal

Kolacja

Twaróg półtłusty 40g *(7), Masło. 8g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Marchew gotowana z wody 100g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 323,2000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dieta: WE Wegetariańska

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, Serek topiony trójkąt 25g *(7), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Chleb żytni 50g 50g *(1), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 775,1000 kcal

Obiad

Zupa selerowa z grzankami na wyw jarz. 250g *(1, 7, 9), makaron z dorszem gotowanym 260g *(1, 3, 4), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 580,3500 kcal

Dodatek Podwieczorku

Budyń 220g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 122,0000 kcal

Kolacja

Ser twarogowy półtł z koperkiem 100g *(7), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Rzodkiewka 10g, Chleb żytni 50g 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 575,3200 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: 1 Dieta podstawowa

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Ogonówka 45g, Masło 17g *(7), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7), Chleb mieszany 100g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 895,4500 kcal

Obiad

Zupa pieczarkowa z makar. na wyw.mięś 250g *(1, 3, 7, 9), Bitka wieprzowa duszona w sosie 130g *(1), Kasza jęczmienna 180g *(1, 5, 11), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Kalafior 130g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 770,0500 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 417,6600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: 12 Dieta papkowata

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Ogonówka rozdrobiona 45g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), seler gotowana 80g *(9), Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 816,5500 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wyw.mięś. 250g *(9), Karkówka gotowana rozdrobniona w sosie 130g *(1), Kalafior 130g *(7), ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 741,7300 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 399,1600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: 14 Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Ogonówka 20g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 502,1100 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wywarze mięs.-warzy z natką 250g *(9), Karkówka gotowana 75g, Ziemniaki .z koperkiem 100g *(7), Marchew gotowana z wody 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 400,1200 kcal

Kolacja

Kleik z kaszki mannej na wodzie 220g *(1, 3, 6), Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło. 8g *(7), Bułka pszenna 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 476,9100 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Budyń 220g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 122,0000 kcal

Dieta: 2Ch Dieta łatwostrawna (chirurgia)

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Ogonówka 45g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 974,4500 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wyw mięs 250g *(9), Bitka wieprzowa duszona w sosie 120g *(1), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Kalafior 130g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 625,5800 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 496,6600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: 3 Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Ogonówka 45g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Pomidory b/skórki 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 784,4100 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wyw warz. 250g *(9), Schab duszony 120g *(1), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 604,7800 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Marchew gotowana 100g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 513,1600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: 3/6in Dieta łatwostr. z ogr. tł. i ł. przysw. węgl.

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Ogonówka 45g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona

20g, Rzodkiewka 10g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 772,3600 kcal

Dodatek 6 In.S

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 30g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Pomidory b/skórki 20g, Sałata zielona 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 326,3600 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wyw. warz 250g *(9), ziemniaki 220g, sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Woda Mineralna, Schab duszony 70g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 450,6300 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Marchew gotowana 100g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 535,3000 kcal

Dodatek 6 In.K

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 6 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Ogonówka 45g, Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 904,4500 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wyw.warz. 250g *(9), Bitka wieprzowa duszona w sosie 120g *(1), Kalafior 130g, sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), ziemniaki 220g, Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 586,4800 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 426,6600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 6 in Dieta z ogr. ł. przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Ogonówka 45g, Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 904,4500 kcal

Dodatek 6 In.S

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 30g, Masło 17g *(7), Chleb graham 50g *(1), Sałata zielona 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 285,7600 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wyw. mięs 250g *(9), Bitka wieprzowa duszona w sosie 120g *(1), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Kalafior 130g, ziemniaki 220g, Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 586,4800 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 426,6600 kcal

Dodatek 6 In.K

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C1.. Dieta podstawowa dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Zacierka na mleku 285g *(1, 3, 7), Ogonówka 45g, Masło 17g *(7), Chleb razowy 80g *(1), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 200g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 708,8500 kcal

Obiad

Zupa pieczarkowa z makaronem na wyw. mięs 250g *(1, 3, 7, 9), Bitka wieprzowa duszona w sosie 120g *(1), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Kalafior 130g, Kasza jęczmienna 180g *(1, 5, 11), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 731,8100 kcal

Dodatek Podwieczorku

Twaróg półtłusty 20g *(7), Masło. 8g *(7), Bułka grahamka 50g *(1), Sałata zielona 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 226,9400 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 20g *(7), Chleb razowy 120g *(1), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 493,7000 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C2 Dieta łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Zacierka na mleku 285g *(1, 3, 7), Ogonówka 45g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 200g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 823,4500 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wyw. mięs 250g *(9), Bitka wieprzowa duszona w sosie 120g *(1), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Kalafior 130g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 625,5800 kcal

Dodatek Podwieczorku

Twaróg półtłusty 20g *(7), Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 244,4400 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 20g *(7), Chleb razowy 120g *(1), Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Herbata czarna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 493,7000 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C2dz Dieta łatwostrawna mat. karmiąca (dzie)

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Ogonówka 45g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 822,5500 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wyw mięs 250g *(9), Bitka wieprzowa w sosie 120g *(1), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 628,7800 kcal

Dodatek Podwieczorku

Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 50g *(1), Twaróg półtłusty 20g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 244,4400 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 457,1600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C2I Dieta łatwostrawna dla kobiet w okr. laktacji

Śniadanie

Zacierka na mleku 285g *(1, 3, 7), Ogonówka 45g, Masło 17g *(7), Chleb razowy 80g *(1), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 200g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 708,8500 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wyw mięs 250g *(9), Bitka wieprzowa w sosie 120g *(1), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 592,8100 kcal

Dodatek Podwieczorku

Twaróg półtłusty 40g *(7), Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g, Bułka grahamka 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 260,5400 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Jajko gotowane 60g *(3), Masło 20g *(7), Chleb razowy 120g *(1), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 574,1000 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C3 Z ogr. ł.przysw.węglow./dla k.w ciąży lub w okr. laktacji

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Ogonówka 45g, Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 859,4500 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wyw mięs 250g *(9), Bitka wieprzowa w sosie 120g *(1), Kalafior 130g, sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), ziemniaki 220g, Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 549,5800 kcal

Dodatek Podwieczorku

Twaróg półtłusty 20g *(7), Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g, Bułka grahamka 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 226,9400 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 426,6600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: GL Dieta bezglutenowa

Śniadanie

Ogonówka 45g, Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 66g, Mleko Surowe 2% *(7), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 718,4800 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wyw.mięs 250g *(9), Schab gotowany 70g, sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), ziemniaki 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 665,5900 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 100g, Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 413,6600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: ML Dieta bezmleczna

Śniadanie

Ogonówka 45g, Margaryna roślinna 17g, Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 50g *(1), Papryka czerwona 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 492,3900 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wyw mięs 250g *(9), Schab gotowany 70g, Sałata zielona 20g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 586,4000 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Bułka pszenna 100g *(1), Marchew gotowana 100g, Margaryna roślinna 17g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 515,4900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Bułka pszenna 50g *(1), Rzodkiewka 10g, Margaryna Roślinna, Kiełbasa szynkowa wieprzowa 30g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 318,0400 kcal

Dieta: P11 Dieta bezglutenowa(dzieci)

Śniadanie

Ogonówka 45g, Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 66g, Rzodkiewka 10g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 459,1300 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wyw mięs 250g *(9), Schab gotowany 70g, sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Sok owocowy 200g, ziemniaki 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 526,6300 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 30g, Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 66g, Sałata zielona 20g, Pomidory

50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 318,2800 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: P12 Dieta bezgl. i bezml dla dz.i ml

Śniadanie

Ogonówka 45g, Chleb bezglutenowy 66g, Margaryna roślinna 17g, Papryka czerwona 50g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 475,9100 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wyw mięs 250g *(9), Bitka wieprzowa b/glutenu 120g, Marchew gotowana 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 580,5000 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 30g, Chleb bezglutenowy 66g, Margaryna roślinna 17g, Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 318,1100 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Banan 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 95,0000 kcal

Dieta: P15 Bezmleczna(dzieci)

Śniadanie

Ogonówka 45g, Margaryna roślinna 17g, Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 50g *(1), Papryka czerwona 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 492,3900 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wyw mięs 250g *(9), Schab gotowany 70g, Sałata zielona 20g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 586,4000 kcal

Dodatek Podwieczorku

Biszkopty 20g *(1, 3), Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 30g, Bułka pszenna 100g *(1), Marchew gotowana 100g, Margaryna roślinna 17g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 500,0900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Polędwica drobiowa 30g *(1, 3, 6, 9, 10), Bułka pszenna 50g *(1), Rzodkiewka 10g, Margaryna Roślinna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 310,2400 kcal

Dieta: P2 Dieta łatwostrawna (dzieci)

Śniadanie

Zacierka na mleku 180g *(1, 3, 7), Ogonówka 50g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem 200g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 763,3500 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wyw mięs 250g *(9), Bitka wieprzowa w sosie 120g *(1), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Kalafior 130g, ziemniaki 180g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 614,4800 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 30g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 433,9600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: P3 Dieta częściowo rozdrobniona (dzieci)

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Twaróg 40g *(7), Masło. 8g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Marchew i seler 100g *(1, 9), Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 519,1900 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wyw mięs 180g *(9), Schab gotowany rozdrobniony 60g, Mieszanka warzywna 80g, ziemniaki puree 150g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 459,0400 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa rozdrobniona 30g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło. 8g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Marchew gotowana 100g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 290,8000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: WE Wegetariańska

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7), Dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, Ser twarogowy 50g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 896,8600 kcal

Obiad

Zupa jarzynowa na wyw warz 250g *(9), Ryba po grecku 160g *(1, 3, 4, 7, 9, 10), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 1.011,1800 kcal

Dodatek Podwieczorku

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 65,8000 kcal

Kolacja

Pasta jajeczna 80g *(3, 10), Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 553,9100 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: 1 Dieta podstawowa

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Pomidory 100g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 645,7500 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem 250g *(9, 10), Kotlet z fileta kurczaka smażony 100g *(1, 3), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), ziemniaki puree 220g *(7), Sok wielowocowy 180g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 824,7000 kcal

Kolacja

Kielbasa łopatkowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Chleb żytni 100g *(1), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 518,5600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 12 Dieta papkowata

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Kielbasa szynkowa wieprzowa mielona 50g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), seler gotowana 80g *(9), Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 686,2500 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Kurczak gotowany rozdrobniony 160g *(1), Marchew gotowana 100g, Sok wielowocowy 180g, ziemniaki puree 220g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 701,2000 kcal

Kolacja

Jajecznica na parze 80g *(3), Kielbasa łopatkowa mielona 50g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Brokuł z wody 100g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 660,6000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 14 Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Ser twarogowy 100g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Masło 17g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 592,2100 kcal

Obiad

Kurczak gotowany miksowany 200g *(1), Marchew i seler oprószone 100g *(1, 9), Ziemniaki 100g, Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 581,2300 kcal

Kolacja

Budyń 220g *(7), Jajko gotowane 60g *(3), Bułka pszenna 50g *(1), Masło 17g *(7), Oleje Roślinne Rafinowane

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 566,0600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 2Ch Dieta łatwostrawna (chirurgia)

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Bułka pszenna 100g *(1), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 741,2500 kcal

Obiad

Kurczak gotowany w białym sosie 160g *(1), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), ziemniaki 220g, Sok wielowocowy 250g, Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 777,3800 kcal

Kolacja

Kielbasa łopatkowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Bułka pszenna 100g *(1), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 597,5600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 3 Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Bułka pszenna 100g *(1), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 609,6100 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wyw warz 250g *(9), Kurczak gotowany 150g, ziemniaki 220g, Marchew i seler gotowane 100g *(9), Sok wielowocowy 180g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 605,5000 kcal

Kolacja

Jajecznica na parze 80g *(3), Kielbasa łopatkowa 50g, Bułka pszenna 100g *(1), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 700,1000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 3/6in Dieta łatwostr. z ogr. tł. i ł. przysw. węgl.

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Kielbasa szynkowa wieprzowa 40g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna

100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 625,9100 kcal

Dodatek 6 In.S

Polędwica drobiowa 20g *(1, 3, 6, 9, 10), Bułka pszenna 50g *(1), Sałata zielona 20g, Masło 8g *(7), Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 308,0400 kcal

Obiad

Zupa ryżowa na wyw warz 250g *(9), Kurczak gotowany 150g, ziemniaki 220g, Woda Mineralna, Marchew i seler gotowane 100g *(9)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 531,5000 kcal

Kolacja

Jajecznica na parze 60g *(3), Kielbasa łopatkowa 20g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 595,6600 kcal

Dodatek 6 In.K

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 6 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 671,2500 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mies 250g *(9, 10), Kurczak gotowany w białym sosie 160g *(1), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), ziemniaki 220g, Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 682,3800 kcal

Kolacja

Jajko gotowane 60g *(3), Kielbasa łopatkowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 527,5600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 6 in Dieta z ogr. ł. przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 610,2500 kcal

Dodatek 6 In.S

Polędwica drobiowa 20g *(1, 3, 6, 9, 10), Sałata zielona 20g, Chleb graham 100g *(1), Masło 17g *(7), Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 451,8600 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Kurczak gotowany w białym sosie 160g *(1), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), ziemniaki 220g, Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 682,3800 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 527,5600 kcal

Dodatek 6 In.K

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C1.. Dieta podstawowa dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 285g *(1, 7), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Chleb razowy 80g *(1), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 651,0500 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Kotlet z fileta kurczaka smażony 100g *(1, 3), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 786,3200 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Chleb razowy 120g *(1), Masło 20g *(7), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 594,6000 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C2 Dieta łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 285g *(1, 7), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Chleb razowy 80g *(1), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 651,0500 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mies 250g *(9, 10), Kurczak gotowany w białym sosie 160g *(1), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), ziemniaki 220g, Sok wieloowocowy 180g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 750,7800 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Chleb razowy 120g *(1), Masło 20g *(7), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 613,1000 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C2dz Dieta łatwostrawna mat. karmiąca (dzie)

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 701,7500 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mies 250g *(9, 10), Kurczak gotowany w białym sosie 160g *(1), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 758,3800 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Jajko gotowane 60g *(3), Kiełbasa łopatkowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 558,0600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C2I Dieta łatwostrawna dla kobiet w okr. laktacji

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 285g *(1, 7), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Chleb razowy 80g *(1), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 641,5500 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Kurczak gotowany w białym sosie 160g *(1), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), ziemniaki 220g, Sok wieloowocowy 180g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 750,7800 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Chleb razowy 120g *(1), Masło 20g *(7), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 594,6000 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C3 Z ogr. ł.przysw.węglow./dla k.w ciąży lub w okr. laktacji

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 671,2500 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Kurczak gotowany w białym sosie 160g *(1), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 758,3800 kcal

Dodatek Podwieczorku

Polędwica drobiowa 20g *(1, 3, 6, 9, 10), Bułka grahamka 50g *(1), Masło 8g *(7), Sałata zielona 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 216,5400 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 527,5600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: GL Dieta bezglutenowa

Śniadanie

Twaróg 80g *(7), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 100g, Ogórek zielony 50g, Papryka czerwona 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 553,9600 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wywa mięs 250g *(9, 10), Kurczak gotowany 100g, Surówka z marchwi i selera 200g *(9), ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 755,1000 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 100g, Sałata zielona 20g, Pomidory 100g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 529,5600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: ML Dieta bezmleczna

Śniadanie

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Bułka pszenna 100g *(1), Margaryna roślinna 17g, Pomidory 100g, Papryka czerwona 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 537,8900 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Kurczak gotowany 130g, Surówka z marchwi i selera 200g *(9), ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 731,4700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Kisiel 220g *(1), Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 60g, Jajko gotowane 60g *(3), Margaryna roślinna 17g, Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 615,8900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: P11 Dieta bezglutenowa(dzieci)

Śniadanie

Twaróg 20g *(7), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 66g, Pomidory 100g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 389,7800 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Kurczak gotowany 80g, Surówka z marchwi i selera 200g *(9), ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 640,5700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 30g, Jajko gotowane 60g *(3), Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 66g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 397,5800 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: P12 Dieta bezgl. i bezml dla dz.i mł

Śniadanie

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Margaryna roślinna 17g, Chleb bezglutenowy 66g, Pomidory 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 342,0100 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Kurczak gotowany 80g, Surówka z marchwi i selera 200g *(9), Ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 640,5700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Biszkopty bezglutenowe 20g *(3), kisiel b-glutenowy 220g *(5, 6, 8)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 71,6000 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 30g, Jajko gotowane 60g *(3), Margaryna roślinna 17g, Chleb bezglutenowy 66g, Sałata zielona 20g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 397,4100 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: P15 Bezmleczna(dzieci)

Śniadanie

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Bułka pszenna 100g *(1), Margaryna roślinna 17g, Pomidory 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 504,9900 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Kurczak gotowany 70g, Surówka z marchwi i selera 200g *(9), ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 609,9700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Kisiel 220g *(1), Biszkopty 20g *(1, 3)

Wartości odżywcze:

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Margaryna roślinna 17g, Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 597,3900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: P2 Dieta łatwostrawna (dzieci)

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 180g *(1, 7), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 594,7500 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mies 250g *(9, 10), Kurczak gotowany w białym sosie 120g *(1), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), ziemniaki 150g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 612,0300 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Jajko gotowane 60g *(3), Kielbasa łopatkowa 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 451,0600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: P3 Dieta częściowo rozdrobniona (dzieci)

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 180g *(1, 7), Kielbasa łopatkowa rozdrobniona 30g, Masło. 8g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 411,0100 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mies 250g *(9, 10), Kurczak gotowany rozdrobniony 160g *(1), Marchew i seler gotowane 100g *(1, 9), Ziemniaki. 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 556,9900 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Jajecznicza na parze 60g *(3), Bułka pszenna 50g *(1), Masło. 8g *(7), Brokuł gotowany 130g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 359,4000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: WE Wegetariańska

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Ser żółty 42g *(7), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Sałata zielona 20g, Pomidory 100g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 722,2500 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw warz 250g *(9, 10), Pierogi leniwe z ziemniakami 220g *(1, 3, 7, 8), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 885,5700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Kolacja

Jaja sadzone 60g *(3), Brokuł gotowany 130g, Chleb żytni 100g *(1), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 520,2600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 1 Dieta podstawowa

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 646,7000 kcal

Obiad

Krupnik na wyw mięs 250g *(1, 5, 9, 11), Wątróbka drobiowa duszona z cebulką 140g *(1), Surówka z białej kapusty z olejem 100g, ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 876,2100 kcal

Kolacja

Szynka wieprzowa gotowana 60g, Twaróg półtł. 40g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 539,5600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: 12 Dieta papkowata

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Szynka drobiowa rozdrobniona 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), seler gotowana 80g *(9), Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 670,7000 kcal

Obiad

Krupnik na wyw mies 250g *(1, 5, 9, 11), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g, Marchew gotowana 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 667,2200 kcal

Kolacja

Szynka wieprzowa gotowana rozdrobniona 60g, Twaróg półtł. 40g *(7), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Brokuł 100g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 557,0600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: 14 Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Jajko gotowane 60g *(3), Bułka pszenna 50g *(1), Masło 17g *(7), seler gotowana 80g *(9)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 533,9600 kcal

Obiad

Krupnik na wyw mięs 250g *(1, 5, 9, 11), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), Marchew 130g, Ziemniaki 100g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 455,3800 kcal

Kolacja

Budyń 220g *(7), Szynka wieprzowa gotowana 60g, Twaróg 40g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Masło 17g *(7), Brokuł gotowany 130g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 620,7600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: 2Ch Dieta łatwostrawna (chirurgia)

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 725,7000 kcal

Obiad

Krupnik na wyw mięs 250g *(1, 5, 9, 11), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g, Marchew gotowana 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 667,2200 kcal

Kolacja

Szynka wieprzowa gotowana 60g, Twaróg półtł. 40g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 618,5600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: 3 Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 60g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory b/skórki 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 645,6600 kcal

Obiad

Krupnik na wyw warz 250g *(1, 5, 9, 11), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), Marchew 130g, ziemniaki z koperkiem 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 709,2400 kcal

Kolacja

Szynka wieprzowa gotowana 60g, Jajko gotowane na miękko 60g *(3), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 631,7600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: 3/6in Dieta łatwostr. z ogr. tł. i f. przysw. węgl.

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka

pszenna 100g *(1), Pomidory b/skórki 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 725,7000 kcal

Dodatek 6 In.S

Kiełbasa łopatkowa 20g, Bułka pszenna 50g *(1), Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 247,8400 kcal

Obiad

Krupnik na wyw warz 250g *(1, 5, 9, 11), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), ziemniaki z koperkiem 220g *(7), Woda Mineralna, Marchew gotowana 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 579,0200 kcal

Kolacja

Szynka wieprzowa gotowana 60g, Jajko na miękko 60g *(3), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 631,7600 kcal

Dodatek 6 In.K

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: 6 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 655,7000 kcal

Obiad

Krupnik na wyw mięs 250g *(1, 5, 9, 11), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), Woda Mineralna, Marchew gotowana 100g, sos koperkowy 50g *(1), ziemniaki 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 645,5300 kcal

Kolacja

Szynka wieprzowa gotowana 60g, Twaróg półt. 50g *(7), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 565,3600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: 6 in Dieta z ogr. ł. przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 655,7000 kcal

Dodatek 6 In.S

Kiełbasa łopatkowa 20g, Sałata zielona 20g, Chleb graham 100g *(1), Masło 17g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 391,6600 kcal

Obiad

Krupnik na wyw mies 250g *(1, 5, 9, 11), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), Marchew 100g, ziemniaki puree 220g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 586,0800 kcal

Kolacja

Szynka wieprzowa gotowana 60g, Twaróg półtł 50g *(7), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 565,3600 kcal

Dodatek 6 In.K

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: C1.. Dieta podstawowa dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 285g *(1, 3, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Chleb razowy 80g *(1), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 50g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 591,3000 kcal

Obiad

Krupnik na wyw mies 250g *(1, 5, 9, 11), Wątróbka drobiowa duszona z cebulką 140g *(1), Surówka z białej kapusty z olejem 100g, ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 876,2100 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Szynka wieprzowa gotowana 60g, Twaróg półtł 40g *(7), Chleb razowy 120g *(1), Masło 20g *(7), Sałata zielona 20g, Herbata czarna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 615,6000 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Polędwica drobiowa 30g *(1, 3, 6, 9, 10), Bułka grahamka 50g *(1), Masło 8g *(7), Sałata zielona 60g, Pomidory 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 260,6400 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: C2 Dieta łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 285g *(1, 3, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Chleb razowy 80g *(1), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 50g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 591,3000 kcal

Obiad

Krupnik na wyw mies 250g *(1, 5, 9, 11), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), ziemniaki puree 220g *(7), Marchew gotowana 100g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 667,2200 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Szynka wieprzowa gotowana 60g, Twaróg półtł 40g *(7), Chleb razowy 120g *(1), Masło 20g *(7), Pomidory 50g, Herbata czarna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 625,1000 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Bułka grahamka 50g *(1), Masło 8g *(7), Sałata zielona 60g, Pomidory 100g, Polędwica drobiowa 20g *(1, 3, 6, 9, 10)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 249,0400 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: C2dz Dieta łatwostrawna mat. karmiąca (dzie)

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 686,2000 kcal

Obiad

Krupnik na wyw mięs 250g *(1, 5, 9, 11), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), Marchew 100g, ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 662,0800 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Szynka wieprzowa gotowana 60g, Twaróg półtł. 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 646,2600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: C2l Dieta łatwostrawna dla kobiet w okr. laktacji

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 285g *(1, 3, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Ser żółty 20g *(7), Chleb razowy 80g *(1), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 50g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 648,5000 kcal

Obiad

Krupnik na wyw mięs 250g *(1, 5, 9, 11), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), ziemniaki puree 220g *(7), Marchew gotowana 100g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 644,7800 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Szynka wieprzowa gotowana 60g, Twaróg półt. 50g *(7), Chleb razowy 120g *(1), Masło 20g *(7), Sałata zielona 20g, Herbata czarna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 632,4000 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Półdewica drobiowa 30g *(1, 3, 6, 9, 10), Bułka grahamka 50g *(1), Masło 8g *(7), Sałata zielona 60g, Pomidory 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 260,6400 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: C3 Z ogr. ł.przysw.węglow./dla k.w ciąży lub w okr. laktacji

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 60g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 636,8000 kcal

Obiad

Krupnik na wyw mięs 250g *(1, 5, 9, 11), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), ziemniaki puree 220g *(7), Woda Mineralna, Marchew gotowana 130g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 664,9200 kcal

Dodatek Podwieczorku

Półdewica drobiowa 30g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g, Bułka grahamka 50g *(1), Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 302,1400 kcal

Kolacja

Szynka wieprzowa gotowana 60g, Twaróg półt. 50g *(7), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 565,3600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: GL Dieta bezglutenowa

Śniadanie

Ogonówka 45g, Jajko gotowane 60g *(3), Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 100g, Sałata zielona 20g, Mleko Surowe 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 696,0600 kcal

Obiad

Zupa ziemniaczana(b-glutenowa) na wyw. warzyw. z n 250g *(7, 9), schab gotowany 75g, Marchew gotowana 130g, ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 676,5800 kcal

Kolacja

Szynka wieprzowa gotowana 60g, Twaróg półtł 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 100g, Sałata zielona 20g, Pomidory 100g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 617,7600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: ML Dieta bezmleczna

Śniadanie

Ogonówka 45g, Jajko gotowane 60g *(3), Margaryna roślinna 17g, Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 50g *(1), Chleb żytni 50g 50g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 699,9900 kcal

Obiad

Krupnik na wyw mięs 200g *(1, 5, 9, 11), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), ziemniaki 180g, Sok owocowy 200g, Marchew gotowana 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 533,9000 kcal

Dodatek Podwieczorku

Połudwica drobiowa 20g *(1, 3, 6, 9, 10), Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 50g *(1), Pomidory 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 179,8000 kcal

Kolacja

Szynka wieprzowa gotowana 60g, Margaryna roślinna 17g, Sałata zielona 20g, Pomidory 100g, Bułka pszenna 50g *(1), Chleb żytni 50g 50g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 539,6900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: P11 Dieta bezglutenowa(dzieci)

Śniadanie

Ogonówka 30g, Jajko gotowane 60g *(3), Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 60g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 486,6600 kcal

Obiad

Zupa ziemniaczana(b-glutenowa) na wyw. warzyw. z n 250g *(7, 9), schab gotowany 75g, Marchew gotowana 100g, ziemniaki puree 180g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 542,6400 kcal

Dodatek Podwieczorku

kisiel b-glutenowy 220g *(5, 6, 8), Biszkopyt bezglutenowe 20g *(3)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 71,6000 kcal

Kolacja

Szynka wieprzowa gotowana 40g, Twaróg półtł 20g *(7), Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 100g, Sałata zielona 20g, Pomidory 100g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 480,7600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: P12 Dieta bezgl. i bezml dla dz.i ml

Śniadanie

Ogonówka 45g, Jajko gotowane 60g *(3), Chleb bezglutenowy 100g, Sałata zielona 20g, Margaryna roślinna 17g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 604,3900 kcal

Obiad

Zupa ziemniaczana(b-glutenowa) na wyw. warzyw. z n 250g *(7, 9), schab gotowany 75g, Marchew gotowana 120g, Sok owocowy 200g, ziemniaki 180g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 515,0000 kcal

Dodatek Podwieczorku

kisiel b-glutenowy 220g *(5, 6, 8), Biskopki bezglutenowe 20g *(3)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 71,6000 kcal

Kolacja

Szynka wieprzowa gotowana 35g, Chleb bezglutenowy 60g, Sałata zielona 20g, Pomidory 100g, Margaryna roślinna 17g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 359,1400 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt b/laktozy 170g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 113,9000 kcal

Dieta: P15 Bezmleczna(dzieci)

Śniadanie

Ogonówka 30g, Margaryna roślinna 17g, Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 50g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 434,3900 kcal

Obiad

Krupnik na wyw mięs 200g *(1, 5, 9, 11), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), ziemniaki 180g, Sok owocowy 200g, Marchew gotowana 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 533,9000 kcal

Dodatek Podwieczorku

Półdewica drobiowa 20g *(1, 3, 6, 9, 10), Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 50g *(1), Pomidory 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 179,8000 kcal

Kolacja

Szynka wieprzowa gotowana 45g, Margaryna roślinna 17g, Sałata zielona 20g, Pomidory 100g, Bułka pszenna 50g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 396,4900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: P2 Dieta łatwostrawna (dzieci)

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Szyunka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 686,2000 kcal

Obiad

Krupnik na wyw mięs 250g *(1, 5, 9, 11), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), ziemniaki puree 220g *(7), Marchew gotowana 100g, Sok owocowy 250g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 666,5800 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Szyunka wieprzowa gotowana 40g, Twaróg półtł 20g *(7), Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 509,2600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: P3 Dieta częściowo rozdrobniona (dzieci)

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 180g *(1, 3, 5, 7, 11), Szyunka drobiowa rozdrobniona 20g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło. 8g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), seler gotowana 80g *(9), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 401,9600 kcal

Obiad

Krupnik na wyw mięs 180g *(1, 5, 9, 11), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), ziemniaki puree 160g *(7), Sok owocowy 250g, Marchew gotowana 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 663,7800 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Szyunka wieprzowa gotowana rozdrobniona 30g, Masło. 8g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Brokuł z wody 100g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 297,1600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 285g *(1, 3, 5, 7, 11), Chleb razowy 80g *(1), Masło 17g *(7), Pomidory 100g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 50g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 547,3000 kcal

Obiad

Krupnik na wyw warz 250g *(1, 5, 9, 11), Jaja sadzone 100g *(3), ziemniaki 220g, Marchew gotowana 100g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 659,7000 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Twaróg półtł 80g *(7), Chleb razowy 120g *(1), Masło 20g *(7), Sałata zielona 20g, Herbata czarna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 556,1000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: 1 Dieta podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Twaróg półtł z koperkiem i rzodkiewką 80g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Papryka czerwona 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 746,9400 kcal

Obiad

Zupa jarzynowa na wywa mięs 250g *(1, 7), Filet rybny dorsz smażony 100g *(1, 3, 4), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100g, Sałata zielona 20g, ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 688,7500 kcal

Kolacja

Pasta jajeczna 80g *(3), Chleb mieszany 100g *(1), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 478,3600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: 12 Dieta papkowata

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Ser twarogowy półtł z koperkiem 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Brokuł gotowany 130g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 735,8600 kcal

Obiad

Zupa jarzynowa na wyw mięs 250g *(1, 7), Filet z dorsza duszony 100g *(1, 4), Kalafior gotowany 130g, ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 250g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 700,6300 kcal

Kolacja

Pasta jajeczna 80g *(3), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Herbata czarna 220g, Marchew gotowana 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 501,8600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: 14 Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Twaróg półtł 100g *(7), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Brokuł gotowany 130g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 783,0600 kcal

Obiad

Zupa jarzynowa na wyw mięs 250g *(1, 7), Filet z dorsza duszony 100g *(1, 4), ziemniaki 100g *(7), Kalafior gotowany 130g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 508,1300 kcal

Kolacja

Pasta jajeczna 80g *(3, 10), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Marchew gotowana 100g, Zupa mleczna 250g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 696,6000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 2Ch Dieta łatwostrawna (chirurgia)

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Ser twarogowy półtł z koperkiem 80g *(7), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 788,1600 kcal

Obiad

Zupa jarzynowa na wyw mięs 250g *(1, 7), Filet z dorsza duszony 100g *(1, 4), ziemniaki puree 220g *(7), Kalafior gotowany 130g, Sok owocowy 250g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 748,6300 kcal

Kolacja

Pasta jajeczna 80g *(3, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 588,9100 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: 3 Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 739,3500 kcal

Obiad

Zupa koperkowa z ryżem na wyw warz 250g *(1, 7, 9), Filet z dorsza duszony 100g *(1, 4), Marchew i seler gotowane 100g *(1, 9), ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 250g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 841,8700 kcal

Kolacja

Jajecznica na parze 80g *(3), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory b/skórki 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 617,1000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 3/6in Dieta łatwostr. z ogr. tł. i ł. przysw. węgl.

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 717,8500 kcal

Dodatek 6 In.S

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Obiad

Zupa koperkowa z ryżem na wyw. warz 250g *(1, 7, 9), Filet z dorsza duszony 100g *(1, 4), Marchew i seler gotowane 100g *(1, 9), ziemniaki puree 220g *(7), Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 746,8700 kcal

Kolacja

Jajecznica na parze 80g *(3), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory b/skórki 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 617,1000 kcal

Dodatek 6 In.K

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 6 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Ser twarogowy półtł z koperkiem 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb graham 120g *(1), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 762,7600 kcal

Obiad

Filet z dorsza duszony 100g *(1, 4), Zupa jarzynowa na wyw.mięś 250g *(1, 7), ziemniaki puree 220g *(7), Kalafior gotowany 130g, Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 605,6300 kcal

Kolacja

Pasta jajeczna 80g *(3), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb graham 120g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 531,9600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 6 in Dieta z ogr. ł. przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Ser twarogowy półtł z koperkiem 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb graham 120g *(1), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 762,7600 kcal

Dodatek 6 In.S

Serek topiony trójkąt 25g *(7), Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g, Bułka grahamka 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 268,5900 kcal

Obiad

Zupa jarzynowa na wyw mięś 250g *(1), Filet z dorsza duszony 100g *(1, 4), ziemniaki 220g, Kalafior gotowany 130g, Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 388,5500 kcal

Kolacja

Pasta jajeczna 80g *(3), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb graham 120g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 531,9600 kcal

Dodatek 6 In.K

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C1.. Dieta podstawowa dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Zupa mleczna 285g *(1, 7), Ser twarogowy półtł z kop i rzodkiewką 100g *(7), Chleb razowy 80g *(1), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 50g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 689,4400 kcal

Obiad

Zupa jarzynowa na wyw warz 250g *(1, 7), Filet rybny dorsz smażony 100g *(1, 3, 4), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100g, ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 664,3600 kcal

Dodatek Podwieczorku

Twaróg 20g *(7), Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g, Papryka czerwona 50g, Bułka grahamka 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 245,8400 kcal

Kolacja

Pasta jajeczna 80g *(3), Masło 20g *(7), Chleb razowy 120g *(1), Pomidory 50g, Herbata czarna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 554,4000 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: C2 Dieta łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Zupa mleczna 285g *(1, 7), Ser twarogowy półtł z kop i rzodkiewką 80g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 50g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 753,6400 kcal

Obiad

Zupa jarzynowa na wyw warz 250g *(1, 7), Filet z dorsza duszony 100g *(1, 3, 4), ziemniaki puree 220g *(7), Kalafior gotowany 130g, Sok owocowy 250g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 619,3900 kcal

Dodatek Podwieczorku

Twaróg 40g *(7), Masło. 8g *(7), Bułka grahamka 50g *(1), Sałata zielona 20g, Pomidory 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 266,1400 kcal

Kolacja

Pasta jajeczna 80g *(3), Masło 20g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory 50g, Herbata czarna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 579,8000 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C2dz Dieta łatwostrawna mat. karmiąca (dzie)

Śniadanie

Zupa mleczna z mąki 285g *(1, 7), Ser twarogowy półtł z kop i rzodkiewką 100g *(7), Chleb razowy 80g *(1), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 50g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 689,4400 kcal

Obiad

Zupa koperkowa z ryżem na wyw mięs 250g *(1, 7, 9), Filet z dorsza gotowany 100g *(1, 3, 4), Marchew i seler gotowane 100g *(1, 9), ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 732,4700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Pasta jajeczna 80g *(3), Masło 20g *(7), Chleb razowy 120g *(1), Pomidory 50g, Herbata czarna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 594,6000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C2l Dieta łatwostrawna dla kobiet w okr. laktacji

Śniadanie

Zupa mleczna z mąki 285g *(1, 7), Ser twarogowy półtł z kopi rzodkiewką 100g *(7), Chleb razowy 80g *(1), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 50g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 689,4400 kcal

Obiad

Zupa koperkowa z ryżem na wyw mięs 250g *(1, 7, 9), Filet z dorsza gotowany 100g *(1, 3, 4), Marchew i seler gotowane 100g *(1, 9), ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 680,1700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Serek topiony trójkąt 25g *(7), Bułka grahamka 50g *(1), Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 268,5900 kcal

Kolacja

Pasta jajeczna 80g *(3), Masło 20g *(7), Chleb razowy 120g *(1), Pomidory 50g, Herbata czarna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 594,6000 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: C3 Z ogr. 1.przysw.węglow./dla k.w ciąży lub w okr. laktacji

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Ser twarogowy półtł z koperkiem 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb graham 120g *(1), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 762,7600 kcal

Obiad

Zupa jarzynowa na wyw mięs 250g *(1, 7), Filet z dorsza duszony 100g *(1, 4), Kalafior gotowany 130g, ziemniaki 220g, Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 569,9500 kcal

Dodatek Podwieczorku

Serek topiony trójkąt 25g *(7), Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g, Bułka grahamka 50g *(1), Rzodkiewka 10g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 270,5400 kcal

Kolacja

Pasta jajeczna 80g *(3), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb graham 120g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 572,1600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: GL Dieta bezglutenowa

Śniadanie

Ser twarogowy półtł z kopi rzodkiewką 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 100g, Sałata zielona 20g, Mleko Surowe 2% *(7), Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 655,1000 kcal

Obiad

Zupa jarzynowa(b-glutenowa) na wyw mięs 250g *(7, 9), Filet z dorsza duszony b/gł/ 100g *(4), Kalafior gotowany 130g *(7), ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 603,6200 kcal

Kolacja

Pasta jajeczna 80g *(3), Dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, Pomidory 100g, Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 100g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 676,0600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: ML Dieta bezmleczna

Śniadanie

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, Margaryna roślinna 17g, Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Pomidory 100g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 589,9900 kcal

Obiad

Zupa jarzynowa na wyw mięs 250g *(1, 9), Filet z dorsza 100g *(1, 4), ziemniaki 220g, Kalafior gotowany 140g, Sok owocowy 200g, Sałata zielona 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 720,7000 kcal

Kolacja

Jajko gotowane 60g *(3), Margaryna roślinna 17g, Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 514,3900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Biszkopty 20g *(1, 3), Kisiel owocowy 220g *(1)

Wartości odżywcze:

Dieta: P11 Dieta bezglutenowa(dzieci)

Śniadanie

Ser twarogowy półtł z rzod i koperkiem 50g *(7), Dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 66g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 421,1700 kcal

Obiad

Zupa jarzynowa(b-glutenowa) na wyw mięs 250g *(7, 9), Filet z dorsza duszony b/gł/ 100g *(4), Kalafior gotowany 130g *(7), ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 603,6200 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Jajko gotowane 60g *(3), Pomidory 50g, Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 66g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 351,5800 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: P12 Dieta bezgl. i bezml dla dz.i mł

Śniadanie

szynka wieprzowa gotowana 50g, Chleb bezglutenowy 66g, Margaryna roślinna 17g, Sałata zielona 20g, Pomidory 100g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 398,1100 kcal

Obiad

Zupa jarzynowa(b-glutenowa) na wyw mięs 250g *(9), Filet z dorsza gotowany 80g *(4), ziemniaki 220g, Kalafior gotowany 130g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 425,1000 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Jajko gotowane 60g *(3), Margaryna roślinna 17g, Pomidory 50g, Chleb bezglutenowy 66g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 351,4100 kcal

Dodatek 2 Kolacji

kisiel b-glutenowy 220g *(5, 6, 8), Biskopki bezglutenowe 20g *(3)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 71,6000 kcal

Dieta: P15 Bezmleczna(dzieci)

Śniadanie

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, Margaryna roślinna 17g, Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Pomidory 100g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 589,9900 kcal

Obiad

Filet z dorsza 100g *(1, 4), ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g, Kalafior gotowany 130g, Zupa jarzynowa na wyw mięs 250g *(9)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 639,8000 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Jajko gotowane 60g *(3), Margaryna roślinna 17g, Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 514,3900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Biskopki 20g *(1, 3), Kisiel owocowy 220g *(1)

Wartości odżywcze:

Dieta: P2 Dieta łatwostrawna (dzieci)

Śniadanie

Zupa mleczna 250g *(1, 7), Ser twarogowy półtł z koperkiem 80g *(7), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Chleb żytni 50g 50g *(1), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 748,6600 kcal

Obiad

Zupa jarzynowa na wyw mięs 250g *(1, 7), Filet z dorsza duszony 100g *(1, 4), ziemniaki puree 220g *(7), Kalafior gotowany 130g, Sok owocowy 250g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 520,6300 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Pasta jajeczna 80g *(3), Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Pomidory 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 517,8600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: P3 Dieta częściowo rozdrobniona (dzieci)

Śniadanie

Zupa mleczna 180g *(1, 7), Ser twarogowy półtł z koperkiem 50g *(7), Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g 50g *(1), Marchew gotowana 100g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 456,5200 kcal

Obiad

Zupa jarzynowa na wyw mięs 250g *(1, 7), Filet z dorsza duszony 100g *(1, 4), ziemniaki puree 220g *(7), Kalafior gotowany 130g, Sok owocowy 250g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 520,6300 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Jajecznicza na parze 60g *(3), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), seler gotowana 80g *(9), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 414,2000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: WE Wegetariańska

Śniadanie

Zupa mleczna 285g *(1, 7), Ser twarogowy półtł z koperkiem i rzodkiewką 100g *(7), Chleb razowy 80g *(1), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 50g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 689,4400 kcal

Obiad

Zupa jarzynowa na wyw warz 250g *(1, 7), Filet rybny dorsz smażony 100g *(1, 3, 4), Surówka z kapusty kiszonej z olejem 100g, ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 664,3600 kcal

Dodatek Podwieczorku

Twaróg 20g *(7), Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g, Papryka czerwona 50g, Bułka grahamka 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 245,8400 kcal

Kolacja

Pasta jajeczna 80g *(3), Masło 20g *(7), Chleb razowy 120g *(1), Pomidory 50g, Herbata czarna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 554,4000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Sobota 27-07-2024

Dieta: 1 Dieta podstawowa

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), kielbasa krakowska parzona 50g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Sałata zielona 20g, Ogórek zielony 50g, Papryka czerwona 50g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 676,6500 kcal

Obiad

Zupa brokułowa 250g *(9), Karkówka gotowana 90g, Sos pieczarkowy 50g *(1), Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 671,5200 kcal

Kolacja

szynka wieprzowa gotowana 50g, Serek topiony trójkąt 25g *(7), Masło 17g *(7), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Chleb żytni 100g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 641,9100 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Banan 150g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 142,5000 kcal

Dieta: 12 Dieta papkowata

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Chleb żytni 50g 50g *(1), Marchew gotowana 100g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 731,8900 kcal

Obiad

Zupa selerowa 250g *(1, 7, 9), Schab gotowany rozdrobniony 90g, sos koperkowy 50g *(1), Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 719,3600 kcal

Kolacja

szynka wieprzowa gotowana rozdrobniona 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), seler gotowana 80g *(9), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 548,6600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 14 Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Jajko gotowane 120g *(3), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 636,9100 kcal

Obiad

Zupa selerowa 250g *(1, 7, 9), Schab gotowany 90g, Buraczki 100g, ziemniaki 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 475,3700 kcal

Kolacja

Kleik z kaszki mannej na mleku 220g *(1, 3, 6, 7), Twaróg 80g *(7), szynka wieprzowa gotowana 50g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 798,0100 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: 2Ch Dieta łatwostrawna (chirurgia)

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 720,7000 kcal

Obiad

Zupa selerowa 250g *(1, 7, 9), Schab gotowany 80g, sos koperkowy 50g *(1), Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 719,3600 kcal

Kolacja

szynka wieprzowa gotowana 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 645,6600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Banan 150g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 142,5000 kcal

Dieta: 3 Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 629,0600 kcal

Obiad

Zupa selerowa 250g *(1, 7, 9), Schab gotowany 80g, Buraczki 100g, ziemniaki 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 652,8500 kcal

Kolacja

szynka wieprzowa gotowana 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Surówka z pomidora bez skórki ,sałaty 100g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 645,6600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 3/6in Dieta łatwostr. z ogr. tł. i f. przysw. węgl.

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna

100g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 629,0600 kcal

Dodatek 6 In.S

Kiełbasa łopatkowa 30g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Sałata zielona 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 333,6600 kcal

Obiad

Zupa selerowa 250g *(1, 7, 9), Schab gotowany 80g, Buraczki 100g, ziemniaki 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 652,8500 kcal

Kolacja

szynka wieprzowa gotowana 50g, Masło 17g *(7), Surówka z pomidora bez skórki, sałaty 100g, Bułka pszenna 100g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 645,6600 kcal

Dodatek 6 In.K

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 6 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb graham 80g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 606,1000 kcal

Obiad

Zupa selerowa 250g *(1, 7, 9), Schab gotowany 80g, sos koperkowy 50g *(1), Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 719,3600 kcal

Kolacja

szynka wieprzowa gotowana 50g, Masło 17g *(7), Chleb graham 80g *(1), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 531,0600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 6 in Dieta z ogr. ł. przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb graham 80g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 606,1000 kcal

Dodatek 6 In.S

Twaróg 20g *(7), Masło 8g *(7), Chleb graham 80g *(1), Pomidory 20g, Sałata zielona 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 281,9400 kcal

Obiad

Zupa selerowa 250g *(1, 7, 9), Schab gotowany 80g, sos koperkowy 50g *(1), Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 719,3600 kcal

Kolacja

szynka wieprzowa gotowana 50g, Masło 17g *(7), Chleb graham 80g *(1), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 531,0600 kcal

Dodatek 6 In.K

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C1.. Dieta podstawowa dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Kaszką manna na mleku 250g *(1, 7), kielbasa krakowska parzona 50g, Masło 17g *(7), Chleb graham 80g *(1), Sałata zielona 20g, Papryka czerwona 50g, Ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 641,0500 kcal

Obiad

Zupa brokułowa 250g *(9), Karkówka gotowana 90g, sos koperkowy 50g *(1), Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 657,0600 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Kolacja

szynka wieprzowa gotowana 50g, Masło 17g *(7), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Chleb graham 120g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 620,2600 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Twaróg 20g *(7), Masło 8g *(7), Chleb graham 120g *(1), Sałata zielona 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 365,5400 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Banan 150g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 142,5000 kcal

Dieta: C2 Dieta łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Kaszką manna na mleku 250g *(1, 7), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 720,7000 kcal

Obiad

Zupa selerowa 250g *(1, 7, 9), Schab gotowany 80g, sos koperkowy 50g *(1), Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 719,3600 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Kolacja

szynka wieprzowa gotowana 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 645,6600 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Twaróg 20g *(7), Masło 8g *(7), Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 244,4400 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Banan 150g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 142,5000 kcal

Dieta: C2dz Dieta łatwostrawna mat. karmiąca (dzie)

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Chleb żytni 50g 50g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 681,2000 kcal

Obiad

Zupa selerowa 250g *(1, 7, 9), Schab gotowany 80g, sos koperkowy 50g *(1), Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 719,3600 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Kolacja

szynka wieprzowa gotowana 50g, Masło 17g *(7), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Bułka pszenna 50g *(1), Chleb żytni 50g 50g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 606,1600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Banan 150g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 142,5000 kcal

Dieta: C2l Dieta łatwostrawna dla kobiet w okr. laktacji

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb graham 80g *(1), Rzodkiewka 10g, Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 606,1000 kcal

Obiad

Zupa selerowa 250g *(1, 7, 9), Schab gotowany 80g, sos koperkowy 50g *(1), Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 719,3600 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Kolacja

szynka wieprzowa gotowana 50g, Masło 17g *(7), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Chleb graham 120g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 620,2600 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Twaróg 20g *(7), Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 244,4400 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Banan 150g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 142,5000 kcal

Dieta: C3 Z ogr. ł.przysw.węglow./dla k.w ciąży lub w okr. laktacji

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Masło 17g *(7), Chleb graham 80g *(1), Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7), Szynka Gerwazego 50g *(1, 3, 6, 9, 10)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 599,6500 kcal

Obiad

Zupa selerowa 250g *(1, 7, 9), Schab gotowany 80g, sos koperkowy 50g *(1), Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 719,3600 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Kolacja

szynka wieprzowa gotowana 50g, Masło 17g *(7), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Chleb graham 80g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 531,0600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: GL Dieta bezglutenowa

Śniadanie

Kielbasa łopatkowa 50g, Twaróg 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 100g, Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Herbata b/cukru 220g, Mleko Surowe 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 649,0100 kcal

Obiad

Zupa brokułowa 250g *(9), Schab gotowany 80g, Buraczki 100g, Sok owocowy 200g, ziemniaki puree 220g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 626,9500 kcal

Kolacja

szynka wieprzowa gotowana 60g, Masło 17g *(7), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Chleb bezglutenowy 100g, Herbata b/cukru 220g, Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 662,4600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: ML Dieta bezmleczna

Śniadanie

Kiełbasa łopatkowa 50g, Margaryna roślinna 17g, Chleb żytni 50g 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 479,4400 kcal

Obiad

Zupa brokułowa 250g *(9), Schab gotowany 80g, Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 552,7700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Kisiel owocowy 220g *(1), Biszkopty 20g *(1, 3)

Wartości odżywcze:

Kolacja

szynka wieprzowa gotowana 50g, Margaryna roślinna 17g, Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Chleb żytni 50g 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 587,8900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Banan 150g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 142,5000 kcal

Dieta: P11 Dieta bezglutenowa(dzieci)

Śniadanie

Kiełbasa łopatkowa 50g, Twaróg 40g *(7), Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 66g, Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 423,3300 kcal

Obiad

Zupa brokułowa 250g *(9), Schab gotowany 70g, Buraczki 100g, Sok owocowy 200g, ziemniaki puree 200g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 604,4500 kcal

Dodatek Podwieczorku

Banan 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 95,0000 kcal

Kolacja

szynka wieprzowa gotowana 50g, Masło 17g *(7), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Chleb bezglutenowy 66g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 464,5800 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: P12 Dieta bezgl. i bezml dla dz.i mł

Śniadanie

Kiełbasa łopatkowa 50g, Chleb bezglutenowy 66g, Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Herbata b/cukru 220g, Margaryna roślinna 17g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 355,9600 kcal

Obiad

Zupa brokułowa 250g *(9), Schab gotowany 80g, Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 552,7700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Biszkopty B-Glutenowe *(3)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 71,6000 kcal

Kolacja

szynka wieprzowa gotowana 50g, Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Margaryna roślinna 17g, Chleb bezglutenowy 66g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 464,4100 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Banan 150g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 142,5000 kcal

Dieta: P15 Bezmleczna(dzieci)

Śniadanie

Kiełbasa łopatkowa 50g, Margaryna roślinna 17g, Chleb żytni 50g 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 479,4400 kcal

Obiad

Zupa brokułowa 250g *(9), Schab gotowany 80g, Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 552,7700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Kisiel owocowy 220g *(1), Biszkopty 20g *(1, 3)

Wartości odżywcze:

Kolacja

szynka wieprzowa gotowana 50g, Margaryna roślinna 17g, Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Chleb żytni 50g 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 587,8900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Banan 150g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 142,5000 kcal

Dieta: P2 Dieta łatwostrawna (dzieci)

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 180g *(1, 7), Szyńka drobiowa 30g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 180220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 606,0000 kcal

Obiad

Zupa selerowa 250g *(1, 7, 9), Schab gotowany 80g, sos koperkowy 50g *(1), Buraczki 100g, ziemniaki 200g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 671,3600 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Kolacja

szynka wieprzowa gotowana 40g, Masło 17g *(7), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Bułka pszenna 100g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 627,5600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Banan 150g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 142,5000 kcal

Dieta: P3 Dieta częściowo rozdrobniona (dzieci)

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 180g *(1, 7), Szyńka drobiowa rozdrobniona 30g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Marchew gotowana 100g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 180g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 510,1900 kcal

Obiad

Zupa selerowa 250g *(9), Schab gotowany rozdrobniony 50g, sos koperkowy 50g *(1), Buraczki 100g, ziemniaki 200g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 502,9600 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

szynka wieprzowa gotowana rozdrobniona 30g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), seler gotowana 80g *(9), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 365,9600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Banan 150g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 142,5000 kcal

Dieta: WE Wegetariańska

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Masło 17g *(7), Chleb graham 80g *(1), Sałata zielona 20g, Papryka czerwona 50g, Ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 570,5500 kcal

Obiad

Zupa brokułowa 250g *(9), sos koperkowy 50g *(1), Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 489,3600 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Kolacja

Masło 17g *(7), Surówka z pomidorów i sałaty z olejem 100g, Chleb graham 120g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 511,6600 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Twaróg 20g *(7), Masło 8g *(7), Chleb graham 120g *(1), Sałata zielona 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 365,5400 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Banan 150g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 142,5000 kcal

Dieta: 1 Dieta podstawowa

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kielbasa szynkowa wieprzowa 60g, Masło 17g *(7), Ogórek zielony 50g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7), Chleb mieszany 100g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 667,3500 kcal

Obiad

Rosół z makaronem 250g *(1, 3, 9), Kurczak pieczony w sosie własnym 160g, sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Marchew gotowana 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 852,0300 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 60g *(1, 3, 6, 9, 10), Twaróg półtł 50g *(7), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Pomidory 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 508,7600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: 12 Dieta papkowata

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kielbasa szynkowa wieprzowa rozdrobniona 50g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), seler gotowana 80g *(9), Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 683,7000 kcal

Obiad

Rosół z makaronem 250g *(1, 3, 9), Kurczak gotowany rozdrobniony 160g *(1), Marchew gotowana z wody 100g, Ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 684,3500 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa rozdrobniona 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Twaróg półtł 50g *(7), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Brokuł gotowany 130g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 514,3600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: 14 Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), seler gotowana 80g *(9)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 604,9600 kcal

Obiad

Rosół z makaronem 250g *(1, 3, 9), Kurczak gotowany rozdrobniony 160g *(1), Ziemniaki 100g, Marchew gotowana 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 530,3500 kcal

Kolacja

Kleik z kaszki mannej na wodzie 220g *(1, 3, 6), Polędwica drobiowa rozdrobniona 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Twaróg półtł 80g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Masło 17g *(7), Brokuł gotowany 130g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 775,2100 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Budyń 220g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 122,0000 kcal

Dieta: 2Ch Dieta łatwostrawna (chirurgia)

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 740,8500 kcal

Obiad

Rosół z makaronem 250g *(1, 3, 9), Kurczak gotowany w białym sosie 160g *(1), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 715,5800 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 60g *(1, 3, 6, 9, 10), Twaróg półtł 50g *(7), Pomidory 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 587,7600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: 3 Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Jajecznica na parze 60g *(3), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), seler gotowana 80g *(9), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 773,6000 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), Kurczak gotowany 160g *(1), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 711,7800 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Pomidory b/skórki 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 492,1600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: 3/6in Dieta łatwostr. z ogr. tł. i f. przysw. węgl.

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Jajecznica na parze 60g *

(3), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), seler gotowana 80g *(9), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 773,6000 kcal

Dodatek 6 In.S

Kiełbasa łopatkowa 30g, Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 266,3400 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), Kurczak gotowany 160g *(1), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 220g, Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 635,7800 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory b/skórki 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 492,1600 kcal

Dodatek 6 In.K

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 6 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g, Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 670,8500 kcal

Obiad

Rosół z makaronem 250g *(1, 3, 9), Kurczak gotowany w białym sosie 160g *(1), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), ziemniaki 220g, Marchew gotowana 100g, Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 639,5800 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Twaróg półtł 50g *(7), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb graham 80g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 461,5600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 6 in Dieta z ogr. ł. przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 656,6500 kcal

Dodatek 6 In.S

Kiełbasa łopatkowa 30g, Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Chleb graham 80g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 312,2400 kcal

Obiad

Rosół z makaronem na porcji rosółowej 250g *(1, 3, 9), Kurczak gotowany w białym sosie 160g *(1), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 639,5800 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 60g *(1, 3, 6, 9, 10), Twaróg półtł 50g *(7), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb graham 80g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 473,1600 kcal

Dodatek 6 In.K

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C1.. Dieta podstawowa dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb razowy 80g *(1), Ogórek zielony 50g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 50g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 556,5500 kcal

Obiad

Rosół z makaronem 250g *(1, 3, 9), Kurczak pieczony w sosie własnym 160g, sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Marchew gotowana 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 852,0300 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Twaróg półtł 50g *(7), Masło 20g *(7), Pomidory 50g, Chleb graham 120g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 573,2000 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Kielbasa łopatkowa 30g, Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g, Pomidory 20g, Bułka grahamka 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 254,4400 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: C2 Dieta łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 50g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 665,6500 kcal

Obiad

Rosół z makaronem 250g *(1, 3, 9), Kurczak gotowany w białym sosie 160g *(1), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Marchew gotowana 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 715,5800 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Twaróg półtł 50g *(7), Masło 20g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory 50g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 598,6000 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Kiełbasa łopatkowa 30g, Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g, Pomidory 20g, Bułka grahamka 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 254,4400 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: C2dz Dieta łatwostrawna mat. karmiąca (dzie)

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 699,2000 kcal

Obiad

Rosół z makaronem 250g *(1, 3, 9), Kurczak gotowany w białym sosie 160g *(1), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 715,5800 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Twaróg półtł 50g *(7), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 536,6600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C2I Dieta łatwostrawna dla kobiet w okr. laktacji

Śniadanie

Kaszka manna na mleku 285g *(1, 7), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Masło 17g *(7), Chleb razowy 80g *(1), Sałata zielona 30g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 50g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 636,5500 kcal

Obiad

Rosół z makaronem 250g *(1, 3, 9), Kurczak gotowany w białym sosie 160g *(1), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Marchew gotowana 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 715,5800 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Kolacja

Południca drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Twaróg półtł 80g *(7), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb graham 80g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 511,9600 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Kiełbasa łopatkowa 30g, Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g, Pomidory 20g, Bułka grahamka 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 254,4400 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C3 Z ogr. ł.przysw.węglow./dla k.w ciąży lub w okr. laktacji

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 737,0500 kcal

Obiad

Rosół z makaronem 250g *(1, 3, 9), Kurczak gotowany w białym sosie 160g *(1), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 220g, Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 639,5800 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Kolacja

Południca drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Twaróg półtł 40g *(7), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb graham 80g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 444,7600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: GL Dieta bezglutenowa

Śniadanie

Kaszka b-glutenowa na mleku 200g *(7), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 100g, Rzodkiewka 10g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 559,2100 kcal

Obiad

Rosół z makaronem b-glutenowym na porcji rosółowej 250g *(9), Kurczak gotowany 120g, sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Marchew gotowana 100g, Sok owocowy 200g, ziemniaki puree 220g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 722,9500 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Twaróg półtł 80g *(7), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Chleb bezglutenowy 100g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 569,5600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: ML Dieta bezmleczna

Śniadanie

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Margaryna roślinna 17g, Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory 50g, Rzodkiewka 10g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 506,9400 kcal

Obiad

Rosół z makaronem 250g *(1, 3, 9), Kurczak gotowany 130g, Sałata zielona 20g, Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 602,4000 kcal

Kolacja

Poładwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Jajko gotowane 60g *(3), Margaryna roślinna 17g, Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Bułka pszenna 100g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 576,8900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Margaryna roślinna 17g, Sałata zielona 20g, Chleb graham 80g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 367,8900 kcal

Dieta: P11 Dieta bezglutenowa(dzieci)

Śniadanie

Kaszka b-glutenowa na mleku 200g *(7), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g, Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 100g, Rzodkiewka 10g, Sałata zielona 20g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 549,5100 kcal

Obiad

Rosół z makaronem b-glutenowym na porcji rosółowej 250g *(9), Kurczak gotowany 80g, sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 554,7700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Twaróg półtł 50g *(7), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Chleb bezglutenowy 66g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 452,1800 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: P12 Dieta bezgl. i bezml dla dz.i mł

Śniadanie

kaszka b-gultenowa na wodzie, Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Margaryna roślinna 17g, Chleb bezglutenowy 66g, Rzodkiewka 10g, Sałata zielona 20g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 405,0600 kcal

Obiad

Rosół z makaronem b-glutenowym 250g *(9), Kurczak gotowany 80g, Sałata zielona 20g, Ziemniaki 220g, Marchew gotowana 100g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 497,4400 kcal

Dodatek Podwieczorku

kisiel b-glutenowy 220g *(5, 6, 8)

Wartości odżywcze:

Kolacja

Kielbasa łopatkowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Pomidory 80g, Chleb bezglutenowy 66g, Herbata czarna 220g, Margaryna roślinna 17g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 452,3100 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: P15 Bezmleczna(dzieci)

Śniadanie

Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Margaryna roślinna 17g, Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory 50g, Rzodkiewka 10g, Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 506,9400 kcal

Obiad

Rosół z makaronem 250g *(1, 3, 9), Kurczak gotowany 70g, Sałata zielona 20g, Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 582,0000 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Jajko gotowane 60g *(3), Margaryna roślinna 17g, Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Bułka pszenna 100g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 576,8900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g, Biszkopty 20g *(1, 3)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: P2 Dieta łatwostrawna (dzieci)

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 180g *(1, 3, 5, 7, 11), Kielbasa szynkowa wieprzowa 30g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 628,2500 kcal

Obiad

Rosół z makaronem 250g *(1, 3, 9), Kurczak gotowany w białym sosie 120g *(1), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 180g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 598,5800 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Kolacja

Polędwica drobiowa 40g *(1, 3, 6, 9, 10), Twaróg półtł 20g *(7), Pomidory 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Chleb żytni 50g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 474,6600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: P3 Dieta częściowo rozdrobniona (dzieci)

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 180g *(1, 3, 5, 7, 11), Kielbasa szynkowa wieprzowa rozdrobniona 30g, Jajko gotowane na miękko 30g *(3), Masło. 8g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), seler gotowana 80g *(9), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 431,0600 kcal

Obiad

Rosół z makaronem 180g *(1, 3, 9), Kurczak gotowany 70g, Marchew gotowana z wody 100g, ziemniaki puree 170g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 571,6200 kcal

Dodatek Podwieczorku

Kisiel owocowy 220g *(1)

Wartości odżywcze:

Kolacja

Polędwica drobiowa 30g *(1, 3, 6, 9, 10), Twaróg półtł 20g *(7), Masło. 8g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 274,7400 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: WE Wegetariańska

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Jajecznica na parze 80g *(3), Masło 17g *(7), Chleb razowy 80g *(1), Ogórek zielony 50g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 50g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 668,4900 kcal

Obiad

Rosół z makaronem 250g *(1, 3, 9), Kluski z mąki ziemniaczanej z cebulką 270g *(1, 8), sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Marchew gotowana 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 1.016,7200 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Kolacja

Twaróg półtłusty z rzodkiewką 50g *(7), Masło 20g *(7), Pomidory 50g, Chleb graham 120g *(1), Herbata czarna 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 515,2000 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Kiełbasa łopatkowa 30g, Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g, Pomidory 20g, Bułka grahamka 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 254,4400 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Poniedziałek 29-07-2024

Dieta: 1 Dieta podstawowa

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Polędwida wieprzowa parzona 50g, Chleb żytni 100g *(1), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Papryka czerwona 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 683,1500 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z makar. na wyw.mięś.-warz z natką 250g *(1, 3, 7, 9, 10), kotlet mielony wieprzowy smażony 90g *(1, 3), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100g *(10), Ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 858,3000 kcal

Kolacja

Salatka ryżowa z kurczakiem 150g *(3, 9, 10), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Chleb żytni 100g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 707,1790 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: 12 Dieta papkowata

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Polędwida wieprzowa parzona rozdrobniona 50g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), seler gotowana 80g *(9), Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 712,3000 kcal

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem na wyw mięś 250g *(1, 3, 7, 9), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), Mieszanka warzywna gotowana 100g, Ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 698,2500 kcal

Kolacja

Salatka ryżowa z kurczakiem 150g *(3, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 742,1790 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: 14 Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Polędwida wieprzowa parzona 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 639,0100 kcal

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem na wyw mięś 250g *(1, 3, 7, 9), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), Mieszanka warzywna gotowana 100g, Ziemniaki 100g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 485,0900 kcal

Kolacja

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Ser twarogowy 80g *(7), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), seler gotowana 80g *(9)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 726,3100 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: 2Ch Dieta łatwostrawna (chirurgia)

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Polędwida wieprzowa parzona 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 743,2500 kcal

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem na wyw mięs 250g *(1, 3, 7, 9), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), Mieszanka warzywna gotowana 100g, Ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 698,2500 kcal

Kolacja

Salatka ryżowa z kurczakiem 150g *(3, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 786,1790 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: 3 Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Polędwida wieprzowa parzona 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory 50g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 651,6100 kcal

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem na wyw mięs 250g *(1, 3, 7, 9), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), Marchew i seler gotowane 100g *(1, 9), Ziemniaki 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 776,1300 kcal

Kolacja

Kurczak gotowany 70g, Ryż na sypko 170g, Marchew gotowana 100g, Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 50g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 747,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: 3/6in Dieta łatwostr. z ogr. tł. i ł. przysw. węgl.

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Polędwida wieprzowa parzona 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory b/skórki 50g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 651,6100 kcal

Dodatek 6 In.S

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem na wyw mięs 250g *(1, 3, 7, 9), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), Marchew i seler gotowane 100g *(1, 9), ziemniaki 220g, Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 665,4900 kcal

Kolacja

Kurczak gotowany 70g, Ryż na sypko 170g, Marchew gotowana 100g, Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 100g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 747,0000 kcal

Dodatek 6 In.K

Kefir naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: 6 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Polędwida wieprzowa parzona 50g, Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb graham 80g *(1), Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 628,6500 kcal

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem na wyw mięs 250g *(1, 3, 7, 9), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), Mieszanka warzywna gotowana 100g, Woda Mineralna, ziemniaki 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 587,6100 kcal

Kolacja

Salatka ryżowa z kurczakiem 150g *(3, 9, 10), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Chleb graham 80g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 671,5790 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: 6 in Dieta z ogr. ł. przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Polędwida wieprzowa parzona 50g, Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb graham 80g *(1), Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 628,6500 kcal

Dodatek 6 In.S

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem na wyw mięs 250g *(1, 3, 7, 9), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), Mieszanka warzywna gotowana 100g, Woda Mineralna, ziemniaki 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 587,6100 kcal

Kolacja

Salatka ryżowa z kurczakiem 150g *(3, 9, 10), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Chleb graham 80g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 671,5790 kcal

Dodatek 6 In.K

Kefir naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: C1.. Dieta podstawowa dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Polędwida wieprzowa parzona 50g, Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb graham 80g *(1), Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 628,6500 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z makar. na wyw.mięś.-warz z natką 250g *(1, 3, 7, 9, 10), kotlet mielony wieprzowy smażony 90g *(1, 3), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100g *(10), Ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 858,3000 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Salatka ryżowa z kurczakiem 150g *(9), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Chleb graham 120g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 729,2184 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: C2 Dieta łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Polędwida wieprzowa parzona 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 743,2500 kcal

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem na wyw mięs 250g *(1, 3, 7, 9), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), Mieszanka warzywna gotowana 100g, Ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 698,2500 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Salatka ryżowa z kurczakiem 150g *(3, 9, 10), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 100g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 786,1790 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: C2dz Dieta łatwostrawna mat. karmiąca (dzie)

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Połudwida wieprzowa parzona 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 743,2500 kcal

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem na wyw mięs 250g *(1, 3, 7, 9), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), Mieszanka warzywna gotowana 100g, Ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 698,2500 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Salatka ryżowa z kurczakiem 150g *(3, 9, 10), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 100g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 786,2100 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: C2I Dieta łatwostrawna dla kobiet w okr. laktacji

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Połudwida wieprzowa parzona 50g, Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb graham 120g *(1), Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 717,8500 kcal

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem na wyw mięs 250g *(1, 3, 7, 9), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), Mieszanka warzywna gotowana 100g, Ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 698,2500 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Salatka ryżowa z kurczakiem 150g *(3, 9, 10), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Chleb graham 80g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 671,6100 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: C3 Z ogr. ł.przysw.węglow./dla k.w ciąży lub w okr. laktacji

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Połudwida wieprzowa parzona 50g, Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb graham 80g *(1), Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 628,6500 kcal

Obiad

Zupa koperkowa z ryżem na wyw mięs 250g *(1, 7, 9), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), Mieszanka warzywna gotowana 100g, ziemniaki 220g, Sałata zielona 20g, Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 589,1100 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Salatka ryżowa z kurczakiem 150g *(9), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Chleb graham 120g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 729,2600 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: GL Dieta bezglutenowa

Śniadanie

Połudwida wieprzowa parzona 70g, Dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, Masło 20g *(7), Chleb bezglutenowy 100g, Pomidory 50g, Banan 150g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 661,0000 kcal

Obiad

Zupa koperkowa(b-glutenowa) z makaronem b/glutenow 250g *(7, 9), Gulasz wieprzowy b-glutenowy gotowany 100g, Mieszanka warzywna 130g, Sok owocowy 200g, ziemniaki 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 848,5000 kcal

Kolacja

Salatka ryżowa z kurczakiem 150g *(3, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 100g, Sałata zielona 20g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 690,1790 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: ML Dieta bezmleczna

Śniadanie

Polędwida wieprzowa parzona 50g, Margaryna roślinna 17g, Chleb graham 80g *(1), Pomidory 50g, Bułka pszenna 100g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 679,5900 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), Mieszanka warzywna gotowana 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 594,8000 kcal

Kolacja

Salatka ryżowa z kurczakiem 150g *(9), Margaryna roślinna 17g, Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 100g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 754,4900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: P11 Dieta bezglutenowa(dzieci)

Śniadanie

Polędwida wieprzowa parzona 50g, Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb bezglutenowy 66g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 338,3800 kcal

Obiad

Zupa koperkowa(b-glutenowa) na wyw mięs 250g *(9), Karkówka gotowana 75g, Mieszanka warzywna 100g, ziemniaki 180g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 520,5000 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Kurczak gotowany 70g, Ryż na sypko 170g, Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 66g, Marchew gotowana

100g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 726,0200 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: P12 Dieta bezgl. i bezml dla dz.i ml

Śniadanie

Polędwida wieprzowa parzona 50g, Margaryna roślinna 17g, Pomidory 50g, Chleb bezglutenowy 66g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 338,2100 kcal

Obiad

Zupa koperkowa(b-glutenowa) na wyw mięs 250g *(9), Mieszanka warzywna gotowana 100g, Gulasz wieprzowy b-glutenowy gotowany 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 537,6000 kcal

Dodatek Podwieczorku

Biszkopty bezglutenowe 20g *(3), kisiel b-glutenowy 220g *(5, 6, 8)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 71,6000 kcal

Kolacja

Kurczak gotowany 70g, Ryż na sypko 170g, Chleb bezglutenowy 66g, Margaryna roślinna 17g, Sałata zielona 20g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 673,2100 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: P15 Bezmleczna(dzieci)

Śniadanie

Polędwida wieprzowa parzona 50g, Margaryna roślinna 17g, Pomidory 50g, Bułka pszenna 100g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 501,1900 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), Pulpet wieprzowy gotowany 90g *(1, 3), Mieszanka warzywna gotowana 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 594,8000 kcal

Dodatek Podwieczorku

Kisiel owocowy 220g *(1), Biszkopty 20g *(1, 3)

Wartości odżywcze:

Kolacja

Sałatka ryżowa z kurczakiem 150g *(9), Margaryna roślinna 17g, Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 100g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 754,4484 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: P2 Dieta łatwostrawna (dzieci)

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Polędwida wieprzowa parzona 50g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 703,7500 kcal

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem na wyw mięs 250g *(1, 3, 9), Pulpet wieprzowy gotowany 80g *(1, 3), Mieszanka warzywna 100g, ziemniaki puree 180g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 537,6500 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Salatka ryżowa z kurczakiem 150g *(9), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 50g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 608,1184 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: P3 Dieta częściowo rozdrobniona (dzieci)

Śniadanie

Zacierka na mleku 180g *(1, 3, 7), Polędwida wieprzowa parzona rozdrobniona 30g, Masło. 8g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), seler gotowana 80g *(9), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 355,5100 kcal

Obiad

Zupa koperkowa z makaronem na wyw mięs 200g *(1, 3, 7, 9), Pulpet wieprzowy gotowany 70g *(1, 3), Mieszanka warzywna 100g, Sok owocowy 200g, Ziemniaki puree 100g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 509,4900 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Salatka ryżowa z kurczakiem 100g *(9), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 490,2463 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: WE Wegetariańska

Śniadanie

Zacierka na mleku 250g *(1, 3, 7), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb graham 80g *(1), Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 561,4500 kcal

Obiad

Zupa fasolowa na wyw warz 250g *(1, 8, 9), Filet rybny dorsz smażony 150g *(1, 3, 4), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100g *(10), Ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 999,8700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Ser żółty 42g *(7), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Chleb graham 120g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 542,2600 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: 1 Dieta podstawowa

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Pomidory 50g, Papryka czerwona 50g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 678,6000 kcal

Obiad

Zupa pieczarkowa z makaronem na wyw mięs 250g *(1, 3, 7, 9), Kotlet de Volaille 90g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 1.106,8500 kcal

Kolacja

Kielbasa łopatkowa 50g, Ser żółty 20g *(7), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb żytni 100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 509,3600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: 12 Dieta papkowata

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kielbasa szynkowa wieprzowa rozdrobniona 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), seler gotowana 80g *(9), Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 762,7000 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Pierogi leniwe z ziemniakami 220g *(1, 3, 7, 8), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 885,5700 kcal

Kolacja

Kielbasa łopatkowa 50g, Masło 17g *(7), Pomidory bez skórki 50g, Bułka pszenna 100g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 526,6600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: 14 Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 566,9600 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mies 250g *(9, 10), Twaróg 80g *(7), ziemniaki 220g, Masło 17g *(7), Marchew gotowana 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 613,0000 kcal

Kolacja

Kleik z kaszki mannej na mleku 220g *(1, 3, 6, 7), Kielbasa łopatkowa 50g, Białko jaja na parze 50g *(3), Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 799,6100 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: 2Ch Dieta łatwostrawna (chirurgia)

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory 50g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 740,6500 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem 250g *(9, 10), Pierogi leniwe z ziemniakami 220g *(1, 3, 7, 8), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 885,5700 kcal

Kolacja

Kielbasa łopatkowa 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 531,1600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: 3 Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Rzodkiewka 10g, Pomidory b/skórki 50g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 649,0100 kcal

Obiad

Zupa z kaszką manną na wyw warz 250g *(1, 9), Pierogi leniwe z ziemniakami 220g *(1, 3, 7, 8), Marchew gotowana 100g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 792,0900 kcal

Kolacja

Kielbasa łopatkowa 50g, Masło 17g *(7), Pomidory bez skórki 50g, Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 531,1600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: 3/6in Dieta łatwostr. z ogr. tł. i f. przysw. węgl.

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Bułka

pszenna 100g *(1), Rzodkiewka 10g, Pomidory b/skórki 50g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 649,0100 kcal

Dodatek 6 In.S

Szynka drobiowa 20g *(1, 3, 6, 9, 10), Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 50g *(1), Masło. 8g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 234,0400 kcal

Obiad

Zupa z kaszką manną na wyw warz 250g *(9), Pierogi leniwe z ziemniakami 220g *(1, 3, 7, 8), Marchew gotowana 100g, Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 549,7400 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Pomidory bez skórki 50g, Sałata zielona 20g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 531,1600 kcal

Dodatek 6 In.K

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 6 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb graham 80g *(1), Pomidory 50g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 626,0500 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Pierogi leniwe z ziemniakami 220g *(1, 3, 7, 8), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 809,5700 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb graham 80g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 416,5600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 6 in Dieta z ogr. ł. przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb graham 80g *(1), Pomidory 50g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 626,0500 kcal

Dodatek 6 In.S

Szynka drobiowa 20g *(1, 3, 6, 9, 10), Sałata zielona 20g, Chleb graham 80g *(1), Masło. 8g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 265,9400 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Pierogi leniwe z ziemniakami 220g *(1, 3, 7, 8), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 809,5700 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb graham 80g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 416,5600 kcal

Dodatek 6 In.K

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C1.. Dieta podstawowa dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb graham 80g *(1), Papryka czerwona 50g, Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 643,0000 kcal

Obiad

Zupa pieczarkowa z makaronem na wyw mięs 250g *(1, 3, 7, 9), Kotlet de Volaille 90g *(1, 3, 7), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 1.106,8500 kcal

Dodatek Podwieczorku

Twaróg 40g *(7), Masło 17g *(7), Bułka grahamka 50g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 329,8100 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb graham 120g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 505,7600 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: C2 Dieta łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 450,2000 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Pierogi leniwe z ziemniakami 220g *(1, 3, 7, 8), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 908,2700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Twaróg 40g *(7), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Bułka pszenna 50g *(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 347,3100 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 60g, Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Bułka pszenna 50g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 403,1600 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: C2dz Dieta łatwostrawna mat. karmiąca (dzie)

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Chleb żytni 50g 50g *(1), Rzodkiewka 10g, Pomidory 50g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 701,1500 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Pierogi leniwe z ziemniakami 220g *(1, 3, 7, 8), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 885,5700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Bułka pszenna 50g *(1), Chleb żytni 50g 50g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 491,6600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: C2l Dieta łatwostrawna dla kobiet w okr. laktacji

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb graham 80g *(1), Pomidory 50g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 626,0500 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Pierogi leniwe z ziemniakami 220g *(1, 3, 7, 8), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 885,5700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Twaróg 40g *(7), Masło 17g *(7), Bułka grahamka 50g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 329,8100 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb graham 120g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 505,7600 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: C3 Z ogr. ł.przysw.węglow./dla k.w ciąży lub w okr. laktacji

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb graham 80g *(1), Pomidory 50g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 626,0500 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Pierogi leniwe z ziemniakami 220g *(1, 3, 7, 8), Surówka z marchwi i selera 200g *(9), Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 809,5700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Sałata zielona 20g, Masło. 8g *(7), Chleb graham 80g *(1), Twaróg 40g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 309,9400 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb graham 80g *(1), Pomidory 50g, Sałata zielona 20g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 416,5600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: GL Dieta bezglutenowa

Śniadanie

Kaszka b-glutenowa na mleku 200g *(7), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Jajko gotowane 60g *(3), Masło 20g *(7), Sałata zielona 20g, Chleb bezglutenowy 100g, Rzodkiewka 10g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 666,5500 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Roladka z kurczaka 80g, Surówka z marchwi i selera 200g *(9), ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 819,1100 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Twaróg 40g *(7), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb bezglutenowy 66g, Sałata zielona 20g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 435,3800 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jabłko 100g, Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 161,6000 kcal

Dieta: ML Dieta bezmleczna

Śniadanie

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Margaryna roślinna 17g, Chleb graham 80g *(1), Bułka pszenna 100g *(1), Rzodkiewka 10g, Pomidory b/skórki 50g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 685,3400 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 200g *(9, 10), Roladka z kurczaka 80g, Marchew gotowana 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 721,6500 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Margaryna roślinna 17g, Pomidory bez skórki 50g, Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 530,9900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: P11 Dieta bezglutenowa(dzieci)

Śniadanie

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g, Jajko gotowane 60g *(3), Masło 20g *(7), Sałata zielona 20g, Chleb bezglutenowy 66g, Rzodkiewka 10g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 423,2700 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Roladka z kurczaka 80g, Surówka z marchwi i selera 200g *(9), ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 819,1100 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb bezglutenowy 66g, Sałata zielona 20g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 368,1800 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dieta: P12 Dieta bezgl. i bezml dla dz.i mł

Śniadanie

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 30g, Jajko gotowane 60g *(3), Margaryna roślinna 17g, Sałata zielona 20g, Chleb bezglutenowy 66g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 384,5100 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Roladka z kurczaka 80g, Surówka z marchwi i selera 200g *(9), ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 783,4300 kcal

Dodatek Podwieczorku

kisiel b-glutenowy 220g *(5, 6, 8), Biskopki bezglutenowe 20g *(3)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 71,6000 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 30g, Margaryna roślinna 17g, Pomidory 50g, Chleb bezglutenowy 66g, Herbata b/cukru 220g, Sałata zielona 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 331,0100 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dieta: P15 Bezmleczna(dzieci)

Śniadanie

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Margaryna roślinna 17g, Bułka pszenna 100g *(1), Rzodkiewka 10g, Pomidory b/skórki 50g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 506,9400 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mis 200g *(9, 10), Roladka z kurczaka 80g, Marchew gotowana 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 721,6500 kcal

Dodatek Podwieczorku

Kisiel owocowy 220g *(1), Biskopki 20g *(1, 3)

Wartości odżywcze:

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 50g, Margaryna roślinna 17g, Pomidory bez skórki 50g, Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 530,9900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: P2 Dieta łatwostrawna (dzieci)

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 180g *(1, 3, 5, 7, 11), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Bułka

pszenna 100g *(1), Pomidory 50g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 180g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 649,1500 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Pierogi leniwe z ziemniakami 220g *(1, 3, 7, 8),
Surówka z marchwi i selera 200g *(9), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 885,5700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 30g, Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Bułka pszenna 100g *(1), Herbata b/cukru 220g,
Sałata zielona 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 494,1600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dieta: P3 Dieta częściowo rozdrobniona (dzieci)

Śniadanie

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Masło 17g *(7), Bułka
pszenna 50g *(1), Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 578,2000 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw mięs 250g *(9, 10), Pierogi leniwe z ziemniakami 180g *(1, 3, 7, 8),
Marchew gotowana 100g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 642,8400 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Kolacja

Kiełbasa łopatkowa 30g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 329,1600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: WE Wegetariańska

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku 250g *(1, 3, 5, 7, 11), Twaróg 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1),
Pomidory 50g, Papryka czerwona 50g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 742,0000 kcal

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem na wyw warz 250g *(9, 10), Pierogi leniwe z ziemniakami 220g *(1, 3, 7, 8),

Surówka z marchwi i selera 200g *(9), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 885,5700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Kolacja

Pasta jajeczna 80g *(3, 7, 10), Masło 17g *(7), Pomidory 50g, Chleb żytni 100g *(1), Sałata zielona 20g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 487,6100 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: 1 Dieta podstawowa

Śniadanie

Kasza j. na mleku 250g *(1, 5, 7, 11), kielbasa krakowska parzona 50g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Sałata zielona 20g, Papryka czerwona 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 697,7000 kcal

Obiad

Zupa ogórkowa na wyw mięs 250g *(7, 9, 10), Gołąbki z mięsa i ryżu kapusty w sosie pomidorowym 280g *(3, 7, 9, 10), ziemniaki 220g, Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 716,1500 kcal

Kolacja

Ser twarogowy z koperkiem i rzodkiewką 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 491,3500 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 12 Dieta papkowata

Śniadanie

Kasza j. na mleku 250g *(1, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Rzodkiewka 10g, Sałata zielona 20g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 654,1500 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), karkówka mielona 120g *(1), Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 666,1200 kcal

Kolacja

Ser twarogowy z koperkiem 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Brokuł gotowany 130g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 500,6700 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 14 Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie

Kasza j. na mleku 250g *(1, 5, 7, 11), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Jajko gotowane 60g *(3)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 636,4600 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), karkówka gotowana mielona 120g *(1), ziemniaki 120g, Buraczki 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 477,0200 kcal

Kolacja

Kaszka manna na mleku 250g *(1, 7), Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g *(1), Twaróg 80g *(7), Brokuł gotowany 130g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 544,2100 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Kefir 2% *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 70,5000 kcal

Dieta: 2Ch Dieta łatwostrawna (chirurgia)

Śniadanie

Kasza j. na mleku 250g *(1, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Bułka pszenna 100g *(1), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 672,1500 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), Bitka wieprzowa w sosie 120g *(1), Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 832,1400 kcal

Kolacja

Ser twarogowy z koperkiem i rzodkiewką 80g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Masło 17g *(7), Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 566,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 3 Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Kasza j. na mleku 250g *(1, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 60g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 653,1100 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), Schab gotowany 70g, Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 644,1700 kcal

Kolacja

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Pomidory b/skórki 50g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 509,6600 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 3/6in Dieta łatwostr. z ogr. tł. i ł. przysw. węgl.

Śniadanie

Kasza j. na mleku 250g *(1, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 641,5100 kcal

Dodatek 6 In.S

Półdewica drobiowa 20g *(1, 3, 6, 9, 10), Bułka pszenna 50g *(1), Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 234,0400 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), Schab gotowany 70g, Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 499,7700 kcal

Kolacja

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 509,6600 kcal

Dodatek 6 In.K

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 6 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Kasza j. na mleku 250g *(1, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 663,1500 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), Bitka wieprzowa w sosie 120g *(1), Buraczki 120g, ziemniaki 220g, Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 814,5200 kcal

Kolacja

Ser twarogowy z koperkiem i rzodkiewką 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 499,0500 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: 6 in Dieta z ogr. ł. przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Kasza j. na mleku 250g *(1, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 663,1500 kcal

Dodatek 6 In.S

Półdewica drobiowa 20g *(1, 3, 6, 9, 10), Sałata zielona 20g, Chleb graham 100g *(1), Masło 17g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 377,8600 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), Bitka wieprzowa w sosie 120g *(1), Buraczki 120g, ziemniaki 220g, Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 659,4200 kcal

Kolacja

Ser twarogowy z koperkiem i rzodkiewką 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 499,0500 kcal

Dodatek 6 In.K

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C1.. Dieta podstawowa dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Kasza jęczmienna na mleku 285g *(1, 5, 7, 11), Szyńka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Chleb razowy 80g *(1), Masło 17g *(7), Sałata zielona 30g, Papryka czerwona 50g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 574,5000 kcal

Obiad

Zupa ogórkowa na wyw mięs 250g *(1, 7, 9, 10), Gołąbki z mięsa i ryżu kapusty w sosie pomidorowym 280g *(1, 3, 7, 9, 10), ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 1.079,3500 kcal

Dodatek Podwieczorku

Polędwica drobiowa 30g *(1, 3, 6, 9, 10), Bułka grahamka 50g *(1), Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 228,1400 kcal

Kolacja

Ser twarogowy z koperkiem i rzodkiewką 80g *(7), Chleb razowy 120g *(1), Masło 20g *(7), Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Herbata b/cukryu

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 566,0900 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C2 Dieta łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży

Śniadanie

Kasza jęczmienna na mleku 285g *(1, 5, 7, 11), Szyńka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 30g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 672,1500 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), Bitka wieprzowa w sosie 120g *(1), Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 679,0200 kcal

Dodatek Podwieczorku

Polędwica drobiowa 30g *(1, 3, 6, 9, 10), Bułka grahamka 50g *(1), Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 228,1400 kcal

Kolacja

Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 20g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Herbata b/cukryu

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 532,1000 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C2dz Dieta łatwostrawna mat. karmiąca (dzie)

Śniadanie

Kasza j. na mleku 250g *(1, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 733,1500 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), Bitka wieprzowa w sosie 120g *(1), Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 679,0200 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Kolacja

Ser twarogowy z koperkiem i rzodkiewką 80g *(7), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 100g *(1), Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 569,0500 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C2I Dieta łatwostrawna dla kobiet w okr. laktacji

Śniadanie

Kasza jęczmienna na mleku 285g *(1, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Twaróg 20g *(7), Chleb razowy 80g *(1), Masło 17g *(7), Sałata zielona 30g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 591,1500 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), Bitka wieprzowa w sosie 120g *(1), Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 679,0200 kcal

Dodatek Podwieczorku

Polędwica drobiowa 30g *(1, 3, 6, 9, 10), Bułka grahamka 50g *(1), Masło. 8g *(7), Sałata zielona 20g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 228,1400 kcal

Kolacja

Ser twarogowy z koperkiem i rzodkiewką 80g *(7), Chleb razowy 120g *(1), Masło 20g *(7), Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Herbata b/cukryu

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 566,0900 kcal

Dodatek 2 Śniadania

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: C3 Z ogr. ł.przysw.węglow./dla k.w ciąży lub w okr. laktacji

Śniadanie

Kasza j. na mleku 250g *(1, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 60g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 674,7500 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), Bitka wieprzowa w sosie 120g *(1), ziemniaki 220g, Buraczki 120g, Woda Mineralna

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 659,4200 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Kolacja

Ser twarogowy z koperkiem i rzodkiewką 80g *(7), Polędwica drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb graham 100g *(1), Sałata zielona 20g, Pomidory 100g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 571,0500 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: GL Dieta bezglutenowa

Śniadanie

Kaszka b-glutenowa na mleku 200g *(7), Kielbasa szynkowa wieprzowa 60g, Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 100g, Sałata zielona 20g, Pomidory 100g, Rzodkiewka 10g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 605,9100 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), Karkówka gotowana 110g, Buraczki 110g, ziemniaki puree 220g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 654,9500 kcal

Kolacja

Ser twarogowy z koperkiem i rzodkiewką 80g *(7), szynka wieprzowa gotowana 50g, Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 100g, sałata z jogurtem naturalnym i natką 65g *(7), Pomidory 50g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 625,1800 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

Dieta: ML Dieta bezmleczna

Śniadanie

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Margaryna roślinna 17g, Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 457,9400 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), Karkówka gotowana 75g, ziemniaki 220g, Buraczki 100g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 590,0700 kcal

Kolacja

Jajko gotowane 60g *(3), SZynka wieprzowa gotowana 40g, Margaryna roślinna 17g, Bułka pszenna 50g *(1), Chleb żytni 50g *(1), Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 551,7900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g, Margaryna roślinna 17g, Pomidory 50g, Chleb graham 80g *(1), Kiełbasa łopatkowa 30g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 448,8900 kcal

Dieta: P11 Dieta bezglutenowa(dzieci)

Śniadanie

Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 66g, Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 334,6300 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), Karkówka gotowana 70g, Buraczki 100g, ziemniaki puree 200g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 583,7500 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jabłko 100g, Biskopki bezglutenowe 20g *(3)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,6000 kcal

Kolacja

Ser twarogowy z rzodkiewką i koperkiem 50g *(7), Masło 17g *(7), Chleb bezglutenowy 66g, Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 355,6700 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: P12 Dieta bezgl. i bezml dla dz.i mł

Śniadanie

Kielbasa szynkowa wieprzowa 50g, Margaryna roślinna 17g, Chleb bezglutenowy 66g, Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 334,4600 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), Karkówka gotowana 75g, Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 590,0700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jabłko 100g, Biskopki bezglutenowe 20g *(3)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,6000 kcal

Kolacja

Jajko gotowane 60g *(3), Margaryna roślinna 17g, Chleb bezglutenowy 66g, Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 355,9100 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: P15 Bezmleczna(dzieci)

Śniadanie

Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Margaryna roślinna 17g, Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Herbata b/cukru 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 444,9400 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), Karkówka gotowana 75g, ziemniaki 220g, Buraczki 100g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 590,0700 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jabłko 100g, Biskopki 20g *(1, 3)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Kolacja

Jajko gotowane 60g *(3), Margaryna roślinna 17g, Bułka pszenna 50g *(1), Chleb żytni 50g *(1), Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 479,3900 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Dieta: P2 Dieta łatwostrawna (dzieci)

Śniadanie

Kasza j. na mleku 250g *(1, 5, 7, 11), Szynka drobiowa 50g *(1, 3, 6, 9, 10), Masło 17g *(7), Chleb żytni 50g *(1), Bułka pszenna 50g *(1), Sałata zielona 20g, Rzodkiewka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 693,6500 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), Bitka wieprzowa w sosie 120g *(1), Buraczki 100g, ziemniaki 220g, Sok owocowy

200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 642,1200 kcal

Dodatek Podwieczorku

Jabłko 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 41,0000 kcal

Kolacja

Ser twarogowy z rzodkiewką i koperkiem 50g *(7), Masło 17g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Chleb żytni 50g *(1), Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 470,0000 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: P3 Dieta częściowo rozdrobniona (dzieci)

Śniadanie

Kasza j. na mleku 180g *(1, 5, 7, 11), Masło 8g *(7), Szynka drobiowa 30g *(1, 3, 6, 9, 10), Bułka pszenna 50g *(1), Rzodkiewka 10g, Marchew gotowana 100g, Kawa zbożowa z mlekiem 180g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 457,2700 kcal

Obiad

Zupa ryżowa 250g *(9), karkówka gotowana mielona 70g *(1), ziemniaki 120g, Buraczki 60g, Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 493,9200 kcal

Dodatek Podwieczorku

Mus owocowy 100g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 74,0000 kcal

Kolacja

Twaróg 50g *(7), Masło 8g *(7), Bułka pszenna 50g *(1), Brokuł gotowany 130g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 321,5400 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt owocowy 120g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 112,8000 kcal

Dieta: WE Wegetariańska

Śniadanie

Kasza j. na mleku 250g *(1, 5, 7, 11), Ser żółty 30g *(7), Dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Sałata zielona 20g, Papryka czerwona 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 220g *(1, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 778,4000 kcal

Obiad

Zupa ogórkowa na wyw warz 250g *(7, 9, 10), Ryż na mleku zapiekany z jabłkami i cynamonem 260g *(7), Sok owocowy 200g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 658,0000 kcal

Dodatek Podwieczorku

Budyń 220g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 122,0000 kcal

Kolacja

Ser twarogowy z koperkiem i rzodkiewką 80g *(7), Masło 17g *(7), Chleb żytni 100g *(1), Sałata zielona 20g, Pomidory 50g, Herbata 220g

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 491,3500 kcal

Dodatek 2 Kolacji

Jogurt naturalny 170g *(7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 120,6000 kcal

.....
sporządził
/Gniłka Lidia/

.....
zatwierdził

* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

1	Gluten	2	Skorupiaki	3	Jaja (jadalne)
4	Ryba	5	Orzeszki ziemne	6	Białko sojowe
7	Białko mleka krowiego	8	Orzechy i nasiona	9	Seler
10	Musztarda/gorczyca	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza	P15	Albumina
P16	Ananas	P17	Arbuz	P18	Aspartam
P19	Banan	P20	Białko jaja kurzego	P21	Borówka
P22	Bób	P23	Brzoskwinia	P24	Cebula
P25	Cynamon	P26	Cytrynian	P27	Czekolada
P28	Czosnek	P29	Dodatek do żywności	P30	Dorsz
P31	Drób	P32	Figi	P33	Gałka muszkatołowa
P34	Glutaminian	P35	Goździk	P36	Grzyb
P37	Homar	P38	Imbir	P39	Jabłko
P40	Kalmar	P41	Kokos	P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab	P44	Krewetki	P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego	P47	Laktoza	P48	Maliny
P49	Małże	P50	Marchew	P51	Mątwą
P52	Melon	P53	Mięso	P54	Mięso czerwone
P55	Migdał	P56	Nabiał	P57	Nasiona
P58	Olej rybi	P59	Olejek migdałowy	P60	Orzech
P61	Orzech laskowy	P62	Orzech nerkowca	P63	Orzech włoski - orzech
P64	Orzeszki piniowe	P65	Ostryga	P66	Ośmiornica
P67	Owies	P68	Owoc	P69	Owoc cytrusowy
P70	Owoc kiwi	P71	Owoc mango	P72	Papryka
P73	Pistacja	P74	Pomarańcza - owoc	P75	Pomidor
P76	Pszenica	P77	Ryż	P78	Ser
P79	Skorupiak morski	P80	Sok jabłkowy	P81	Truskawka
P82	Tuńczyk	P83	Warzywa strączkowe	P84	Wieprzowina
P85	Wiśnia	P86	Zboża	P87	Ziarna soi
P88	Ziemniak	P89	Zioła i przyprawy	P90	Żyto
P91	Żywność na bazie mleka ssaków				