

piątek, 13 wrzesień 2024

Śniadanie

kawa zbożowa z mlekiem (mleko,kawa zbożowa) mleko, gluten	200 ml
pieczywo graham (mąka graham,mąka pszenna,jaja,woda) jaja, gluten	140 g
masło (mleko)	10 g
jajecznica ze szczypiorkiem (jaja, margaryna,szczypiorek) jaja	160 g
kielbasa-szynka prasowana (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
pomidor	60 gram
liść sałaty zielonej	5 g

II Śniadanie

sok pomidorowy	100 g
----------------	-------

Obiad

zupa selerowa z ziemniakami (seler, marchew, pietruszka, ziemniaki, śmietana, mąka) mleko, gluten, seler	450 ml
kaszotto dietetyczne z mięsa i jarzyn (kasza jęczmienna,mięso drobiowe, boczek, brokuły,marchew,seler,pietruszka) gluten, seler	
banan	100 g
sałata zielona z sosem ogrodowym gorczyca	
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

Podwieczorek

surówka z marchwi i jabłka (pod.-cukrzy)

Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo graham (kolacja) (mąka graham, mąka pszenna,jaja) jaja, gluten	140 g
masło (mleko)	10 g
kielbasa krakowska (mięso wieprzowe-peklowane,wędzone) gluten, soja	45 g
sał z kap.pekińskiej,kukurydzy i jabłka (kapusta pekińska,jabłko,kukurydza,olej,musztarda) gorczyca	

Posiłek nocy

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

piątek, 13 wrzesień 2024

Energia	:	2239.1000 kcal
Białko	:	87.6810 g
Tłuszcz	:	79.2150 g
Węglowodany przyswajalne	:	236.5100 g
Sód	:	2482.9000 mg
Sól	:	5.3480 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	31.9370 g
Glukoza	:	12.0320 g
Fruktoza	:	17.8880 g
Sacharoza	:	21.2590 g
Laktoza	:	7.8800 g
Skrobia	:	171.8600 g
Błonnik pokarmowy	:	38.1790 g
Udział Energii z białka	:	17.4520 %
Udział Energii z tłuszczów	:	35.4750 %
Udział Energii z węglowodanów	:	47.0740 %

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

sobota, 14 wrzesień 2024

Śniadanie

herbata (herbata granulowana,woda)	250 ml
pieczywo graham (mąka graham,mąka pszenna,jaja,woda) jaja, gluten	140 g
masło (mleko)	10 g
ser topiony 1/2 mleko	50 gram
kiełbasa żywiecka (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
rzodkiewka-surówka (rzodkiewka)	30 g
liść sałaty zielonej	5 g

II Śniadanie

jajko gotowane jaja	55 g
------------------------	------

Obiad

zupa rosół z lanym ciastem (porcja rosółowa,marchew,pietruszka,seler,jaja,mąka) jaja, gluten, seler	450 ml
schab gotowany (schab)	100 g
marchew z wody- gotowana (marchew)	
brukselka z wody- gotowana (brukselka)	120 g
ziemniaki (ziemniaki)	300 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

Podwieczorek

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

Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo graham (kolacja) (mąka graham, mąka pszenna,jaja) jaja, gluten	140 g
masło (mleko)	10 g
twaróg 80g (twaróg) mleko	80 g
pomidor	80 gram
liść sałaty zielonej	5 g

Posiłek nocy

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

Dieta z Ograniczeniem
Łatwoprzyswajalnych Węglowodanów
sobota, 14 wrzesień 2024

Energia	:	2166.6000	kcal
Białko	:	121.1000	g
Tłuszcz	:	66.1750	g
Węglowodany przyswajalne	:	233.2700	g
Sód	:	2431.7000	mg
Sól	:	5.7620	g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	34.2950	g
Glukoza	:	8.4833	g
Fruktoza	:	12.6880	g
Sacharoza	:	23.7070	g
Laktoza	:	5.8800	g
Skrobia	:	177.2700	g
Błonnik pokarmowy	:	40.2320	g
Udział Energii z białka	:	24.0620	%
Udział Energii z tłuszczów	:	29.5860	%
Udział Energii z węglowodanów	:	46.3520	%

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler

niedziela, 15 wrzesień 2024

Śniadanie

herbata (herbata granulowana,woda)	250 ml
pieczywo graham (mąka graham,mąka pszenna,jaja,woda) jaja, gluten	140 g
masło (mleko)	10 g
pasta jajeczna (jaja, musztarda) jaja, gorczyca	80 g
kielbasa-szynka prasowana (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
ogórek zielony	35 g
liść sałaty zielonej	5 g

II Śniadanie

sok pomidorowy	100 g
----------------	-------

Obiad

zupa krem brokułowa z grzankami (brokuły, marchew,pietruszka,seler, śmietana, mąka, bułka pszenna, olej) mleko, gluten, seler	450 ml
bitki drobiowe w sosie (duszone) (mięso drobiowe,mleko,mąka)	120 g
sałatka z kapusty czerwonej z olejem (kapusta czerwona, cebula, olej)	120 g
surówka z selera i jabłka (seler korzeń,jabłko) seler	
ziemniaki (ziemniaki)	300 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

Podwieczorek

twaróg półtłusty (twaróg) mleko	60g
------------------------------------	-----

Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo graham (kolacja) (mąka graham, mąka pszenna,jaja) jaja, gluten	140 g
masło (mleko)	10 g
szynka drobiowa (mięso drobiowe) soja	47 g
sałatka ryżowo-warzywna(kolacja) (makaron, kukurydza,jogurt) mleko	50 g
liść sałaty zielonej	5 g

Posiłek nocy

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

niedziela, 15 wrzesień 2024

poniedziałek, 16 wrzesień 2024

Energia	:	2000.5000 kcal
Białko	:	95.9260 g
Tłuszcz	:	69.7430 g
Węglowodany przyswajalne	:	211.8600 g
Sód	:	2297.9000 mg
Sól	:	5.5635 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	27.3890 g
Glukoza	:	6.0377 g
Fruktoza	:	7.0086 g
Sacharoza	:	7.2615 g
Laktoza	:	2.4780 g
Skrobia	:	181.5500 g
Błonnik pokarmowy	:	32.6450 g
Udział Energii z białka	:	20.6420 %
Udział Energii z tłuszczów	:	33.7680 %
Udział Energii z węglowodanów	:	45.5900 %

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

Śniadanie

kawa zbożowa z mlekiem	200 ml
(mleko,kawa zbożowa) mleko, gluten	
pieczywo graham	140 g
(mąka graham,mąka pszenna,jaja,woda) jaja, gluten	
masło	10 g
(mleko)	
indyk w galarecie 65g	60 g
(drób,żelatyna)	
twaróg ze szczypiorkiem 60g	60 g
(twaróg) mleko	
papryka świeża	40 gram
liść sałaty zielonej	5 g

II Śniadanie

pomidor	100 gram
---------	----------

Obiad

zupa koperkowa z ziemniakami	450 ml
(koper,marchew,pietruska,seler,śmietana,mąka,olej) mleko, gluten, seler	
pulpet drobiowo wieprzowy- gotowany	90 g
(mięso drobiowe, mięso wieprzowe, jaja, bułka pszenna) jaja, gluten	
ćwikła - gotowana	130 g
(buraki)	
fasolka szparagowa z wody- gotowana	120 g
(fasolka szparagowa)	
ziemniaki	300 g
(ziemniaki)	
kompot	250 ml
(aronia,agrest,rabarbar)	

Podwieczorek

jajko gotowane	55 g
jaja	

Kolacja

herbata	250 ml
(herbata granulowana, woda)	
pieczywo graham (kolacja)	140 g
(mąka graham, mąka pszenna,jaja) jaja, gluten	
masło	10 g
(mleko)	
kielbasa krakowska	45 g
(mięso wieprzowe-peklowane,wędzone) gluten, soja	
sałata lodowa z warzywami	50 g
(sałata lodowa,olej) gorczyca	
kanapki(sprzedaż)20szt.	
jaja, mleko, gluten, soja	

Posiłek nocy

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

Dieta z Ograniczeniem
Łatwoprzyswajalnych Węglowodanów
poniedziałek, 16 wrzesień 2024

Energia	:	10607.0000	kcal
Białko	:	531.1600	g
Tłuszcz	:	421.9200	g
Węglowodany przyswajalne	:	1114.8000	g
Sód	:	15619.0000	mg
Sól	:	39.0790	g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	233.9400	g
Glukoza	:	18.6250	g
Fruktoza	:	21.4330	g
Sacharoza	:	70.9970	g
Laktoza	:	11.3400	g
Skrobia	:	878.5800	g
Błonnik pokarmowy	:	196.7800	g
Udział Energii z białka	:	20.4660	%
Udział Energii z tłuszczów	:	36.5780	%
Udział Energii z węglowodanów	:	42.9560	%

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

wtorek, 17 wrzesień 2024

Śniadanie

herbata (herbata granulowana,woda)	250 ml
pieczywo graham (mąka graham,mąka pszenna,jaja,woda) jaja, gluten	140 g
masło (mleko)	10 g
ser żółty 40g (mleko) mleko	40 gram
kielbasa-szynka prasowana (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
sałatka z brokułów (śniadanie) pacjenci (brokuły,jogurt,kukurydza kon.) mleko	60 g
liść sałaty zielonej	5 g

II Śniadanie

twaróg 60g (twaróg) mleko	60 g
------------------------------	------

Obiad

zupa szpinakowa z ziemniakmi (szpinak, marchew, pietruszka, seler, śmietana, mąka) mleko, gluten, seler	450 ml
gulasz drobiowy- duszony (mięso drobiowe,mąka,śmietana) mleko, gluten	
kasza gryczana gotowana (kasza gryczana)	
sałata zielona z sosem ogrodowym gorczyca	
jarzyny z wody- gotowane (marchew,seler,pietruszka) seler	120 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

Podwieczorek

surówka z marchwi i jabłka (pod.-cukrzy)

Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo graham (kolacja) (mąka graham, mąka pszenna,jaja) jaja, gluten	140 g
masło (mleko)	10 g
pieczeń wiedeńska (mięso wieprzowe,soja,gluten)	50g
ogórek konserwowy (ogórki,woda,ocet,cukier,sól,chrzan) gorczyca	60 g
liść sałaty zielonej	5 g
kanapki(sprzedaż)20szt. jaja, mleko, gluten, soja	

Posiłek nocy

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

wtorek, 17 wrzesień 2024

środa, 18 wrzesień 2024

Energia	: 10208.0000 kcal
Białko	: 487.9400 g
Tłuszcz	: 435.9200 g
Węglowodany przyswajalne	: 998.9600 g
Sód	: 16033.0000 mg
Sól	: 40.9570 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 235.0200 g
Glukoza	: 19.3930 g
Fruktoza	: 27.1660 g
Sacharoza	: 55.7230 g
Laktoza	: 4.7600 g
Skrobia	: 864.4900 g
Błonnik pokarmowy	: 149.2600 g
Udział Energii z białka	: 19.7730 %
Udział Energii z tłuszczów	: 39.7460 %
Udział Energii z węglowodanów	: 40.4810 %

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

Śniadanie

kakao (mleko,kakao,cukier) mleko	200 ml
pieczywo graham (mąka graham,mąka pszenna,jaja,woda) jaja, gluten	140 g
masło (mleko)	10 g
twaróg 60g (twaróg) mleko	60 g
rzodkiewka-surówka (rzodkiewka)	30 g
szynka drobiowa (mięso drobiowe) soja	47 g
liść sałaty zielonej	5 g

II Śniadanie

jajko gotowane jaja	55 g
------------------------	------

Obiad

zupa pomidorowa z makronem (przecier pomidorowy,makaron, marchew,pietruszka,seler,śmietana,olej) jaja, mleko, gluten, seler	450 ml
bitki wieprzowe b/k w sosie - duszone (mięsowieprzowe,mąka,mleko) gluten	110 g
sał.z kap.pekińs.i marchwi z olej (kapusta pekińska,marchew,olej)	
brokuły z wody-gotowane (brokuł)	120 g
ziemniaki (ziemniaki)	300 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

Podwieczorek

pomidor	100 gram
---------	----------

Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo graham (kolacja) (mąka graham, mąka pszenna,jaja) jaja, gluten	140 g
masło (mleko)	10 g
kiełbasa krakowska (mięso wieprzowe-peklowane,wędzone) gluten, soja	45 g
sałatka jarska z kurkumą (kolacja) (marchew,pietruszka,seler) seler, gorczyca	80 g
liść sałaty zielonej	5 g
kanapki(sprzedaż)20szt. jaja, mleko, gluten, soja	

Posiłek nocy

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

Dieta z Ograniczeniem
Łatwoprzyswajalnych Węglowodanów
środa, 18 wrzesień 2024

Energia	:	10300.0000	kcal
Białko	:	499.9900	g
Tłuszcz	:	431.7500	g
Węglowodany przyswajalne	:	1011.8000	g
Sód	:	15521.0000	mg
Sól	:	39.6570	g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	229.7000	g
Glukoza	:	23.0170	g
Fruktoza	:	24.3860	g
Sacharoza	:	58.9440	g
Laktoza	:	11.5200	g
Skrobia	:	868.2300	g
Błonnik pokarmowy	:	148.4300	g
Udział Energii z białka	:	20.1340	%
Udział Energii z tłuszczów	:	39.1190	%
Udział Energii z węglowodanów	:	40.7470	%

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

czwartek, 19 wrzesień 2024

Śniadanie

kawa zbożowa z mlekiem (mleko,kawa zbożowa) mleko, gluten	200 ml
pieczywo graham (mąka graham,mąka pszenna,jaja,woda) jaja, gluten	140 g
masło (mleko)	10 g
szynka drobiowa (mięso drobiowe) soja	47 g
ser topiony 1/2 mleko	50 gram
sałatka z selera konserwowego (seler kon.,ser żółty,majonez,jajka) jaja, mleko, seler, gorczyca	
liść sałaty zielonej	5 g

II Śniadanie

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

Obiad

zupa selerowa z ziemniakami (seler, marchew, pietruszka, ziemniaki, śmietana, mąka) mleko, gluten, seler	450 ml
jajko gotowane (jaja) jaja	55 g
surówka z marchwi i jabłka (marchew,jabłka)	140 g
kalafior z wody- gotowany (kalafior)	100 g
ziemniaki (ziemniaki)	300 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

Podwieczorek

twaróg półtłusty (twaróg) mleko	60g
------------------------------------	-----

Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo graham (kolacja) (mąka graham, mąka pszenna,jaja) jaja, gluten	140 g
masło (mleko)	10 g
kiełbasa krakowska (mięso wieprzowe-peklowane,wędzone) gluten, soja	45 g
pomidor	80 gram
liść sałaty zielonej	5 g
kanapki(sprzedaj)20szt. jaja, mleko, gluten, soja	

Posiłek nocy

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

czwartek, 19 wrzesień 2024

Energia	: 10308.0000 kcal
Białko	: 488.3400 g
Tłuszcz	: 444.6500 g
Węglowodany przyswajalne	: 996.5300 g
Sód	: 16271.0000 mg
Sól	: 41.6690 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 241.8600 g
Glukoza	: 20.8130 g
Fruktoza	: 29.0240 g
Sacharoza	: 52.5140 g
Laktoza	: 11.9330 g
Skrobia	: 857.7800 g
Błonnik pokarmowy	: 147.8500 g
Udział Energii z białka	: 19.6490 %
Udział Energii z tłuszczów	: 40.2550 %
Udział Energii z węglowodanów	: 40.0960 %

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