

piątek, 2 sierpień 2024

Śniadanie

kawa zbożowa z mlekiem (mleko,kawa zbożowa) mleko, gluten	200 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
indyk w galarecie 65g (drób,zelatyna)	60 g
ser żółty 40g (mleko) mleko	40 gram
pomidor	60 gram
liść sałaty zielonej	5 g

Obiad

zupa pomidorowa z lanym ciastem (przecier pomidorowy, jaja,mąka,marchew,pietruska,seler,olej) jaja, mleko, gluten, seler	450 ml
jajka sadzone- smażone (jaja,olej) jaja	55 g
sałata zielona ze śmietaną (sałata zielona, śmietana) mleko	
ziemniaki (ziemniaki)	300 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
kiełbasa krakowska (mięso wieprzowe-peklowane,wędzone) gluten, soja	45 g
sałatka makaronowa-warzywna(kolacja) (makaron, kukurydza,jogurt) jaja, mleko, gluten, seler	60 g
liść sałaty zielonej	5 g

Posiłek nocy

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

Energia	: 2300.0000 kcal
Białko	: 82.7290 g
Tłuszcz	: 70.7600 g
Węglowodany przyswajalne	: 283.0700 g
Sód	: 2469.3000 mg
Sól	: 5.6156 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 39.9550 g
Glukoza	: 7.6002 g
Fruktoza	: 7.3562 g
Sacharoza	: 41.9870 g
Laktoza	: 11.2300 g
Skrobia	: 205.8400 g
Błonnik pokarmowy	: 24.7680 g
Udział Energii z białka	: 15.7580 %
Udział Energii z tłuszczów	: 30.3250 %
Udział Energii z węglowodanów	: 53.9170 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler

sobota, 3 sierpień 2024

Śniadanie

herbata (herbata granulowana,woda)	250 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
pasta twarogowa kurkuma (twaróg,jaja,curkuma) jaja, mleko	60 g
kiełbasa-szynka prasowana (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
pomidor	60 gram
liść sałaty zielonej	5 g

Obiad

zupa jarzynowa z ziemniakami p/l (marchew,pietruska,seler, brokuły, brukselka,smietana,mąka) mleko, gluten, seler	450 ml
udziec pieczony z kurczaka (udziec z kurczaka, olej)	150 g
sur z rzepy jabłka i marchwi (rzepa,marchew,jabłko,olej)	110 g
ziemniaki (ziemniaki)	300 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
kiełbasa krakowska (mięso wieprzowe-peklowane,wędzone) gluten, soja	45 g
sałatka z brokułów (kolacja) pacjenci (brokuły,jogurt,kukurydza kon.) mleko	80 g

Posiłek nocy

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

Energia	: 2294.2000 kcal
Białko	: 95.3440 g
Tłuszcz	: 60.8540 g
Węglowodany przyswajalne	: 293.1200 g
Sód	: 5749.2000 mg
Sól	: 5.0896 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 29.8250 g
Glukoza	: 4.5704 g
Fruktoza	: 5.4949 g
Sacharoza	: 58.0980 g
Laktoza	: 7.3200 g
Skrobia	: 200.0400 g
Błonnik pokarmowy	: 29.3100 g
Udział Energii z białka	: 18.1470 %
Udział Energii z tłuszczów	: 26.0610 %
Udział Energii z węglowodanów	: 55.7910 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler

niedziela, 4 sierpień 2024

Śniadanie

herbata (herbata granulowana,woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (niedziela) (mąka pszenna,jaja) jaja, gluten	150 g
masło (mleko)	10 g
szynka drobiowa (mięso drobiowe) soja	47 g
ser topiony 1/3 mleko	33 gram
sałata lodowa z sosem ogrodowym (sałata, musztarda, olej) gorczyca	

Obiad

zupa ryżowa (porcja rosolowa,marchew,pietruszk,seler,ryż) seler	450 ml
bitki wieprzowe- duszone(w sosie) (mięso wieprzowe,mąka,mleko) mleko, gluten	
ćwikła - gotowana (buraki)	130 g
ziemniaki (ziemniaki)	300 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
szynka drobiowa (mięso drobiowe) soja	47 g
sałatka jarska z kurkumą (kolacja) (marchew,pietruszk,seler) seler, gorczyca	80 g
liść sałaty zielonej	5 g

Posiłek nocy

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

Energia	:	2143.5000 kcal
Białko	:	95.0820 g
Tłuszcz	:	64.5730 g
Węglowodany przyswajalne	:	281.5600 g
Sód	:	2914.9000 mg
Sól	:	6.4960 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	19.3520 g
Glukoza	:	2.4592 g
Fruktoza	:	2.3120 g
Sacharoza	:	51.3160 g
Laktoza	:	3.3280 g
Skrobia	:	212.0400 g
Błonnik pokarmowy	:	28.8480 g
Udział Energii z białka	:	18.2170 %
Udział Energii z tłuszczów	:	27.8370 %
Udział Energii z węglowodanów	:	53.9460 %

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

poniedziałek, 5 sierpień 2024

Śniadanie

kawa zbożowa z mlekiem (mleko,kawa zbożowa) mleko, gluten	200 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
jajecznica ze szczypiorkiem (jaja, margaryna,szczypiorek) jaja	160 g
kiełbasa-szynka prasowana (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
pomidor	60 gram
liść sałaty zielonej	5 g

Obiad

zupa krupnik z ziemniakami (kasza jęczmienna,marchew,pietruszk,seler,ziemniaki,olej słonecz.) mleko, gluten, seler	450 ml
pulpet drobiowo wieprzowy- gotowany (mięso drobiowe, mięso wieprzowe, jaja, bułka pszenna) jaja, gluten	90 g
surówka z selera i jabłka (seler korzeń,jabłko) seler	
ziemniaki (ziemniaki)	300 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
kiełbasa krakowska (mięso wieprzowe-peklowane,wędzone) gluten, soja	45 g
pomidor	80 gram
liść sałaty zielonej	5 g

Posiłek nocy

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

Energia	:	2311.4000 kcal
Białko	:	97.2860 g
Tłuszcz	:	63.2630 g
Węglowodany przyswajalne	:	285.1400 g
Sód	:	2328.7000 mg
Sól	:	5.6230 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	31.8940 g
Glukoza	:	6.8270 g
Fruktoza	:	9.2547 g
Sacharoza	:	48.3850 g
Laktoza	:	10.1400 g
Skrobia	:	205.8200 g
Błonnik pokarmowy	:	28.1810 g
Udział Energii z białka	:	18.5390 %
Udział Energii z tłuszczów	:	27.1250 %
Udział Energii z węglowodanów	:	54.3360 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler

wtorek, 6 sierpień 2024

Śniadanie

kawa zbożowa z mlekiem (mleko,kawa zbożowa) mleko, gluten	200 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
ser żółty 40g (mleko) mleko	40 gram
kielbasa żywiecka (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
rzodkiewka-surówka (rzodkiewka)	30 g
liść sałaty zielonej	5 g

Obiad

zupa brokułowa z ziemniakami (brokuły,marchew,pietruszka,seler,śmietana,mąka,olej) mleko, gluten, seler	450 ml
makaron gotowany z serem białym (makaron durum, twaróg, olej) jaja, mleko, gluten	250 g
jabłko (jabłko)	180 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
pasztet kremowy (mięso wieprzowe, wątroba wieprzowa, kasza manna) mleko, gluten, soja	55 g
pomidor	80 gram
liść sałaty zielonej	5 g

Posiłek nocy

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

Energia	: 2603.3000 kcal
Białko	: 94.6340 g
Tłuszcz	: 80.8320 g
Węglowodany przyswajalne	: 341.5500 g
Sód	: 2324.2000 mg
Sól	: 5.7987 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 35.7520 g
Glukoza	: 9.4134 g
Fruktoza	: 13.3360 g
Sacharoza	: 54.0880 g
Laktoza	: 12.2600 g
Skrobia	: 243.7600 g
Błonnik pokarmowy	: 27.5480 g
Udział Energii z białka	: 15.3120 %
Udział Energii z tłuszczów	: 29.4260 %
Udział Energii z węglowodanów	: 55.2620 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler

środa, 7 sierpień 2024

Śniadanie

herbata (herbata granulowana,woda)	250 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
pasta bułgarska (twaróg,jaja,koncentrat pomidorowy,szczypiorek) jaja, mleko	60 g
kielbasa-szynka prasowana (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
miód porcjowy (miód)	1 szt
liść sałaty zielonej	5 g

Obiad

zupa rosół z lanym ciastem (porcja rosółowa,marchew,pietruszka,seler,jaja,mąka) jaja, gluten, seler	450 ml
bitki drobiowe w sosie (duszone) (mięso drobiowe,mleko,mąka) mleko, gluten	120 g
sał.z kap.pekińs.i marchwi z olej (kapusta pekińska,marchew,olej)	
ziemniaki (ziemniaki)	300 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
kielbasa krakowska (mięso wieprzowe-peklowane,wędzone) gluten, soja	45 g
sałatka makaronowa-warzywna(kolacja) (makaron, kukurydza,jogurt) jaja, mleko, gluten, seler	60 g
liść sałaty zielonej	5 g

Posiłek nocy

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

Energia	: 2506.4000 kcal
Białko	: 99.1360 g
Tłuszcz	: 74.6780 g
Węglowodany przyswajalne	: 307.8900 g
Sód	: 2227.7000 mg
Sól	: 5.1619 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 30.9130 g
Glukoza	: 5.5963 g
Fruktoza	: 9.9100 g
Sacharoza	: 45.2650 g
Laktoza	: 4.7500 g
Skrobia	: 217.4100 g
Błonnik pokarmowy	: 28.3620 g
Udział Energii z białka	: 17.2400 %
Udział Energii z tłuszczów	: 29.2200 %
Udział Energii z węglowodanów	: 53.5410 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler

czwartek, 8 sierpień 2024

Śniadanie

kawa zbożowa z mlekiem (mleko,kawa zbożowa) mleko, gluten	200 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
kielbasa żywiecka (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
sałatka z brokułów(śniadanie) pacjenci (brokuły,jogurt,kukurydza kon.) mleko	60 g
ser topiony 1/3 mleko	33 gram
liść sałaty zielonej	5 g

Obiad

zupa ziemniaczanka (ziemniaki,marchew,pietruszka,seler,śmietana,mąka) mleko, gluten, seler	450 ml
kaszotto dietetyczne z mięsa i jarzyn (kasza jęczmienna,mięso drobiowe, boczek, brokuły,marchew,seler,pietruszka) gluten, seler	
sos pomidorowy mleko, gluten, seler	
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
pieczeń wiedeńska (mięso wieprzowe,soja,gluten)	50g
rzodkiewka-surówka (rzodkiewka)	30 g
liść sałaty zielonej	5 g

Posiłek nocy

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

Energia	:	2052.2000 kcal
Białko	:	72.0140 g
Tłuszcz	:	72.2010 g
Węglowodany przyswajalne	:	254.6400 g
Sód	:	2404.4000 mg
Sól	:	5.7855 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	31.4910 g
Glukoza	:	2.8995 g
Fruktoza	:	2.8525 g
Sacharoza	:	32.4350 g
Laktoza	:	11.0600 g
Skrobia	:	196.2300 g
Błonnik pokarmowy	:	25.9280 g
Udział Energii z białka	:	14.7240 %
Udział Energii z tłuszczów	:	33.2140 %
Udział Energii z węglowodanów	:	52.0620 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler