

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
szynka drobiowa (mięso drobiowe) soja	47 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, 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, gorczyca	60 g
liść sałaty zielonej	5 g

Posiłek nocy

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

Energia	: 2275.4000 kcal
Białko	: 85.8160 g
Tłuszcz	: 74.4550 g
Węglowodany przyswajalne	: 283.9400 g
Sód	: 2577.3000 mg
Sól	: 6.4568 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 34.8450 g
Glukoza	: 7.7493 g
Fruktoza	: 7.4878 g
Sacharoza	: 42.4140 g
Laktoza	: 10.8700 g
Skrobia	: 205.8500 g
Błonnik pokarmowy	: 24.9300 g
Udział Energii z białka	: 15.9720 %
Udział Energii z tłuszczów	: 31.1800 %
Udział Energii z węglowodanów	: 52.8480 %

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

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) 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	: 2183.0000 kcal
Białko	: 93.3340 g
Tłuszcz	: 53.7740 g
Węglowodany przyswajalne	: 283.9200 g
Sód	: 5705.6000 mg
Sól	: 4.9798 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 28.3670 g
Glukoza	: 4.2104 g
Fruktoza	: 5.1749 g
Sacharoza	: 57.1280 g
Laktoza	: 6.9600 g
Skrobia	: 192.9800 g
Błonnik pokarmowy	: 27.6900 g
Udział Energii z białka	: 18.7330 %
Udział Energii z tłuszczów	: 24.2840 %
Udział Energii z węglowodanów	: 56.9840 %

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	:	2101.4000 kcal
Białko	:	95.0550 g
Tłuszcz	:	59.6080 g
Węglowodany przyswajalne	:	282.0200 g
Sód	:	2898.9000 mg
Sól	:	6.4553 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	19.0280 g
Glukoza	:	2.6083 g
Fruktoza	:	2.4436 g
Sacharoza	:	51.4830 g
Laktoza	:	3.3280 g
Skrobia	:	212.0500 g
Błonnik pokarmowy	:	28.9970 g
Udział Energii z białka	:	18.5950 %
Udział Energii z tłuszczów	:	26.2370 %
Udział Energii z węglowodanów	:	55.1690 %

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.) 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	:	2295.7000 kcal
Białko	:	97.0090 g
Tłuszcz	:	61.4980 g
Węglowodany przyswajalne	:	285.2400 g
Sód	:	2309.0000 mg
Sól	:	5.5730 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	30.8270 g
Glukoza	:	6.9761 g
Fruktoza	:	9.3863 g
Sacharoza	:	48.5520 g
Laktoza	:	9.7800 g
Skrobia	:	205.8300 g
Błonnik pokarmowy	:	28.3300 g
Udział Energii z białka	:	18.6340 %
Udział Energii z tłuszczów	:	26.5780 %
Udział Energii z węglowodanów	:	54.7880 %

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) 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
szynka drobiowa (mięso drobiowe) soja	47 g
pomidor	80 gram
liść sałaty zielonej	5 g

Posiłek nocy

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

Energia	:	2486.9000 kcal
Białko	:	96.2560 g
Tłuszcz	:	68.4250 g
Węglowodany przyswajalne	:	338.6900 g
Sód	:	2370.2000 mg
Sól	:	5.9130 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	32.7050 g
Glukoza	:	9.4879 g
Fruktoza	:	13.4020 g
Sacharoza	:	54.0060 g
Laktoza	:	12.0800 g
Skrobia	:	240.8500 g
Błonnik pokarmowy	:	27.4030 g
Udział Energii z białka	:	16.3450 %
Udział Energii z tłuszczów	:	26.1430 %
Udział Energii z węglowodanów	:	57.5120 %

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)	300 g
ziemniaki (ziemniaki)	300 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

Kolacja

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

Posiłek nocy

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

Energia	:	2602.2000 kcal
Białko	:	99.2160 g
Tłuszcz	:	84.9660 g
Węglowodany przyswajalne	:	308.4400 g
Sód	:	2262.9000 mg
Sól	:	5.2492 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	32.0130 g
Glukoza	:	5.6709 g
Fruktoza	:	9.9758 g
Sacharoza	:	45.6090 g
Laktoza	:	4.7500 g
Skrobia	:	217.4100 g
Błonnik pokarmowy	:	28.4490 g
Udział Energii z białka	:	16.5680 %
Udział Energii z tłuszczów	:	31.9250 %
Udział Energii z węglowodanów	:	51.5070 %

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

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,pietruszk,seler,śmietana,mąka) gluten, seler	450 ml
kaszotto dietetyczne z mięsa i jarzyn (kasza jęczmienna,mięso drobiowe, boczek, brokuły,marchew,seler,pietruszk) gluten, seler	
sos pomidorowy mleko, gluten	
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	:	2036.1000 kcal
Białko	:	71.3010 g
Tłuszcz	:	71.1860 g
Węglowodany przyswajalne	:	253.5200 g
Sód	:	2383.6000 mg
Sól	:	5.7326 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	30.9360 g
Glukoza	:	2.4787 g
Fruktoza	:	2.2741 g
Sacharoza	:	32.5220 g
Laktoza	:	10.8800 g
Skrobia	:	196.2100 g
Błonnik pokarmowy	:	25.7970 g
Udział Energii z białka	:	14.7010 %
Udział Energii z tłuszczów	:	33.0250 %
Udział Energii z węglowodanów	:	52.2740 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler