

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-22 poniedziałek	Podstawowa OLK KOD:1	Płatki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni 30g /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) twarożek naturalny 100 g (MLE, BIA) Jabłko 100 g Herbata 250 g		Barszcz czerwony z ziemniakami /a1,7/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, ŻYT) Gulasz wieprzowy mięso duszone/a1 200 g (GLU) Surówka z selera i jabłka 150 g (MLE, BIA, SEL) Ryż na sypko 200 g (MLE) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szynka wieprzowa gotowana extra 40 g (GLU) jogurt naturalny 100g 1 szt sałatka z pomidora, ogórka zielonego i kiszzonego 100 g Herbata 250 g	Mus owocowy 100 g (MLE)	Energia [kcal] 2 510,50 Białko ogółem [g] 97,40 Tłuszcz [g] 90,30 Węglowodany ogółem [g] 350,10 Cholesterol [mg] 209,10 Błonnik pokarmowy [g] 30,40 Sód [mg] 2 482,80
	Podstawowa Dzieci OLK KOD: P1	Płatki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) twarożek naturalny 100 g (MLE, BIA) Jabłko 100 g Herbata 250 g	Kisiel b/c 150 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami /a1,7/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, ŻYT) Kopytka na słodko 200 g /a1,3/ 200 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Marchew oprószana /a1,7/ 150 g (MLE, GLU) Kompot owocowy 250 ml	pudding waniliowy 1 szt (MLE, GLU, JAJ)	Chleb graham /a1,3,7/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szynka wieprzowa gotowana extra 40 g (GLU) jogurt naturalny 100g 1 szt sałatka z pomidora i sałaty 100 g Herbata 250 g	Mus owocowy 100 g (MLE)	Energia [kcal] 2 454,90 Białko ogółem [g] 82,60 Tłuszcz [g] 64,40 Węglowodany ogółem [g] 409,40 Cholesterol [mg] 165,30 Błonnik pokarmowy [g] 32,10 Sód [mg] 3 088,50
	Łatwostrawna OLK KOD: 2	Płatki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) twarożek naturalny 100 g (MLE, BIA) Jabłko 100 g Herbata 250 g		Jarzynowa z ziemniakami /a1,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Gulasz drobiowy mięso duszone 200 g (GLU) Marchew oprószana /a1,7/ 150 g (MLE, GLU) Ryż na sypko 200 g (MLE) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szynka wieprzowa gotowana extra 40 g (GLU) jogurt naturalny 100g 1 szt sałatka z pomidora i sałaty 100 g Herbata 250 g	Mus owocowy 100 g (MLE)	Energia [kcal] 2 406,40 Białko ogółem [g] 106,40 Tłuszcz [g] 82,90 Węglowodany ogółem [g] 328,70 Cholesterol [mg] 260,50 Błonnik pokarmowy [g] 27,20 Sód [mg] 3 557,20

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-04-22 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA CENTRALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-22 poniedziałek	O.d.z ogr. subst pobudz.wydz. soku żółtek.-wątr/wrzod. KOD: 4	Herbata 250 g Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ZYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) twarożek naturalny 100 g (MLE, BIA) Jabłko pieczone 120 g Herbata 250 g	Jarzynowa z ziemniakami /a1,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Gulasz drobiowy i mięso duszone 200 g (GLU) Marchew oprószana /a1,7/ 150 g (MLE, GLU) Ryż na sypko 200 g (MLE) Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ZYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szynka wieprzowa gotowana extra 40 g (GLU) jogurt naturalny 100g 1 szt sałatka z pomidora i sałaty 100 g Herbata 250 g	Mus owocowy 100 g (MLE)	Energia [kcal] 2 214,60 Białko ogółem [g] 93,10 Tłuszcz [g] 75,30 Węglowodany ogółem [g] 308,70 Cholesterol [mg] 232,50 Błonnik pokarmowy [g] 23,20 Sód [mg] 3 128,30
	O d.łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KOD: 3	Płatki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ZYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) twarożek naturalny 100 g (MLE, BIA) Jabłko pieczone 120 g Herbata 250 g	Jarzynowa z ziemniakami /a1,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Gulasz drobiowy i mięso duszone 200 g (GLU) Marchew oprószana /a1,7/ 150 g (MLE, GLU) Ryż na sypko 200 g (MLE) Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ZYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szynka wieprzowa gotowana extra 40 g (GLU) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 g	Mus owocowy 100 g (MLE)	Energia [kcal] 2 457,40 Białko ogółem [g] 107,30 Tłuszcz [g] 80,20 Węglowodany ogółem [g] 346,20 Cholesterol [mg] 260,50 Błonnik pokarmowy [g] 25,50 Sód [mg] 3 450,20
	O.d. z ogr. łatwo przysw. węglowodanów-w cukrzycy KOD: 6	Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ZYT) Chleb graham 70 g (GLU, ZYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) twarożek naturalny 100 g (MLE, BIA) Jabłko 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Kisiel b/c 150 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami /a1,7/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, ZYT) Gulasz drobiowy i mięso duszone 200 g (GLU) Surówka z selera i jabłka 150 g (MLE, BIA, SEL) Ryż na sypko 200 g (MLE) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Biszkopty b/c /a1,3/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ZYT) Chleb graham 70 g (GLU, ZYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szynka wieprzowa gotowana extra 80 g (GLU) jogurt naturalny 100g 1 szt sałatka z pomidora, ogórka zielonego i kiszzonego 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-22 poniedziałek	Płynna wzmocniona OLK KOD: 14		Barszcz czerwony z ziemniakami /a1,7/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, ŻYT) udziec z indyka 100 g		Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)	sok warzywny 1 szt (SEL)	Energia [kcal] 2 022,70 Białko ogółem [g] 93,80 Tłuszcz [g] 59,90 Węglowodany ogółem [g] 283,70 Cholesterol [mg] 357,80 Błonnik pokarmowy [g] 11,20 Sód [mg] 1 147,70
	Papkowała OL KOD: 12	Chrupki kukurydziane 20 g	Barszcz czerwony z ziemniakami /a1,7/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, ŻYT) udziec z indyka 100 g	Jabłko prażone z biszkoptem 110 g (MLE, GLU, JAJ) Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA)	Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)	Mus owocowy 100 g (MLE)	Energia [kcal] 2 361,50 Białko ogółem [g] 104,40 Tłuszcz [g] 65,50 Węglowodany ogółem [g] 345,10 Cholesterol [mg] 382,20 Błonnik pokarmowy [g] 14,60 Sód [mg] 1 270,10
	OLK KOD: GL	Płatki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) chleb bezglutenowy 80 g masło extra 10 g (MLE, BIA) twarożek naturalny 100 g (MLE, BIA) Jabłko 100 g Herbata 250 g	Barszcz czerwony z ziemniakami /a1,7/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, ŻYT) Gulasz drobiowy mięso duszone 200 g (GLU) Surówka z selera i jabłka 150 g (MLE, BIA, SEL) Ryż na sypko 200 g (MLE) Kompot owocowy 250 ml		chleb bezglutenowy 80 g tłuszcz roślinny/p 15 g Pasta z warzyw 100 g Herbata 250 g szynka wieprzowa gotowana extra 40 g (GLU) jogurt naturalny 100g 1 szt	Mus owocowy 100 g (MLE)	Energia [kcal] 2 404,40 Białko ogółem [g] 100,20 Tłuszcz [g] 79,00 Węglowodany ogółem [g] 346,90 Cholesterol [mg] 270,30 Błonnik pokarmowy [g] 30,20 Sód [mg] 2 725,50
	eliminacyjna KOD: 11/GL	Herbata 250 g					Energia [kcal] 20,30 Białko ogółem [g] Tłuszcz [g] Węglowodany ogółem [g] 5,00 Cholesterol [mg] Błonnik pokarmowy [g] Sód [mg] 0,10

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-22 poniedziałek	Wegetariańska-eliminacyjna KOD: 1/WE	Płatki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ZYT) Chleb pszenno-żytni 30g /a1 30 g (GLU, ZYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) twarożek naturalny 100 g (MLE, BIA) Jabłko 100 g Herbata 250 g		Barszcz czerwony z ziemniakami /a1,7/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, ZYT) Jajo sadzone 2szt. 100g /a3/ 100 g (JAJ) Surówka z selera i jabłka 150 g (MLE, BIA, SEL) Ryż na sypko 200 g (MLE) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ZYT) tłuszcz roślinny/p 15 g jogurt naturalny 100g 1 szt sałatka z pomidora, ogórka zielonego i kiszzonego 100 g Herbata 250 g	Mus owocowy 100 g (MLE)	Energia [kcal] 2 228,10 Białko ogółem [g] 83,00 Tłuszcz [g] 68,40 Węglowodany ogółem [g] 342,10 Cholesterol [mg] 462,30 Błonnik pokarmowy [g] 30,00 Sód [mg] 2 411,90
	Płynna z modyfikacją indywidualną -kleikowa KOD: 13/M	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU) Herbata 250 g		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	sucharki 40g 40 g (GLU)	
2024-04-23 wtorek	Podstawowa OLK KOD:1	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ZYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ZYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka i twarogu 100 g (MLE, BIA, RYB) Ogórek zielony 100 g Herbata 250 g		Krupnik /a1,9/ 400 ml (SEL, GLU) Kotlet z jaja smażony 120 g (GLU, JAJ) Surówka z marchwi i jabłka 150 g Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ZYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa kminkowa o.grzegorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Sałatka węgierska 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 g	Mus owocowy 100 g (MLE)	Energia [kcal] 2 055,10 Białko ogółem [g] 84,20 Tłuszcz [g] 62,30 Węglowodany ogółem [g] 309,10 Cholesterol [mg] 452,60 Błonnik pokarmowy [g] 29,10 Sód [mg] 2 472,60

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-23 wtorek	Podstawowa Dzieci OLK KOD: P1	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka i twarogu 100 g (MLE, BIA, RYB) Pomidor 100 g Herbata 250 g	kasza jaglana z musem owocowym 150 g (MLE, BIA)	Krupnik /a1,9/ 400 ml (SEL, GLU) Kurczak gotowany 140 g (GLU, SEL, GOR) Surówka z marchwi i jabłka 150 g Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt	Chleb graham /a1,3,7 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kiełbasa kminkowa o.grzegorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Salatka węgierska 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 g	Mus owocowy 100 g (MLE)	Energia [kcal] 2 290,30 Białko ogółem [g] 111,50 Tłuszcz [g] 59,80 Węglowodany ogółem [g] 347,60 Cholesterol [mg] 219,60 Błonnik pokarmowy [g] 30,50 Sód [mg] 2 456,70
	Łatwostrawna OLK KOD: 2	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z ryby gotowanej i warzyw 100 g (SEL, RYB) Pomidor 100 g Herbata 250 g		Krupnik /a1,9/ 400 ml (SEL, GLU) Kurczak gotowany 140 g (GLU, SEL, GOR) Warzywa duszone 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kiełbasa kminkowa o.grzegorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Salata mix z sosem sałatkowym 35 g (GLU, GOR) Pomidor 50 g Herbata 250 g	Mus owocowy 100 g (MLE)	Energia [kcal] 1 910,30 Białko ogółem [g] 91,50 Tłuszcz [g] 54,30 Węglowodany ogółem [g] 283,40 Cholesterol [mg] 222,80 Błonnik pokarmowy [g] 28,90 Sód [mg] 1 974,20
	O.d.z ogr. subst.pobudz.wydz. soku żołądk.-wątrzywod. KOD: 4	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z ryby gotowanej i warzyw 100 g (SEL, RYB) Pomidor 100 g Herbata 250 g		Krupnik /a1,9/ 400 ml (SEL, GLU) Kurczak gotowany 140 g (GLU, SEL, GOR) Warzywa duszone 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kiełbasa kminkowa o.grzegorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Salata mix z sosem sałatkowym 35 g (GLU, GOR) Pomidor 50 g Herbata 250 g	Mus owocowy 100 g (MLE)	Energia [kcal] 1 962,60 Białko ogółem [g] 92,30 Tłuszcz [g] 54,30 Węglowodany ogółem [g] 294,20 Cholesterol [mg] 222,80 Błonnik pokarmowy [g] 25,90 Sód [mg] 1 864,20

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
O d.łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KOD: 3	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z ryby gotowanej i warzyw 100 g (SEL, RYB) Pomidor 100 g Herbata 250 g		Krupnik /a1,9/ 400 ml (SEL, GLU) Kurczak gotowany 140 g (GLU, SEL, GOR) Warzywa duszone 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa kminkowa o.grzegorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 g	Mus owocowy 100 g (MLE)	Energia [kcal] 1 918,90 Białko ogółem [g] 91,90 Tłuszcz [g] 49,00 Węglowodany ogółem [g] 295,10 Cholesterol [mg] 222,80 Błonnik pokarmowy [g] 25,90 Sód [mg] 1 828,50
O d. z ogr. łatwo przysw. węglowodanów-w cukrzyki KOD: 6	Kawa z mlekiem b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka i twarogu 100 g (MLE, BIA, RYB) Ogórek zielony 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Jabłko 100 g	Krupnik /a1,9/ 400 ml (SEL, GLU) Kurczak gotowany 140 g (GLU, SEL, GOR) Surówka z marchwi i jabłka 150 g Ziemniaki 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt	Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa kminkowa o.grzegorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Sałatka węgierska 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g	Energia [kcal] 1 966,30 Białko ogółem [g] 102,10 Tłuszcz [g] 56,40 Węglowodany ogółem [g] 286,30 Cholesterol [mg] 211,60 Błonnik pokarmowy [g] 34,10 Sód [mg] 2 468,50
Płynna wzmocniona OLK KOD: 14	Płynna mleczna /a1,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)		Krupnik /a1,9/ 400 ml (SEL, GLU) udziec z indyka 100 g		Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)	sok warzywny 1 szt (SEL)	Energia [kcal] 2 021,40 Białko ogółem [g] 91,30 Tłuszcz [g] 64,50 Węglowodany ogółem [g] 273,80 Cholesterol [mg] 356,70 Błonnik pokarmowy [g] 8,90 Sód [mg] 1 181,60
Papkowata OL KOD: 12	Płynna mleczna /a1,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)	Biszkopty /a1,3/ 20 g (BIA, GLU) Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA)	Krupnik /a1,9/ 400 ml (SEL, GLU) udziec z indyka 100 g	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA)	Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)	Mus owocowy 100 g (MLE)	Energia [kcal] 2 237,30 Białko ogółem [g] 104,90 Tłuszcz [g] 65,90 Węglowodany ogółem [g] 309,70 Cholesterol [mg] 377,70 Błonnik pokarmowy [g] 10,40 Sód [mg] 1 315,10

2024-04-23 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-23 wtorek	OLK KOD: GL	chleb bezglutenowy 80 g masło extra 10 g (MLE, BIA) Twaróg /A7/ 80 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 g		Krupnik /a1,9/ 400 ml (SEL, GLU) Kurczak gotowany 140 g (GLU, SEL, GOR) Surówka z marchwi i jabłka 150 g Ryż na sypko 200 g Kompot owocowy 250 ml		Ogórek kiszony 50 g chleb bezglutenowy 80 g tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa kminkowa o.grze gorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 50 g Herbata 250 g	Mus owocowy 100 g (MLE)	Energia [kcal] 1 602,80 Białko ogółem [g] 74,90 Tłuszcz [g] 42,50 Węglowodany ogółem [g] 245,80 Cholesterol [mg] 185,40 Błonnik pokarmowy [g] 21,60 Sód [mg] 1 953,50
	Wegetariańska-eliminacyjna KOD: 11WE	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka i twarogu 100 g (MLE, BIA, RYB) Ogórek kiszony 100 g Herbata 250 g		Krupnik /a1,9/ 400 ml (SEL, GLU) Kotlet z jaja smażony 120 g (GLU, JAJ) Surówka z marchwi i jabłka 150 g Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g parówki sojowe 100 g Salatka węgierska 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 g	Mus owocowy 100 g (MLE)	Energia [kcal] 1 989,50 Białko ogółem [g] 73,70 Tłuszcz [g] 60,10 Węglowodany ogółem [g] 307,80 Cholesterol [mg] 452,60 Błonnik pokarmowy [g] 29,10 Sód [mg] 3 162,90
	Płynna z modyfikacją indywid. -kleikowa KOD: 13JM	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	sucharki 40g 40 g (GLU)	Energia [kcal] 1 034,70 Białko ogółem [g] 27,10 Tłuszcz [g] 10,80 Węglowodany ogółem [g] 206,90 Cholesterol [mg] Błonnik pokarmowy [g] 3,60 Sód [mg] 9,00

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-24 środa	Podstawowa OLK KOD:1	Makaron na mleku /a1, 3,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Pasta z warzyw 100 g Herbata 250 g		Kalafiorowa z ziemniakami /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) kaszotto mięsno-warzywne 300 g (MLE, SEL, GLU) Sos pomidorowy /a1,7,9/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z koperkiem /a7/ 100 g (MLE, BIA) Rzodkiewka 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 580,20 Białko ogółem [g] 109,80 Tłuszcz [g] 94,60 Węglowodany ogółem [g] 347,00 Cholesterol [mg] 225,30 Błonnik pokarmowy [g] 35,00 Sód [mg] 2 986,00
	Podstawowa Dzieci OLK KOD: P1	Makaron na mleku /a1, 3,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Pasta z warzyw 100 g Herbata 250 g	banan 100 g	Kalafiorowa z ziemniakami /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) kaszotto mięsno-warzywne 300 g (MLE, SEL, GLU) Sos pomidorowy /a1,7,9/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml	Chrupki kukurydziane 30 g	Chleb graham /a1,3,7/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z koperkiem /a7/ 100 g (MLE, BIA) Rzodkiewka 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 569,20 Białko ogółem [g] 102,20 Tłuszcz [g] 89,60 Węglowodany ogółem [g] 365,30 Cholesterol [mg] 201,30 Błonnik pokarmowy [g] 37,80 Sód [mg] 2 800,00
	Łatwostrawna OLK KOD: 2	Makaron na mleku /a1, 3,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Pasta z warzyw 100 g Herbata 250 g		Ziemniaczana dieta /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) kaszotto mięsno-warzywne 300 g (MLE, SEL, GLU) Sos pomidorowy /a1,7,9/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z koperkiem /a7/ 100 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 371,20 Białko ogółem [g] 97,80 Tłuszcz [g] 84,60 Węglowodany ogółem [g] 323,10 Cholesterol [mg] 190,20 Błonnik pokarmowy [g] 29,60 Sód [mg] 4 190,70

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-24 środa	O.d.z ogr. substj pobudz.wydz. soku żółądk.-wątr/wrzod. KOD: 4		Ziemniaczana dieta /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) kaszołto mięsno-warzywne 300 g (MLE, SEL, GLU) Sos pomidorowy /a1,7,9/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ZYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z koperkiem /a7/ 100 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 403,20 Białko ogółem [g] 98,60 Tłuszcz [g] 84,60 Węglowodany ogółem [g] 328,90 Cholesterol [mg] 190,20 Błonnik pokarmowy [g] 26,60 Sód [mg] 4 080,70
	O d.lałowstrawna z ograniczeniem tłuszczu KOD: 3		Ziemniaczana dieta /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) kaszołto mięsno-warzywne 300 g (MLE, SEL, GLU) Sos pomidorowy /a1,7,9/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ZYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z koperkiem /a7/ 100 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 450,80 Białko ogółem [g] 102,60 Tłuszcz [g] 85,40 Węglowodany ogółem [g] 334,90 Cholesterol [mg] 190,20 Błonnik pokarmowy [g] 26,60 Sód [mg] 4 081,40
	O.d. z ogr. łatwo przysw. węglowodanów-w cukrzycy KOD: 6	mandarynka 100 g	Kalafiorowa z ziemniakami /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) kaszołto mięsno-warzywne 300 g (MLE, SEL, GLU) Sos pomidorowy /a1,7,9/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Budyń b/c /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Chleb graham 70 g (GLU, ZYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ZYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z koperkiem /a7/ 100 g (MLE, BIA) Rzodkiewka 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	sok pomidorowy 330ml 1 szt	Energia [kcal] 2 487,30 Białko ogółem [g] 104,40 Tłuszcz [g] 91,30 Węglowodany ogółem [g] 318,80 Cholesterol [mg] 212,10 Błonnik pokarmowy [g] 36,60 Sód [mg] 2 912,70

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-24, środa	Płynna wzmocniona OLK KOD: 14	Płynna mleczna /a1,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)		Ziemniaczana dieta /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Udziec z indyka gotowy any z warzywami 150 g (GLU, SEL, GOR)		Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)	mus dynia,jabłko,ban an 1 szt	Energia [kcal] 2 007,80 Białko ogółem [g] 89,00 Tłuszcz [g] 64,10 Węglowodany ogółem [g] 275,60 Cholesterol [mg] 361,20 Błonnik pokarmowy [g] 14,10 Sód [mg] 3 357,80
	Papkováta OL KOD: 12	Płynna mleczna /a1,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA)	Ziemniaczana dieta /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Udziec z indyka gotowy any z warzywami 150 g (GLU, SEL, GOR)	Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA) Biszkopty /a1,3/ 20 g (BIA, GLU)	Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)	mus dynia,jabłko,ban an 1 szt	Energia [kcal] 2 365,80 Białko ogółem [g] 106,00 Tłuszcz [g] 73,70 Węglowodany ogółem [g] 326,50 Cholesterol [mg] 393,20 Błonnik pokarmowy [g] 15,60 Sód [mg] 3 540,20
	Wegetariańska-eliminacyjna KOD: 11WE	Makaron na mleku /a1,3,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Ser żółty /a1 30 g (MLE, BIA) Serek almette 30 g (BIA) Pasta z warzyw 100 g Herbata 250 g		Kalafiorowa z ziemniakami /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Jajo sadzone 2szt. 100g /a3/ 100 g (JAJ) Kasza jęczmienna /a1/ 200 g (MLE, GLU) Sos pomidorowy /a1,7,9/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z koperkiem /a7/ 100 g (MLE, BIA) Rzodkiewka 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,ban an 1 szt	Energia [kcal] 2 478,90 Białko ogółem [g] 100,60 Tłuszcz [g] 89,40 Węglowodany ogółem [g] 338,40 Cholesterol [mg] 509,10 Błonnik pokarmowy [g] 30,80 Sód [mg] 2 890,60
	Płynna z modyfikacją indywid. -kleikowa KOD: 13M	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	sucharki 40g 40 g (GLU)	Energia [kcal] 1 034,70 Białko ogółem [g] 27,10 Tłuszcz [g] 10,80 Węglowodany ogółem [g] 206,90 Cholesterol [mg] Błonnik pokarmowy [g] 3,60 Sód [mg] 9,00

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-25 czwartek	Podstawowa OLK KOD: 1	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) szynka zielonogórska 40 g ser fromage /a7/ 40 g Salatka z pomidora i ogórka 100 g Herbata 250 g		Szpinakowa z kaszą pęczak 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Pieczeń wieprzowa w sosie własnym 150 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej i jabłka 150 g Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szynka konserwowa /a1, 3,6,9,10/ 60 g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR) Ogórek zielony 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 168,60 Białko ogółem [g] 77,70 Tłuszcz [g] 90,40 Węglowodany ogółem [g] 279,80 Cholesterol [mg] 229,00 Błonnik pokarmowy [g] 27,40 Sód [mg] 5 206,80
	Podstawowa Dzieci OLK KOD: P1	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) szynka zielonogórska 40 g ser fromage /a7/ 40 g Pomidor koktajlowy 100 g Herbata 250 g	Kisiel z owocami 150 g	Szpinakowa z kaszą pęczak 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Nuggetsy z kurczaka 120 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Surówka z kapusty czerwonej i jabłka 150 g Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml	pomarańcza 100 g	Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szynka konserwowa premium 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Ogórek zielony 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 252,70 Białko ogółem [g] 92,20 Tłuszcz [g] 68,90 Węglowodany ogółem [g] 332,50 Cholesterol [mg] 234,70 Błonnik pokarmowy [g] 25,20 Sód [mg] 4 706,50
	Łatwostrawna OLK KOD: 2	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) szynka zielonogórska 40 g ser fromage /a7/ 40 g Salatka z pomidora i ogórka 100 g Herbata 250 g		Szpinakowa z kaszą pęczak 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Pieczeń wieprzowa w sosie własnym 150 g (GLU) Marchew oprószana /a1,7/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szynka konserwowa premium 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Ogórek zielony 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 201,10 Białko ogółem [g] 80,50 Tłuszcz [g] 87,70 Węglowodany ogółem [g] 289,70 Cholesterol [mg] 209,90 Błonnik pokarmowy [g] 26,80 Sód [mg] 4 663,40

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-04-25 czwartek	O.d.z ogr. subst pobudz.wydz. soku żółtek.-wajtr/wrzod. KOD: 4	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) szynka zielonogórska 40 g ser fromage /a7/ 40 g Pomidor 100 g Herbata 250 g		Szpinakowa z kaszą pęczak 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Pieczeń wieprzowa w sosie własnym 150 g (GLU) Marchew oprószana /a1,7/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szynka konserwowa premium 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 213,30 Białko ogółem [g] 81,50 Tłuszcz [g] 84,80 Węglowodany ogółem [g] 296,70 Cholesterol [mg] 209,90 Błonnik pokarmowy [g] 24,70 Sód [mg] 4 549,70
	O d.łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KOD: 3	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) szynka zielonogórska 40 g ser fromage /a7/ 40 g Pomidor 100 g		Szpinakowa z kaszą pęczak 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Pieczeń wieprzowa w sosie własnym 150 g (GLU) Marchew oprószana /a1,7/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) szynka konserwowa premium 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 g	Pieczywo orkiszowe 35 g (GLU, ORZ)	Energia [kcal] 2 299,20 Białko ogółem [g] 85,80 Tłuszcz [g] 87,80 Węglowodany ogółem [g] 285,70 Cholesterol [mg] 234,70 Błonnik pokarmowy [g] 28,10 Sód [mg] 4 550,50
	O.d. z ogr. łatwo przysw. węglowodanów-w cukrzycy KOD: 6	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) szynka zielonogórska 40 g ser fromage /a7/ 40 g Salatka z pomidora i ogórka 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Kisiel b/c 150 ml	Szpinakowa z kaszą pęczak 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Pieczeń wieprzowa w sosie własnym 150 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej i jabłka 150 g Ziemniaki 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Pieczywo kuk-ryżowe 30 g	Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szynka konserwowa premium 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Ogórek zielony 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g	Energia [kcal] 2 255,30 Białko ogółem [g] 84,00 Tłuszcz [g] 90,70 Węglowodany ogółem [g] 296,40 Cholesterol [mg] 209,80 Błonnik pokarmowy [g] 111,50 Sód [mg] 4 553,10

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-25 czwartek	Płynna wzmocniona OLK KOD: 14	Płynna mleczna /a1,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)		Szpinakowa z kaszą pęczak 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Udziec z indyka gotowy z warzywami 150 g (GLU, SEL, GOR)		Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)	sok warzywny 1 szt (SEL)	Energia [kcal] 1 910,10 Białko ogółem [g] 88,70 Tłuszcz [g] 68,30 Węglowodany ogółem [g] 244,10 Cholesterol [mg] 372,30 Błonnik pokarmowy [g] 11,40 Sód [mg] 4 190,30
	Papkováta OL KOD: 12	Płynna mleczna /a1,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)	jogurt naturalny /a7/ 100 g (MLE, BIA)	Szpinakowa z kaszą pęczak 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Udziec z indyka gotowy z warzywami 150 g (GLU, SEL, GOR)	Biszkopty /a1,3/ 20 g (BIA, GLU) Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA)	Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 182,50 Białko ogółem [g] 100,60 Tłuszcz [g] 74,80 Węglowodany ogółem [g] 284,30 Cholesterol [mg] 396,30 Błonnik pokarmowy [g] 13,40 Sód [mg] 4 342,30
	Wegetariańska-eliminacyjna KOD: 11/WE	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) ser fromage /a7/ 80 g Salatka z pomidora i ogórka 100 g Herbata 250 g		Szpinakowa z kaszą pęczak 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) kotlet sojowy 120 g (GLU, SOJ) Surówka z kapusty czerwonej i jabłka 150 g Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g parówki sojowe 100 g Ogórek zielony 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 286,40 Białko ogółem [g] 91,10 Tłuszcz [g] 89,50 Węglowodany ogółem [g] 315,80 Cholesterol [mg] 160,50 Błonnik pokarmowy [g] 46,20 Sód [mg] 4 027,40
	Płynna z modyfikacją modyfik. -kleikowa KOD: 13/M	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	sucharki 40g 40 g (GLU)	Energia [kcal] 1 034,70 Białko ogółem [g] 27,10 Tłuszcz [g] 10,80 Węglowodany ogółem [g] 206,90 Cholesterol [mg] Błonnik pokarmowy [g] 3,60 Sód [mg] 9,00

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-26 piątek	Podstawowa OLK KOD:1	Płatki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) chleb graham /a1,3/ 50 g (GLU, ŻYT) chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 100 g Herbata 250 g		Barszcz ukraiński /a7/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR, ŻYT) Ryba po grecku w jarzynach 280 g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1,3/ 120 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) papryka mix 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 316,60 Białko ogółem [g] 105,90 Tłuszcz [g] 71,50 Węglowodany ogółem [g] 344,30 Cholesterol [mg] 348,30 Błonnik pokarmowy [g] 42,30 Sód [mg] 3 776,90
	Podstawowa Dzieci OLK KOD: P1	Płatki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 100 g Herbata 250 g	Jabłko 100 g	Barszcz ukraiński /a7/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR, ŻYT) Paluszki rybne 120 g (GLU, JAJ, RYB) fasolka szparagowa na parze 150 g Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt	Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) papryka mix 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 496,60 Białko ogółem [g] 111,60 Tłuszcz [g] 82,60 Węglowodany ogółem [g] 356,00 Cholesterol [mg] 453,80 Błonnik pokarmowy [g] 37,60 Sód [mg] 3 774,20
	Łatwostrawna OLK KOD: 2	Płatki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) chleb graham /a1,3/ 50 g (GLU, ŻYT) chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 100 g Herbata 250 g		Zupa ryżowa 400 ml (SEL) Ryba po grecku w jarzynach 280 g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1,3/ 120 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 067,70 Białko ogółem [g] 100,20 Tłuszcz [g] 54,40 Węglowodany ogółem [g] 320,70 Cholesterol [mg] 323,90 Błonnik pokarmowy [g] 36,90 Sód [mg] 1 855,00

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-26 piątek	O.d.z ogr. subst pobudz.wydz. soku żółtek.-wajtr/wrzod. KOD: 4	Płatki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ZYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z zielonego groszku 100 g jogurt naturalny 100g 1 szt Herbata 250 g	Zupa ryżowa 400 ml (SEL) Ryba po grecku w jarzy nach 280 g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ZYT) tłuszcz roślinny /p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 g	pieczywo orkiszowe 0 szt (GLU, ORZ)	Energia [kcal] 2 051,80 Białko ogółem [g] 98,60 Tłuszcz [g] 51,30 Węglowodany ogółem [g] 314,50 Cholesterol [mg] 151,90 Błonnik pokarmowy [g] 31,50 Sód [mg] 1 650,70
	O d.latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KOD: 3	Płatki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ZYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) jogurt naturalny 100g 1 szt Pasta z zielonego groszku 100 g Herbata 250 g	Zupa ryżowa 400 ml (SEL) Ryba po grecku w jarzy nach 280 g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ZYT) tłuszcz roślinny /p 15 g twarożek naturalny 100 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 g	pieczywo orkiszowe 0 szt (GLU, ORZ)	Energia [kcal] 2 059,90 Białko ogółem [g] 100,20 Tłuszcz [g] 51,60 Węglowodany ogółem [g] 314,40 Cholesterol [mg] 128,20 Błonnik pokarmowy [g] 31,50 Sód [mg] 1 570,40
	O.d. z ogr. łatwo przysw. węglowodanów-w cukrzyki KOD: 6	Płatki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ZYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ZYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Jabłko 100 g	Barszcz ukraiński /a7/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR, ZYT) Ryba po grecku w jarzy nach 280 g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt	Chleb graham 70 g (GLU, ZYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ZYT) tłuszcz roślinny /p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) papryka mix 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-26 piątek	Płynna wzmocniona OLK KOD: 14	Płynna mleczna /a1,7/ z kaszą manną, tw arogiem miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)		Zupa ryżowa 400 ml (SEL) udziec z indyka 100 g		Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manną, tw arogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)	sok pomidorowy 330ml 0 szt	Energia [kcal] 1 791,10 Białko ogółem [g] 87,70 Tłuszcz [g] 56,00 Węglowodany ogółem [g] 230,30 Cholesterol [mg] 346,60 Błonnik pokarmowy [g] 6,90 Sód [mg] 1 105,50
	Papkováta OL KOD: 12	Płynna mleczna /a1,7/ z kaszą manną, tw arogiem miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)	Biskopki /a1,3/ 20 g (BIA, GLU) Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA)	Zupa ryżowa 400 ml (SEL) udziec z indyka 100 g	jogurt naturalny /a7 100 g (MLE, BIA)	Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manną, tw arogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)	mus dynia,jabłko,ban an 1 szt	Energia [kcal] 2 044,90 Białko ogółem [g] 100,30 Tłuszcz [g] 62,90 Węglowodany ogółem [g] 271,80 Cholesterol [mg] 370,60 Błonnik pokarmowy [g] 8,60 Sód [mg] 1 258,30
	Wegetariańska-eliminacyjna KOD: 11WE	Płatki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) chleb graham /a1,3/ 50 g (GLU, ŻYT) chleb psz enno-żytni 50 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 100 g Herbata 250 g		Barszcz ukraiński /a7/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR, ŻYT) Ryba po grecku w jarzynach 280 g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1,3/ 120 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) papryka mix 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,ban an 1 szt	Energia [kcal] 2 316,60 Białko ogółem [g] 105,90 Tłuszcz [g] 71,50 Węglowodany ogółem [g] 344,30 Cholesterol [mg] 348,30 Błonnik pokarmowy [g] 42,30 Sód [mg] 3 776,90
	Płynna z modyfikacją indywid. -keikowa KOD: 13M	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	sucharki 40g 40 g (GLU)	Energia [kcal] 1 034,70 Białko ogółem [g] 27,10 Tłuszcz [g] 10,80 Węglowodany ogółem [g] 206,90 Cholesterol [mg] Błonnik pokarmowy [g] 3,60 Sód [mg] 9,00

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-27 sobota	Podstawowa OLK KOD:1	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham /a1 30 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 70 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Wędlina schabowa 50 g (GLU, SOJ, GOR) Salata mix z sosem sałatkowym 35 g (GLU, GOR)		Fasolowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Sos waniliowy 100ml /a7/ 100 ml (MLE, BIA) Jabłko 100 g Kompot 250ml 250 g		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g pasztet drobiowy 80 g (GLU) sałatka z pomidora, ogórka zielonego i kiszzonego 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 250,50 Białko ogółem [g] 99,10 Tłuszcz [g] 70,50 Węglowodany ogółem [g] 323,10 Cholesterol [mg] 261,90 Błonnik pokarmowy [g] 27,60 Sód [mg] 2 753,30
	Podstawowa Dzieci OLK KOD: P1	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Wędlina schabowa 50 g (GLU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt	Chrupki kukurydziane 30 g	Ziemniaczana z mięsem 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Sos waniliowy 100ml /a7/ 100 ml (MLE, BIA) Jabłko 100 g Kompot 250ml 250 g	Budyń czekoladowy 150 ml (MLE, BIA)	Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g pasztet drobiowy 80 g (GLU) Pomidor koktajlowy 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 554,70 Białko ogółem [g] 106,40 Tłuszcz [g] 69,30 Węglowodany ogółem [g] 384,90 Cholesterol [mg] 298,70 Błonnik pokarmowy [g] 19,90 Sód [mg] 3 447,60
	Łatwostrawna OLK KOD: 2	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Wędlina schabowa 50 g (GLU, SOJ, GOR) Salata mix z sosem sałatkowym 35 g (GLU, GOR)		Ziemniaczana z mięsem 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Sos waniliowy 100ml /a7/ 100 ml (MLE, BIA) Jabłko 100 g Kompot 250ml 250 g		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g pasztet drobiowy 80 g (GLU) Pomidor 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 263,00 Białko ogółem [g] 95,30 Tłuszcz [g] 69,20 Węglowodany ogółem [g] 325,40 Cholesterol [mg] 280,30 Błonnik pokarmowy [g] 21,10 Sód [mg] 3 471,60

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-27 sobota	O.d.z ogr. substj pobudz.wydz. soku żołądk.-wątr/wrzod. KOD: 4	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Wędlina schabowa 50 g (GLU, SOJ, GOR) Salata mix z sosem sałatkowym 35 g (GLU, GOR)		Ziemniaczana z mięsem 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jabłko pieczone 100 g Kompot 250ml 250 g		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g paszтет drobiowy 80 g (GLU) Pomidor 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 146,00 Białko ogółem [g] 88,20 Tłuszcz [g] 63,00 Węglowodany ogółem [g] 316,30 Cholesterol [mg] 252,50 Błonnik pokarmowy [g] 18,60 Sód [mg] 3 256,80
	O d.latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KOD: 3	Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Wędlina schabowa 50 g (GLU, SOJ, GOR) Salata mix 35 g (GLU, GOR) Herbata 250 g		Ziemniaczana z mięsem 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Sos waniliowy 100ml /a7/ 100 ml (MLE, BIA) Jabłko pieczone 100 g Kompot 250ml 250 g		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g paszтет drobiowy 80 g (GLU) Pomidor 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 183,80 Białko ogółem [g] 89,20 Tłuszcz [g] 65,10 Węglowodany ogółem [g] 320,00 Cholesterol [mg] 264,30 Błonnik pokarmowy [g] 18,60 Sód [mg] 3 271,60
	O.d. z ogr. łatwo przysw. węglowodanów-w cukrzyki KOD: 6	Kakao na mleku b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham /a1 30 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 70 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Wędlina schabowa 50 g (GLU, SOJ, GOR) Salata mix 35 g (GLU, GOR)	Chrupki kukurydziane 30 g	Ziemniaczana z mięsem 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Sos waniliowy 100ml /a7/ 100 ml (MLE, BIA) Jabłko 100 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	budyń czekoladowy b/c 150 g (MLE, BIA)	Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g paszтет drobiowy 80 g (GLU) sałatka z pomidora, ogórka zielonego i kiszzonego 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g	Energia [kcal] 2 437,20 Białko ogółem [g] 102,30 Tłuszcz [g] 75,80 Węglowodany ogółem [g] 348,40 Cholesterol [mg] 290,70 Błonnik pokarmowy [g] 24,20 Sód [mg] 3 708,70

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-27 sobota	Płynna wzmocniona OLK KOD: 14	Płynna mleczna /a1,7/ z kaszą manną, tw arogiem miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)		Ziemniaczana z mięsem 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Udziec z indyka gotow any z warzywami 150 g (GLU, SEL, GOR)		Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manną, tw arogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)	sok warzywny 1 szt (SEL)	Energia [kcal] 2 006,40 Białko ogółem [g] 93,40 Tłuszcz [g] 66,60 Węglowodany ogółem [g] 266,60 Cholesterol [mg] 378,00 Błonnik pokarmowy [g] 12,10 Sód [mg] 2 987,30
	Papkováta OL KOD: 12	Płynna mleczna /a1,7/ z kaszą manną, tw arogiem miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)	Jogurt naturalny /a7/ 100 g (MLE, BIA)	Ziemniaczana z mięsem 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Udziec z indyka gotow any z warzywami 150 g (GLU, SEL, GOR)	Biszkopty /a1,3/ 20 g (BIA, GLU) Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA)	Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manną, tw arogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)	mus dynia,jabłko,ban an 1 szt	Energia [kcal] 2 278,80 Białko ogółem [g] 105,30 Tłuszcz [g] 73,10 Węglowodany ogółem [g] 306,80 Cholesterol [mg] 402,00 Błonnik pokarmowy [g] 14,10 Sód [mg] 3 139,30
	Wegetariańska-eliminacyjna KOD: 11/WE	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham /a1 30 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 70 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) parówki sojowe 100 g Salata mix z sosem sałatkowym 35 g (GLU, GOR)		Fasolowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Sos waniliowy 100ml /a7/ 100 ml (MLE, BIA) Jabłko 100 g Kompot 250ml 250 g		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Jajko gotow ane/a3 50 g (JAJ) sałatka z pomidora, ogórka zielonego i kiszzonego 100 g Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,ban an 1 szt	Energia [kcal] 2 071,10 Białko ogółem [g] 85,20 Tłuszcz [g] 58,90 Węglowodany ogółem [g] 318,30 Cholesterol [mg] 323,50 Błonnik pokarmowy [g] 27,30 Sód [mg] 2 363,40
	Płynna z modyfikacją modyfik. -kleikowa KOD: 13/M	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	sucharki 40g 40 g (GLU)	Energia [kcal] 1 034,70 Białko ogółem [g] 27,10 Tłuszcz [g] 10,80 Węglowodany ogółem [g] 206,90 Cholesterol [mg] Błonnik pokarmowy [g] 3,60 Sód [mg] 9,00

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-28 niedziela	Podstawowa OLK KOD:1	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) kielbasa krotoszyńska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) serek śmietankowy 30g 1 szt (BIA) Salatka z pomidora i cebuli 100 g		Pomidorowa z makaronem /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL, GOR) Schab w sosie własnym 150 g (GLU, SEL, GOR) Buraczki duszone/a1/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szyrkowa dębowa 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Salatka węgierska 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 145,10 Białko ogółem [g] 88,90 Tłuszcz [g] 75,60 Węglowodany ogółem [g] 295,80 Cholesterol [mg] 164,90 Błonnik pokarmowy [g] 28,40 Sód [mg] 4 030,10
	Podstawowa Dzieci OLK KOD: P1	Kawa z mlekiem b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g/a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) kielbasa krotoszyńska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) serek śmietankowy 30g 1 szt (BIA) Pomidor koktajlowy 100 g	Biskopki b/c /a1,3/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Pomidorowa z makaronem /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL, GOR) Schab w sosie własnym 150 g (GLU, SEL, GOR) Buraczki duszone/a1/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt	Bułka pszenna 100g/a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szyrkowa dębowa 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Salatka węgierska 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 315,50 Białko ogółem [g] 96,70 Tłuszcz [g] 73,80 Węglowodany ogółem [g] 330,30 Cholesterol [mg] 184,30 Błonnik pokarmowy [g] 23,30 Sód [mg] 4 023,60
	Łatwostrawna OLK KOD: 2	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) kielbasa krotoszyńska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) sałatka z pomidora i sałaty 100 g jogurt naturalny 100g 1 szt		Pomidorowa z makaronem /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL, GOR) Schab w sosie własnym 150 g (GLU, SEL, GOR) Buraczki duszone/a1/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szyrkowa dębowa 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Salatka węgierska 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml 250 ml	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 142,80 Białko ogółem [g] 90,80 Tłuszcz [g] 68,20 Węglowodany ogółem [g] 306,90 Cholesterol [mg] 172,90 Błonnik pokarmowy [g] 26,20 Sód [mg] 4 092,00

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-28 niedziela	O.d.z ogr. substj pobudz.wydz. soku żołądk.-wątr/wrzod. KOD: 4	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ZYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) kielbasa krotoszyńska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) sałatka z pomidora i sałaty 100 g jogurt naturalny 100g 1 szt		Pomidorowa z makaronem /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL, GOR) Schab w sosie własnym 150 g (GLU, SEL, GOR) Buraczki duszone/a1/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ZYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szynkowa dębowa 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Sałatka jarzynowa 100 g /a3,9,10/ 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL, GOR) Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 169,80 Białko ogółem [g] 91,90 Tłuszcz [g] 64,40 Węglowodany ogółem [g] 321,90 Cholesterol [mg] 169,70 Błonnik pokarmowy [g] 25,60 Sód [mg] 3 706,30
	O d.latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KOD: 3	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ZYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) kielbasa krotoszyńska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) sałatka z pomidora i sałaty 100 g jogurt naturalny 100g 1 szt		Pomidorowa z makaronem /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL, GOR) Schab w sosie własnym 150 g (GLU, SEL, GOR) Buraczki duszone/a1/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ZYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szynkowa dębowa 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Sałatka jarzynowa 100 g /a3,9,10/ 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL, GOR) Herbata 250 g	mus dynia,jabłko,banan 1 szt	Energia [kcal] 2 170,10 Białko ogółem [g] 92,00 Tłuszcz [g] 64,40 Węglowodany ogółem [g] 322,00 Cholesterol [mg] 145,10 Błonnik pokarmowy [g] 25,60 Sód [mg] 3 723,60
	O.d.z ogr. łatwo przysw. węglowodanów-w cukrzyki KOD: 6	Kawa z mlekiem b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ZYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ZYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) kielbasa krotoszyńska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) serek śmietankowy 30g 1 szt (BIA) Sałatka z pomidora i cebuli 100 g	Krakersy /a1/ 30 g (GLU)	Pomidorowa z makaronem /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL, GOR) Schab w sosie własnym 150 g (GLU, SEL, GOR) Buraczki duszone/a1/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt	Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ZYT) Chleb graham 70 g (GLU, ZYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szynkowa dębowa 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Sałatka węgierska 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL, GOR) Herbata b/c 250ml 250 ml	sok pomidorowy 330ml 1 szt	Energia [kcal] 2 332,50 Białko ogółem [g] 97,60 Tłuszcz [g] 83,60 Węglowodany ogółem [g] 296,40 Cholesterol [mg] 172,90 Błonnik pokarmowy [g] 29,50 Sód [mg] 4 093,70

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-28 niedziela	Płynna wzmocniona OLK KOD: 14	Płynna mleczna /a1,7/ z kaszą manną, tw arogiem miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)		Pomidorowa z makaronem /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL, GOR) Kurczak gotowany 120 g (GLU, SEL)		Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manną, tw arogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)	sok owocowy 330ml 1 szt	Energia [kcal] 2 112,40 Białko ogółem [g] 103,60 Tłuszcz [g] 76,70 Węglowodany ogółem [g] 257,90 Cholesterol [mg] 460,70 Błonnik pokarmowy [g] 9,10 Sód [mg] 1 608,10
	Papkováta OL KOD: 12	Płynna mleczna /a1,7/ z kaszą manną, tw arogiem miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA)	Pomidorowa z makaronem /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL, GOR) Kurczak gotowany 120 g (GLU, SEL)	jogurt naturalny /a7 100 g (MLE, BIA)	Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manną, tw arogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)	mus dynia,jablko,ban an 1 szt	Energia [kcal] 2 363,00 Białko ogółem [g] 116,00 Tłuszcz [g] 83,20 Węglowodany ogółem [g] 291,70 Cholesterol [mg] 484,70 Błonnik pokarmowy [g] 11,30 Sód [mg] 1 763,50
	Wegietariańska-eliminacyjna KOD: 11/WE	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) ser żółty 60 g (MLE, BIA) sałatka z pomidora i sałaty 100 g		Pomidorowa z makaronem /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL, GOR) Kotlet z jaja pieczony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ) Buraczki duszone/a1/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g twarożek naturalny 100 g (MLE, BIA) Sałatka węgierska 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 g	mus dynia,jablko,ban an 1 szt	Energia [kcal] 2 296,30 Białko ogółem [g] 95,10 Tłuszcz [g] 85,20 Węglowodany ogółem [g] 307,50 Cholesterol [mg] 537,70 Błonnik pokarmowy [g] 29,40 Sód [mg] 3 309,50
	Płynna z modyfikacją indywid. -kleikowa KOD: 13/M	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	Sucharki /a1,7 40 g (GLU)	Energia [kcal] 1 034,70 Białko ogółem [g] 27,10 Tłuszcz [g] 10,80 Węglowodany ogółem [g] 206,90 Cholesterol [mg] Błonnik pokarmowy [g] 3,60 Sód [mg] 9,00