

D01 dieta podstawowa

Śniadanie

671 kcal
białko ogółem 18,36 g, kwasy tłuszczowe nasycone 11,34 g, sól 2,17 g, tłuszcz 22,22 g, węglowodany ogółem 100,17 g, węglowodany przyswajalne 68,3 g, cukry 20,38 g, błonnik pokarmowy 3,55 g

zupa mleczna kasza manna na mleku 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1/
mleko1l.-karton 50 ml, kasza manna 15 g

chleb żytni jasny /Alergeny: 1/
chleb żytni jasny 75,0015 g

chleb graham /Alergeny: 1/
chleb graham 35 g

masło 200 g /Alergeny: 7/
masło 200 g 15 g

kielbasa krotoszyńska /Alergeny: 1,6,7/
kielbasa krotoszyńska 50 g

dżem porcyjny
dżem porcyjny 25 g

sałata masłowa
sałata masłowa 25,0005 g

kawa zbożowa z mlekiem 250 ml /Alergeny: 1,7/
kawa anatol 44,99964 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

59 kcal
białko ogółem 2,64 g, błonnik pokarmowy 3,63 g, cukry 8,58 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,17 g, sól 1,59 g, tłuszcz 0,66 g, węglowodany ogółem 12,54 g, węglowodany przyswajalne 8,91 g

sok pomidorowy /Alergeny: 9/
sok pomidorowy 330 ml

Obiad

1012 kcal
białko ogółem 61,76 g, błonnik pokarmowy 14,08 g, cukry 23,14 g, kwasy tłuszczowe nasycone 5,93 g, sól 1,58 g, tłuszcz 23,77 g, węglowodany ogółem 147,87 g, węglowodany przyswajalne 102,75 g

zupa fasolowa na wywarze mięs. - jarzynowym 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1,3,6,9,10,5,11,13/
fasola sucha 25 g, marchew 30 g, seler 20 g, pietruszka korzeń kg 20 g, biodrówka 20 g, ziemniaki 50 g, jarzynka 200g 0,1 g, bulion kostka 0,1 g, śmietana 12% tł. 10 g, mąka pszenna 5 g, pieprz sztuki 1 g

Medaliony z kurczaka 170 g smażenie tradycyjne /Alergeny: 3,7,1,6,9,10,5,8,11/
Filet z p/ kurczaka kg 130 g, cebula 5 g, ser żółty 20 g, pietruszka nać 4,9998 g, jaja kurze 40 g, czosnek świeży 1,0002 g, płatki kukurydziane 12 g, Bułka tarta 500 g 5 g, olej rzepakowy 5 ml, jarzynka 200g 0,01 g, papryka mielona sztuki 2 g

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne
koper 1,9998 g, ziemniaki 320 g, sól 0,01 g

surówka colesław 125 g /Alergeny: 3,10,1,5,6,9,11,13/
kapusta biała 100 g, marchew 20 g, cebula 5 g, miód porcyjny-20g 2 g, majonez 620g 4,998 g, pieprz sztuki 1 g, koper 1,0002 g, sól 0,01 g

kompot cytrynowy 250 ml gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7/
cytryna 80 g, woda wodociągowa 300 ml, cukier 10 g

Kolacja

598 kcal
białko ogółem 22,5 g, błonnik pokarmowy 3,82 g, cukry 3,19 g, kwasy tłuszczowe nasycone 13,84 g, sól 2,26 g, tłuszcz 23,13 g, węglowodany ogółem 77,32 g, węglowodany przyswajalne 56,09 g

chleb żytni jasny /Alergeny: 1/
chleb żytni jasny 75,0015 g

chleb graham /Alergeny: 1/
chleb graham 35 g

masło 200 g /Alergeny: 7/
masło 200 g 15 g

szynkowa /Alergeny: 1,3,6,7,10/
szynkowa 50 g

serek homogenizowany 100 g /Alergeny: 6,7/
serek homogenizowany 100 g 100 g

Papryka czerwona kg
Papryka czerwona kg 60 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/
herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Kolacja II

96 kcal
białko ogółem 2,03 g, błonnik pokarmowy 0,88 g, cukry 0,3 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,18 g, sól 0,25 g, tłuszcz 0,95 g, węglowodany ogółem 19,25 g

wafle ryżowe /Alergeny: 1/
wafle ryżowe 25,0002 g

Suma posiłków: 2436 kcal, białko ogółem 107,29 g, kwasy tłuszczowe nasycone 31,46 g, sól 7,85 g, tłuszcz 70,73 g, węglowodany ogółem 357,15 g, węglowodany przyswajalne 236,05 g, cukry 55,59 g, błonnik pokarmowy 25,96 g,

D02 dieta łatwostrawna

Śniadanie

734 kcal
białko ogółem 23,13 g, kwasy tłuszczowe nasycone 11,46 g, sól 2,32 g, tłuszcz 22,79 g, węglowodany ogółem 109,78 g, węglowodany przyswajalne 75,62 g, cukry 21,06 g, błonnik pokarmowy 5,49 g

zupa mleczna kasza manna na mleku 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1/
mleko1l.-karton 50 ml, kasza manna 15 g

chleb pszenno żytni Ciechociński /Alergeny: 1/
chleb pszenno żytni Ciechociński 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/
masło 200 g 15 g

kielbasa krotoszyńska /Alergeny: 1,6,7/
kielbasa krotoszyńska 50 g

dżem porcyjny
dżem porcyjny 25 g

sałata masłowa
sałata masłowa 25,0005 g

pomidor
pomidor 60 g

kawa zbożowa z mlekiem 250 ml /Alergeny: 1,7/
kawa anatol 44,99964 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

59 kcal
białko ogółem 2,64 g, błonnik pokarmowy 3,63 g, cukry 8,58 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,17 g, sól 1,59 g, tłuszcz 0,66 g, węglowodany ogółem 12,54 g, węglowodany przyswajalne 8,91 g

sok pomidorowy /Alergeny: 9/
sok pomidorowy 330 ml

Obiad

896 kcal
białko ogółem 48,66 g, kwasy tłuszczowe nasycone 3,94 g, tłuszcz 19,31 g, węglowodany przyswajalne 108,53 g, błonnik pokarmowy 9,08 g, cukry 18,32 g, sól 0,54 g, węglowodany ogółem 138,88 g

Zupa selerowa z makaronem 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1,3,6,9,10,5,11,13/
skrzydełka 20 g, woda wodociągowa 500 ml, marchew 50 g, pietruszka korzeń kg 20 g, seler 50 g, jarzynka 200g 0,01 g, bulion kostka 0,01 g, mąka pszenna 5 g, ziemniaki 50 g, śmietana 12% tł. 10 g, makaron 20 g, pieprz sztuki 1 g

Duszone fileciki z kurczaka 165 g duszenie /Alergeny: 1,3,5,6,9,10,11,13,7/
Filet z p/ kurczaka kg 130 g, sól 0,01 g, pieprz sztuki 1 g, mąka pszenna 10 g, olej rzepakowy 10 ml, śmietana 12% tł. 15 g, bulion kostka 0,1 g, woda wodociągowa 200 ml, pietruszka nać 4,0002 g

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne
koper 1,9998 g, ziemniaki 320 g, sól 0,01 g

Bukiet warzyw królewski gotowany na parze 115 g gotowanie na parze /Alergeny: 6,7/
Bukiet warzyw królewski 115 g, woda wodociągowa 100 ml, sól 0,01 g

kompot cytrynowy 250 ml gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7/
cytryna 80 g, woda wodociągowa 300 ml, cukier 10 g

Kolacja

635 kcal
białko ogółem 26,48 g, błonnik pokarmowy 4,41 g, cukry 0,77 g, kwasy tłuszczowe nasycone 13,87 g, sól 2,4 g, tłuszcz 23,28 g, węglowodany ogółem 80,76 g, węglowodany przyswajalne 61,67 g

chleb pszenno żytni Ciechociński /Alergeny: 1/
chleb pszenno żytni Ciechociński 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/
masło 200 g 15 g

szynkowa /Alergeny: 1,3,6,7,10/
szynkowa 50 g

serek homogenizowany 100 g /Alergeny: 6,7/
serek homogenizowany 100 g 100 g

roszponka
roszponka 25 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/
herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Kolacja II

96 kcal
białko ogółem 2,03 g, błonnik pokarmowy 0,88 g, cukry 0,3 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,18 g, sól 0,25 g, tłuszcz 0,95 g, węglowodany ogółem 19,25 g

wafle ryżowe /Alergeny: 1/
wafle ryżowe 25,0002 g

Suma posiłków: 2420 kcal, białko ogółem 102,94 g, kwasy tłuszczowe nasycone 29,62 g, sól 7,1 g, tłuszcz 66,99 g, węglowodany ogółem 361,21 g, węglowodany przyswajalne 254,73 g, cukry 49,03 g, błonnik pokarmowy 23,49 g.

D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

707 kcal
białko ogółem 34,17 g, błonnik pokarmowy 8,75 g, cukry 9,17 g, kwasy tłuszczowe nasycone 14,98 g, sól 2,89 g, tłuszcz 29,1 g, węglowodany ogółem 80,07 g, węglowodany przyswajalne 53,1 g

chleb graham /Alergeny: 1/

chleb graham 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 10 g

kielbasa krotoszyńska /Alergeny: 1,6,7/

kielbasa krotoszyńska 50 g

ser żółty /Alergeny: 7/

ser żółty 50 g

pomidor

pomidor 60 g

sałata masłowa

sałata masłowa 25,0005 g

kawa zbożowa z mlekiem 250 ml /Alergeny: 1,7/

kawa anatol 44,99964 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

59 kcal
białko ogółem 2,64 g, błonnik pokarmowy 3,63 g, cukry 8,58 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,17 g, sól 1,59 g, tłuszcz 0,66 g, węglowodany ogółem 12,54 g, węglowodany przyswajalne 8,91 g

sok pomidorowy /Alergeny: 9/

sok pomidorowy 330 ml

Obiad

888 kcal
białko ogółem 48,57 g, kwasy tłuszczowe nasycone 4,12 g, tłuszcz 22,75 g, węglowodany przyswajalne 111,63 g, błonnik pokarmowy 12,04 g, cukry 15,13 g, sól 0,66 g, węglowodany ogółem 131,44 g

Zupa selerowa z makaronem 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1,3,6,9,10,5,11,13/

skrzydełka 20 g, woda wodociągowa 500 ml, marchew 50 g, pietruszka korzeń kg 20 g, seler 50 g, jarzynka 200g 0,01 g, bulion kostka 0,01 g, mąka pszenna 5 g, ziemniaki 50 g, śmietana 12% tł. 10 g, makaron 20 g, pieprz sztuki 1 g

Duszone fileciki z kurczaka 165 g duszenie /Alergeny: 1,3,5,6,9,10,11,13,7/

Filet z p/ kurczaka kg 130 g, sól 0,01 g, pieprz sztuki 1 g, mąka pszenna 10 g, olej rzepakowy 10 ml, śmietana 12% tł. 15 g, bulion kostka 0,1 g, woda wodociągowa 200 ml, pietruszka nać 4,0002 g

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne

koper 1,9998 g, ziemniaki 320 g, sól 0,01 g

surówka colesław 125 g /Alergeny: 3,10,1,5,6,9,11,13/

kapusta biała 100 g, marchew 20 g, cebula 5 g, miód porcyjny-20g 2 g, majonez 620g 4,998 g, pieprz sztuki 1 g, koper 1,0002 g, sól 0,01 g

Kompot cytrynowy bez cukru 250 ml /Alergeny: 7/

woda wodociągowa 300 ml, cytryna 50 g

Podwieczorek

68 kcal
białko ogółem 3,34 g, błonnik pokarmowy 5,81 g, cukry 1,89 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,3 g, sól 0,01 g, tłuszcz 2,79 g, węglowodany ogółem 9,53 g, węglowodany przyswajalne 4,04 g

Salatka al'a grecka 120 g /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,5,8,11,12/

pomidor 60 g, ogórek św. 50 g, olej rzepakowy 2 ml, rzodkiewka 17,00045 g, bazylia 1 g, oregano 1 g, sałata lodowa 65 g, otręby 5 g

Kolacja

467 kcal
białko ogółem 21,75 g, błonnik pokarmowy 9,71 g, cukry 2,68 g, kwasy tłuszczowe nasycone 7,56 g, sól 1,91 g, tłuszcz 14,09 g, węglowodany ogółem 67,41 g, węglowodany przyswajalne 56,97 g

chleb graham /Alergeny: 1/

chleb graham 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 10 g

szynkowa /Alergeny: 1,3,6,7,10/

szynkowa 50 g

Jogurt naturalny /Alergeny: 7/

Jogurt naturalny 70 g

Papryka czerwona kg

Papryka czerwona kg 60 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Kolacja II

22 kcal
białko ogółem 0,3 g, błonnik pokarmowy 0,95 g, cukry 4,6 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,01 g, tłuszcz 0,1 g, węglowodany ogółem 5,6 g

mandarynka kg

mandarynka kg 50 g

Suma posiłków: 2211 kcal, białko ogółem 110,77 g, błonnik pokarmowy 40,89 g, cukry 42,05 g, kwasy tłuszczowe nasycone 27,14 g, sól 7,06 g, tłuszcz 69,49 g, węglowodany ogółem 306,59 g, węglowodany przyswajalne 234,65 g.

D05 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie

674 kcal
białko ogółem 23,07 g, kwasy tłuszczowe nasycone 7,08 g, sól 2,32 g, tłuszcz 16,19 g, węglowodany ogółem 109,72 g, węglowodany przyswajalne 75,56 g, cukry 21,01 g, błonnik pokarmowy 5,49 g

zupa mleczna kasza manna na mleku 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1/
mleko1l.-karton 50 ml, kasza manna 15 g

chleb pszenno żytni Ciechociński /Alergeny: 1/
chleb pszenno żytni Ciechociński 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/
masło 200 g 7 g

kiełbasa krotoszyńska /Alergeny: 1,6,7/
kiełbasa krotoszyńska 50 g

dżem porcyjny
dżem porcyjny 25 g

pomidor
pomidor 60 g

sałata masłowa
sałata masłowa 25,0005 g

kawa zbożowa z mlekiem 250 ml /Alergeny: 1,7/
kawa anatol 44,99964 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

59 kcal
białko ogółem 2,64 g, błonnik pokarmowy 3,63 g, cukry 8,58 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,17 g, sól 1,59 g, tłuszcz 0,66 g, węglowodany ogółem 12,54 g, węglowodany przyswajalne 8,91 g

sok pomidorowy /Alergeny: 9/
sok pomidorowy 330 ml

Obiad

931 kcal
białko ogółem 48,97 g, kwasy tłuszczowe nasycone 4,15 g, tłuszcz 21,68 g, węglowodany przyswajalne 111,34 g, błonnik pokarmowy 15,43 g, cukry 29,78 g, sól 0,78 g, węglowodany ogółem 146,15 g

Zupa selerowa z makaronem 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1,3,6,9,10,5,11,13/
skrzydełka 20 g, woda wodociągowa 500 ml, marchew 50 g, pietruszka korzeń kg 20 g, seler 50 g, jarzynka 200g 0,01 g, bulion kostka 0,01 g, mąka pszenna 5 g, ziemniaki 50 g, śmietana 12% tł. 10 g, makaron 20 g, pieprz sztuki 1 g

Duszone fileciki z kurczaka 165 g duszenie /Alergeny: 1,3,5,6,9,10,11,13,7/
Filet z p/ kurczaka kg 130 g, sól 0,01 g, pieprz sztuki 1 g, mąka pszenna 10 g, olej rzepakowy 10 ml, śmietana 12% tł. 15 g, bulion kostka 0,1 g, woda wodociągowa 200 ml, pietruszka nać 4,0002 g

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne
koper 1,9998 g, ziemniaki 320 g, sól 0,01 g

Surówka z selera i jabłka 100 g /Alergeny: 1,3,5,6,9,10,11,13,7/
seler 120 g, jabłka 30 g, pieprz sztuki 1 g, majonez 620g 3 g, Jogurt naturalny 10 g

kompot cytrynowy 250 ml gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7/
cytryna 80 g, woda wodociągowa 300 ml, cukier 10 g

Kolacja

540 kcal
białko ogółem 22,68 g, błonnik pokarmowy 5,6 g, cukry 1,77 g, kwasy tłuszczowe nasycone 10,56 g, sól 2,46 g, tłuszcz 18,28 g, węglowodany ogółem 71,96 g, węglowodany przyswajalne 67,87 g

chleb pszenno żytni Ciechociński /Alergeny: 1/
chleb pszenno żytni Ciechociński 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/
masło 200 g 15 g

szynkowa /Alergeny: 1,3,6,7,10/
szynkowa 50 g

Jogurt naturalny /Alergeny: 7/
Jogurt naturalny 100 g

roszponka
roszponka 25 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/
herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Kolacja II

96 kcal
białko ogółem 2,03 g, błonnik pokarmowy 0,88 g, cukry 0,3 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,18 g, sól 0,25 g, tłuszcz 0,95 g, węglowodany ogółem 19,25 g

wafle ryżowe /Alergeny: 1/
wafle ryżowe 25,0002 g

Suma posiłków: 2300 kcal, białko ogółem 99,39 g, kwasy tłuszczowe nasycone 22,14 g, sól 7,4 g, tłuszcz 57,76 g, węglowodany ogółem 359,62 g, węglowodany przyswajalne 263,68 g, cukry 61,44 g, błonnik pokarmowy 31,03 g.

D09 dieta o zmienionej konsystencji (IDDSI - POZIOM 5)

Śniadanie

734 kcal
białko ogółem 23,13 g, kwasy tłuszczowe nasycone 11,46 g, sól 2,32 g, tłuszcz 22,79 g, węglowodany ogółem 109,78 g, węglowodany przyswajalne 75,62 g, cukry 21,06 g, błonnik pokarmowy 5,49 g

zupa mleczna kasza manna na mleku 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1/
7,1/

mleko1l.-karton 50 ml, kasza manna 15 g

chleb pszenno żytni Ciechociński /Alergeny: 1/

chleb pszenno żytni Ciechociński 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 15 g

kielbasa krotoszyńska /Alergeny: 1,6,7/

kielbasa krotoszyńska 50 g

dżem porcyjny

dżem porcyjny 25 g

sałata masłowa

sałata masłowa 25,0005 g

pomidor

pomidor 60 g

kawa zbożowa z mlekiem 250 ml /Alergeny: 1,7/

kawa anatol 44,99964 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

59 kcal
białko ogółem 2,64 g, błonnik pokarmowy 3,63 g, cukry 8,58 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,17 g, sól 1,59 g, tłuszcz 0,66 g, węglowodany ogółem 12,54 g, węglowodany przyswajalne 8,91 g

sok pomidorowy /Alergeny: 9/

sok pomidorowy 330 ml

Obiad

896 kcal
białko ogółem 48,66 g, kwasy tłuszczowe nasycone 3,94 g, tłuszcz 19,31 g, węglowodany przyswajalne 108,53 g, błonnik pokarmowy 9,08 g, cukry 18,32 g, sól 0,54 g, węglowodany ogółem 138,88 g

Zupa selerowa z makaronem 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1,3,6,9,10,5,11,13/
7,1,3,6,9,10,5,11,13/

skrzydełka 20 g, woda wodociągowa 500 ml, marchew 50 g, pietruszka korzeń kg 20 g, seler 50 g, jarzynka 200g 0,01 g, bulion kostka 0,01 g, mąka pszenna 5 g, ziemniaki 50 g, śmietana 12% tł. 10 g, makaron 20 g, pieprz sztuki 1 g

Duszone fileciki z kurczaka 165 g duszenie /Alergeny: 1,3,5,6,9,10,11,13,7/

Filet z p/ kurczaka kg 130 g, sól 0,01 g, pieprz sztuki 1 g, mąka pszenna 10 g, olej rzepakowy 10 ml, śmietana 12% tł. 15 g, bulion kostka 0,1 g, woda wodociągowa 200 ml, pietruszka nać 4,0002 g

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne

koper 1,9998 g, ziemniaki 320 g, sól 0,01 g

Bukiet warzyw królewski gotowany na parze 115 g gotowanie na parze /Alergeny: 6,7/

Bukiet warzyw królewski 115 g, woda wodociągowa 100 ml, sól 0,01 g

kompot cytrynowy 250 ml gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7/

cytryna 80 g, woda wodociągowa 300 ml, cukier 10 g

Kolacja

635 kcal
białko ogółem 26,48 g, błonnik pokarmowy 4,41 g, cukry 0,77 g, kwasy tłuszczowe nasycone 13,87 g, sól 2,4 g, tłuszcz 23,28 g, węglowodany ogółem 80,76 g, węglowodany przyswajalne 61,67 g

chleb pszenno żytni Ciechociński /Alergeny: 1/

chleb pszenno żytni Ciechociński 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 15 g

szynkowa /Alergeny: 1,3,6,7,10/

szynkowa 50 g

serek homogenizowany 100 g /Alergeny: 6,7/

serek homogenizowany 100 g 100 g

roszponka

roszponka 25 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Kolacja II

96 kcal
białko ogółem 2,03 g, błonnik pokarmowy 0,88 g, cukry 0,3 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,18 g, sól 0,25 g, tłuszcz 0,95 g, węglowodany ogółem 19,25 g

wafle ryżowe /Alergeny: 1/

wafle ryżowe 25,0002 g

Suma posiłków: 2420 kcal, białko ogółem 102,94 g, kwasy tłuszczowe nasycone 29,62 g, sól 7,1 g, tłuszcz 66,99 g, węglowodany ogółem 361,21 g, węglowodany przyswajalne 254,73 g, cukry 49,03 g, błonnik pokarmowy 23,49 g

D03+D09 dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węgl. + o zmienionej konsyst. (IDDSI - POZIOM 5)

Śniadanie

707 kcal
białko ogółem 34,17 g, błonnik pokarmowy 8,75 g, cukry 9,17 g, kwasy tłuszczowe nasycone 14,98 g, sól 2,89 g, tłuszcz 29,1 g, węglowodany ogółem 80,07 g, węglowodany przyswajalne 53,1 g

chleb graham /Alergeny: 1/

chleb graham 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 10 g

kielbasa krotoszyńska /Alergeny: 1,6,7/

kielbasa krotoszyńska 50 g

ser żółty /Alergeny: 7/

ser żółty 50 g

pomidor

pomidor 60 g

sałata masłowa

sałata masłowa 25,0005 g

kawa zbożowa z mlekiem 250 ml /Alergeny: 1,7/

kawa anatol 44,99964 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

59 kcal
białko ogółem 2,64 g, błonnik pokarmowy 3,63 g, cukry 8,58 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,17 g, sól 1,59 g, tłuszcz 0,66 g, węglowodany ogółem 12,54 g, węglowodany przyswajalne 8,91 g

sok pomidorowy /Alergeny: 9/

sok pomidorowy 330 ml

Obiad

844 kcal
białko ogółem 48,42 g, kwasy tłuszczowe nasycone 3,93 g, tłuszcz 19,22 g, węglowodany przyswajalne 106,28 g, błonnik pokarmowy 8,48 g, cukry 8,25 g, sól 0,54 g, węglowodany ogółem 126,05 g

Zupa selerowa z makaronem 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1,3,6,9,10,5,11,13/

skrzydełka 20 g, woda wodociągowa 500 ml, marchew 50 g, pietruszka korzeń kg 20 g, seler 50 g, jarzynka 200g 0,01 g, bulion kostka 0,01 g, mąka pszenna 5 g, ziemniaki 50 g, śmietana 12% tł. 10 g, makaron 20 g, pieprz sztuki 1 g

Duszone fileciki z kurczaka 165 g duszenie /Alergeny: 1,3,5,6,9,10,11,13,7/

Filet z p/ kurczaka kg 130 g, sól 0,01 g, pieprz sztuki 1 g, mąka pszenna 10 g, olej rzepakowy 10 ml, śmietana 12% tł. 15 g, bulion kostka 0,1 g, woda wodociągowa 200 ml, pietruszka nać 4,0002 g

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne

koper 1,9998 g, ziemniaki 320 g, sól 0,01 g

Bukiet warzyw królewski gotowany na parze 115 g gotowanie na parze /Alergeny: 6,7/

Bukiet warzyw królewski 115 g, woda wodociągowa 100 ml, sól 0,01 g

Kompot cytrynowy bez cukru 250 ml /Alergeny: 7/

woda wodociągowa 300 ml, cytryna 50 g

Podwieczorek

117 kcal
białko ogółem 4,05 g, kwasy tłuszczowe nasycone 1,5 g, sól 0,13 g, tłuszcz 2,52 g, węglowodany ogółem 19,58 g, węglowodany przyswajalne 19,55 g, cukry 6 g, błonnik pokarmowy 0,03 g

Budyń na mleku b/c 130 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1/

mleko1l.-karton 125 ml, budyń w proszku 15 g

Kolacja

467 kcal
białko ogółem 21,75 g, błonnik pokarmowy 9,71 g, cukry 2,68 g, kwasy tłuszczowe nasycone 7,56 g, sól 1,91 g, tłuszcz 14,09 g, węglowodany ogółem 67,41 g, węglowodany przyswajalne 56,97 g

chleb graham /Alergeny: 1/

chleb graham 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 10 g

szynkowa /Alergeny: 1,3,6,7,10/

szynkowa 50 g

Jogurt naturalny /Alergeny: 7/

Jogurt naturalny 70 g

Papryka czerwona kg

Papryka czerwona kg 60 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Kolacja II

22 kcal
białko ogółem 0,3 g, błonnik pokarmowy 0,95 g, cukry 4,6 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,01 g, tłuszcz 0,1 g, węglowodany ogółem 5,6 g

mandarynka kg

mandarynka kg 50 g

Suma posiłków: 2216 kcal, białko ogółem 111,33 g, błonnik pokarmowy 31,55 g, cukry 39,28 g, kwasy tłuszczowe nasycone 28,15 g, sól 7,06 g, tłuszcz 65,69 g, węglowodany ogółem 311,25 g, węglowodany przyswajalne 244,81 g.

Dieta Stołowska

Drugie śniadanie

208 kcal
białko ogółem 12,15 g, błonnik pokarmowy 7,39 g, cukry 5,01 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,83 g, sól 0,2 g, tłuszcz 3,24 g, węglowodany ogółem 36,24 g, węglowodany przyswajalne 16,55 g

Obiad

752 kcal
białko ogółem 49,37 g, błonnik pokarmowy 6,09 g, cukry 8,06 g, kwasy tłuszczowe nasycone 5,09 g, sól 1,38 g, tłuszcz 20,44 g, węglowodany ogółem 98,8 g, węglowodany przyswajalne 83,95 g

zupa fasolowa na wywarze mięs. - jarzynowym 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1,3,6,9,10,5,11,13/

fasola sucha 25 g, marchew 30 g, seler 20 g, pietruszka korzeń kg 20 g, biodrówka 20 g, ziemniaki 50 g, jarzynka 200g 0,1 g, bulion kostka 0,1 g, śmietana 12% tł. 10 g, mąka pszenna 5 g, pieprz sztuki 1 g

surówka colesław 125 g /Alergeny: 3,10,1,5,6,9,11,13/

kapusta biała 100 g, marchew 20 g, cebula 5 g, miód porcyjny-20g 2 g, majonez 620g 4,998 g, pieprz sztuki 1 g, koper 1,0002 g, sól 0,01 g

Kompot cytrynowy bez cukru 250 ml /Alergeny: 7/

woda wodociągowa 300 ml, cytryna 50 g

Medaliony z kurczaka 170 g smażenie tradycyjne /Alergeny:

3,7,1,6,9,10,5,8,11/

Filet z p/ kurczaka kg 130 g, cebula 5 g, ser żółty 20 g, pietruszka nać 4,9998 g, jaja kurze 40 g, czosnek świeży 1,0002 g, płatki kukurydziane 12 g, Bułka tarta 500 g 5 g, olej rzepakowy 5 ml, jarzynka 200g 0,01 g, papryka mielona sztuki 2 g

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne

koper 1,9998 g, ziemniaki 320 g, sól 0,01 g

Suma posiłków: 960 kcal, białko ogółem 61,52 g, błonnik pokarmowy 13,48 g, cukry 13,07 g, kwasy tłuszczowe nasycone 5,92 g, sól 1,58 g, tłuszcz 23,68 g, węglowodany ogółem 135,04 g, węglowodany przyswajalne 100,5 g,