

# JADŁOSPIS Szpital od 20-26.01.25r.

	ŚNIADANIE	A	2 śniadanie A	OBIAD	A	Podwieczorek	A	KOLACJA	A
<b><u>Poniedziałek</u></b>	<p><b>Dieta podstawowa:</b> Zupa mleczna z kasza manna- 250ml Pieczeń wieprzowa-50g Ser żółty-50g Warzywo Masło- 15g Pieczywo mieszane-80g Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta cukrzycowa:</b> Zupa mleczna z kasza manna- 250ml Pieczeń wieprzowa-50g Serek kanapkowy-50g warzywo Masło- 15g Pieczywo mieszane-80g Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta lekkostrawna:</b> Zupa mleczna z kasza manna- 250ml Wędlina drobiowa -50g Serek kanapkowy-50g warzywo Masło- 15g Pieczywo mieszane-80g Herbata- 250ml</p>	<p>1,7</p> <p>6,7,9,1</p> <p>7</p> <p>7</p> <p>1</p> <p>1,7</p> <p>6,7,9,1</p> <p>7</p> <p>7</p> <p>1</p> <p>1,7</p> <p>6,7,9,1</p> <p>7</p> <p>7</p> <p>1</p>	<p><b>K:</b> owoc, jogurt</p> <p><b>D, C:</b> owoc</p>	<p>7</p> <p><b>Dieta podstawowa:</b> <u>Zupa z fasolki szparagowej -350ml</u> (wywar mięsno-warzywny: Porcje rosółowe, marchew, por, seler, natka pietruszki, fasolka szparagowa, ziemniaki, sól) <u>Gulasz wieprzowy 150</u> (łopatka wieprzowa, cebula, koncentrat pomidorowy, papryka, pieprz, sól) <u>Kasza gryczana 200</u> <u>Woda z sokiem</u></p> <p><b>Dieta cukrzycowa:</b> <u>Zupa z fasolki szparagowej -350ml</u> <u>Gulasz wieprzowy 150</u> <u>Kasza gryczana 200</u> <u>Woda z sokiem</u></p> <p><b>Dieta lekkostrawna:</b> <u>Zupa z fasolki szparagowej -350ml</u> <u>Gulasz wieprzowy 150</u> (łopatka, cukinia, pomidory, sól) <u>Kasza jaglana 200</u> <u>Woda z sokiem</u></p>	<p>9</p> <p>1,7,9</p> <p>1</p> <p>9</p> <p>1,7,9</p> <p>1</p> <p>9</p> <p>1,7,9</p> <p>1</p>	<p><b>C:</b> kanapka żytnia (chleb razowy, Masło Wędlina drobiowa, warzywo)</p> <p><b>D:</b> sok owocowy</p> <p><b>K:</b> kanapka żytnia, Sok Owocowy</p>	<p>1,6,7,9</p> <p>1,6,7,9</p>	<p><b>Dieta podstawowa:</b> Wędlina drobiowa-50g Serek puszysty-50g warzywo Masło- 15g Pieczywo mieszane-80g Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta cukrzycowa:</b> Wędlina drobiowa-50g Serek puszysty-50g warzywo Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta lekkostrawna:</b> Wędlina drobiowa-50g Serek puszysty-50g warzywo Masło- 15g Pieczywo mieszane-80g Herbata- 250ml</p>	<p>6,7,9,1</p> <p>7</p> <p>7</p> <p>1</p> <p>6,7,9,1</p> <p>7</p> <p>7</p> <p>1</p> <p>6,7,9,1</p> <p>7</p> <p>7</p> <p>1</p>

	<p><b>Dieta płynna:</b> Mix śniadaniowy 400 ml (mleko, kasza, serek, masło) 1,7</p> <p><b>Dieta papkowata:</b> Mix śniadaniowy 350 g (mleko, kasza, serek, masło) 1,7</p>			<p><b>Dieta płynna:</b> Mix obiadowy 400 ml (zupa, mięso, żółtko) 3,9</p> <p><b>Dieta papkowata:</b> Mix obiadowy 350 g (zupa, mięso żółtko) 3,9</p>			<p><b>Dieta płynna:</b> Mix kolacyjny 400 ml (chleb, serek, pomidor, zupa z fasolki) 1, 7,9</p> <p><b>Dieta papkowata:</b> Mix kolacyjny 350 g (chleb, serek, pomidor, masło, zupa z fasolki) 1,7,9</p>	
<b>Wtorek</b>	<p><b>Dieta podstawowa:</b> Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 250ml 1,7 Wędlina drobiowa-50g 6,7,9,1 Jajko 50g 3 warzywo 7 Masło- 15g 1 Pieczywo mieszane- 80g 1 Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta cukrzycowa:</b> Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 250ml 1,7 Wędlina drobiowa-50g 6,7,9,1 Jajko 50g 3 Warzywo 7 Masło- 15g 1 Pieczywo mieszane- 80g 1 Herbata- 250ml</p>		<p><b>K:</b> banan, jogurt naturalny 7 <b>D:</b> owoc 7 <b>C:</b> jogurt naturalny 7</p>	<p><b>Dieta podstawowa:</b> <u>Zupa zacierkowa-350ml</u> 1,3,9 (wywar mięsno-warzywny: Porcje rosółowe, marchew, pietruszka, por, seler, Natka pietruszki, makaron zacierka, ziemniaki, sól, ziele angielskie, liść laurowy) <u>Pierś z pieca – 100g</u> 7 <u>Sos śmietanowo-koperkowy 50</u> (pierś z kurczaka, sól, olej, śmietana, koper) 7 <u>Ziemniaki gotowane – 200g</u> 7 <u>Marchewka gotowana – 100g</u> (marchewka, sól, masło) <u>Woda z sokiem</u></p> <p><b>Dieta cukrzycowa:</b> <u>Zupa zacierkowa-350ml</u> 1,3,9 <u>Pierś z pieca – 100g</u> <u>Sos koperkowy 50</u> <u>Ziemniaki gotowane – 200g</u> <u>Warzywa gotowane – 100g</u> (brokuł, kalafior, sól) <u>Woda z sokiem</u></p>		<p><b>C, D:</b> kanapka żytnia (chleb razowy, Masło, ser żółty, warzywo) 1,7 <b>K:</b> kanapka żytnia, owoc</p>	<p><b>Dieta podstawowa:</b> Wędlina wieprzowa-50g 6,7,9,1 Serek kanapkowy-50g 7 warzywo 7 Masło- 15g 1 Pieczywo mieszane- 80g 1 Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta cukrzycowa:</b> Wędlina wieprzowa- 50g 6,7,9,1 Serek kanapkowy-50g 7 warzywo 7 Masło- 15g 1 Pieczywo mieszane- 80g 1 Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta lekkostrawna:</b> Wędlina drobiowa-50g 6,7,9,1 Serek kanapkowy-50g 7 warzywo 7 Masło- 15g 1 Pieczywo mieszane- 80g 1 Herbata- 250ml</p>	

	<p><b>Dieta lekkostrawna:</b> Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 250ml 1,7 Wędlina drobiowa-50g 6,7,9,1 Twaróg-50g 7 Warzywo 7 Masło- 15g 7 Pieczywo mieszane- 80g 1 Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta płynna:</b> Mix śniadaniowy 400 ml (mleko, płatki, twaróg, masło) 1,7</p> <p><b>Dieta papkowata:</b> Mix śniadaniowy 350 g (mleko, płatki, twaróg, masło) 1,7</p>			<p><b>Dieta lekkostrawna:</b> <u>Zupa zacierkowa-350ml</u> 1,3,9 <u>Pierś z pieca – 100g</u> <u>Sos koperkowy 50</u> <u>Ziemniaki gotowane – 200g</u> <u>Marchewka gotowana – 100g</u> 7 (marchewka, sól) <u>Woda z sokiem</u></p> <p><b>Dieta płynna:</b> Mix obiadowy 400 ml (zupa, mięso, masło) 1,3,9</p> <p><b>Dieta papkowata:</b> Mix obiadowy 350 g (zupa z mięsem, ziemniaki i marchewka puree) 1,3,9</p>		<p><b>Dieta płynna:</b> Mix kolacyjny 400 ml (chleb, serek, masło, pomidor, zupa zacierkowa) 1,3,7,9</p> <p><b>Dieta papkowata:</b> Mix kolacyjny 350 g (chleb, serek, masło, pomidor, zupa zacierkowa) 1,3,7,9</p>	
<b>Środa</b>	<p><b>Dieta podstawowa:</b> Zupa mleczna z Zacierką 250ml 1,7 Parowka z wody 100 Ketchup 10 6,7,9,1 Twaróg 50g 7 Warzywo 7 Masło- 15g 7 Pieczywo mieszane- 80g 1 Herbata- 250ml</p>		<p><b>D, C :</b> owoc <b>K:</b> owoc, Sok owocowy</p>	<p><b>Dieta podstawowa:</b> <u>Zupa pomidorowa - 350ml</u> 7,9 (wywar mięsno-warzywny: porcje rosółowe, marchew, por, seler, natka pietruszki, makaron, pomidory, śmietana, sól, pieprz) <u>Pieczone udko – 1szt.</u> (udko z kureczaka, sól, przyprawa gyros) <u>Ziemniaki gotowane – 200g</u> <u>Fasolka szparagowa 100g</u> <u>Woda z sokiem</u></p> <p><b>Dieta cukrzycowa</b> <u>Zupa pomidorowa - 350ml</u></p>	<p><b>C:</b> kanapka żytnia (chleb razowy, Masło, twaróg, warzywo) <b>D:</b>j.owocowy <b>K:</b> kanapka żytnia, jogurt owocowy</p>	<p>1,7 7 7</p>	<p><b>Dieta podstawowa:</b> Wędlina wieprzowa- 50g 6,7,9,1 Sałatka śledziowa 100 g (śledź, jabłko, ogórek konserwowy, jajko, kukurydza, natka pietruszki, majonez, pieprz, sól) 1,3, 4,7,10 Masło- 15g 7 Pieczywo mieszane- 80g 1 Herbata- 250ml</p>

	<p><b>Dieta cukrzycowa:</b> Zupa mleczna z Zacierką 250ml 1,7 Parówka z wody 100g Pomidor bez skórki 30 g 6,7,9,1 Twaróg 50g 7 Warzywo Masło- 15g 7 Pieczywo mieszane- 80g 1 Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta lekkostrawna:</b> Zupa mleczna z 1,7 Zacierką 250ml Parówka z wody 100g 6,7,9,1 Pomidor bez skórki 30 g Twaróg 50 g 7 Warzywo Masło- 15g 7 Pieczywo mieszane- 80g 1 Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta płynna:</b> Mix śniadaniowy 400 ml (mleko, zacierka, twaróg, masło) 1,3,7</p> <p><b>Dieta papkowata:</b> Mix śniadaniowy 350 g (mleko, zacierka, twaróg, masło) 1,3,7</p>			<p>(makaron razowy) <u>Pieczone udko – 1szt.</u> <u>Ziemniaki gotowane – 200g</u> <u>Fasolka szparagowa 100 g</u> <u>Woda z sokiem</u></p> <p><b>Dieta lekkostrawna:</b> <u>Zupa pomidorowa - 350ml</u> (wywar mięsno-warzywny: porcje rosółowe, marchew, por, seler, natka pietruszki, makaron, pomidory, sól) 7,9 <u>Udko gotowane – 1 szt.</u> <u>Ziemniaki gotowane – 200g</u> <u>Fasolka szparagowa 100 g</u> <u>Woda z sokiem</u></p> <p><b>Dieta płynna:</b> Mix obiadowy 400 ml (zupa, mięso, masło)</p> <p><b>Dieta papkowata:</b> Mix obiadowy 350 g (zupa z mięsem, ziemniaki i marchewka puree)</p>	7,9		<p><b>Dieta cukrzycowa:</b> Wędlina wieprzowa- 50g 6,7,9,1 Sałatka warzywna 50g (marchew, seler, pietruszką, białko jaja, sól, jogurt naturalny) 3,7,9 Masło- 15g 7 Pieczywo mieszane- 80g 1 Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta lekkostrawna:</b> 6,7,9,1 Wędlina drobiowa-50g Sałatka warzywna 50g 3,7,9 (marchew, seler, pietruszką, białko jaja, sól, jogurt naturalny) 7 Masło- 15g 1 Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta płynna:</b> 1,3,7,9 Mix kolacyjny 400 ml (chleb, masło, mięso gotowane, zupa pomidorowa)</p> <p><b>Dieta papkowata:</b> 1,3,7,9 Mix kolacyjny 350 g (chleb, masło, sałatka warzywna, zupa pomidorowa)</p>	
--	--	--	--	---	-----	--	---	--



	<b>Dieta papkowata:</b> Mix śniadaniowy 350 g (mleko, płatki, twaróg, masło)	1,7			<b>Dieta papkowata:</b> Mix obiadowy 350 g (zupa z mięsem, ziemniaki puree)	3,7,9				
<b>Piątek</b>	<b>Dieta podstawowa:</b> Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi- 250ml Dżem-50g Wędlna drobiowa- 50g Warzywo Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml  <b>Dieta cukrzycowa:</b> Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi- 250ml Serek kanapkowy 50g Wędlna drobiowa 50g Warzywo Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml  <b>Dieta lekkostrawna:</b> Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi- 250ml Dżem-50g Wędlna drobiowa 50g Warzywo Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	1,7 6,7,9,1 7 1 1,7 7 6,7,9,1 7 1 1,7 6,7,9,1 7 1	<b>K:</b> owoc, jogurt owocowy <b>C,D:</b> owoc	7	<b>Dieta podstawowa:</b> <u>Zupa kalafiorowa – 350ml</u> (wywar mięsno-warzywny, porcje rosółowe, marchew, pietruszką, por, seler, natka pietruszką, kalafior, śmietana, sól, pieprz, ziemniaki) <u>Potrąwka drobiowo-warzywna z ryżem – 300g</u> (ryż, pierś z kurczaka, papryka, cukinia, pomidor, kukurydza, sól ,pieprz, majeranek, natka pietruszką) <u>Woda z sokiem</u>  <b>Dieta cukrzycowa:</b> <u>Zupa kalafiorowa – 350ml</u> <u>Potrąwka drobiowo-warzywna z ryżem brązowym – 300g</u> <u>Woda z sokiem</u>  <b>Dieta lekkostrawna:</b> <u>Zupa kalafiorowa – 350ml</u> (wywar mięsno-warzywny, porcje rosółowe, marchew, pietruszką, por, seler, natka pietruszką, kalafior, sól, ziemniaki) <u>Potrąwka drobiowo-warzywna z</u>	7,9 1 7,9 1 7,9 1 7,9 1	<b>C:</b> kanapka żytnia (chleb razowy, Masło ser żółty, warzywo) <b>D:</b> j.owocow y <b>K:</b> kanapki żytnie, jogurt owocowy	1,7 7 1,7	<b>Dieta podstawowa:</b> Wędlna wieprzowa- 50g Serek plastry 50g warzywo Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml  <b>Dieta cukrzycowa:</b> Wędlna wieprzowa- 50g Serek plastry 50g warzywo Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml  <b>Dieta lekkostrawna:</b> Wędlna drobiowa-50g Serek kanapkowy-50g warzywo Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml  <b>Dieta płynna:</b> Mix kolacyjny 400 ml (chleb, masło, serek, pomidor, zupa jarzynowa)	6,7,9,1 7 7 1 6,7,9,1 7 1 6,7,9,1 7 1 1,7,9

	<p><b>Dieta płynna:</b> Mix śniadaniowy 400 ml (mleko, płatki, dżem, masło)</p> <p><b>Dieta papkowata:</b> Mix śniadaniowy 350 g (mleko, płatki, dżem, masło)</p>	1,7			<p><u>ryżem 300g</u> (ryż, pierś z kurczaka, cukinia, pomidor, sól, majeranek, natka pietruszki) <u>Woda z sokiem</u></p> <p><b>Dieta płynna:</b> Mix obiadowy 400 ml (zupa, mięso, żółtko)</p> <p><b>Dieta papkowata:</b> Mix obiadowy 350 g (zupa, mięso, żółtko)</p>	3,7,9		<p><b>Dieta papkowata:</b> Mix kolacyjny 350 g (chleb, masło, serek, pomidor, zupa jarzynowa)</p>	1,7,9	
<b>Sobota</b>	<p><b>Dieta podstawowa:</b> Zupa mleczna z kasza manna- 250ml Pieczeń wieprzowa-50g Pasta jajeczna 60g (jajka, majonez, szczypiorek, sól) Warzywo Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta cukrzycowa:</b> Zupa mleczna z kasza manna- 250ml Pieczeń wieprzowa-50g Pasta jajeczna 60g Warzywo Masło- 15g</p>	1,7 6,7,9,1 3,10 7 1	<p><b>K:</b> owoc, jogurt naturalny <b>C,D:</b> jogurt naturalny</p>	7 7	<p><b>Dieta podstawowa:</b> <u>Zupa ogórkowa-350ml</u> (wywar mięsno-warzywny: Porcje rosółowe, marchew, por, seler, Natka pietruszki, ogórki kiszane, sól, pieprz, ziemniaki) <u>Makaron z kurczakiem i warzywami 300 g</u> (makaron, kurczak filec, czosnek, cebula, brokuł, cukinia, śmietana, sól, pieprz) <u>Woda z sokiem</u></p> <p><b>Dieta cukrzycowa:</b> <u>Zupa ogórkowa-350ml</u> <u>Makaron z kurczakiem i warzywami</u></p>	9 1,3,7 9 1,3,7	<p><b>C:</b> kanapka żytnia (chleb razowy, Masło, twaróg, warzywo) <b>D:</b> sok owocowy</p> <p><b>K:</b> kanapka żytnia, Sok Owocowy</p>	1,6,7,9,1 0 1,6,7,9,1 0	<p><b>Dieta podstawowa:</b> Wędlina drobiowa-50g Ser żółty 50g warzywo Masło- 15g Pieczywo mieszane-80g Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta cukrzycowa:</b> Wędlina drobiowa-50g Ser żółty 50g warzywo Masło- 15g Pieczywo mieszane-80g Herbata- 250ml</p>	6,7,9,1 7 7 1 6,7,9,1 7 7 1

	<p>Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta lekkostrawna:</b> Zupa mleczna z kasza manna- 250ml Pieczeń wieprzowa-50g Bialko jaja 50g Warzywo Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta płynna:</b> Mix śniadaniowy 400 ml (mleko, kasza, serek, masło)</p> <p><b>Dieta papkowata:</b> Mix śniadaniowy 350 g (mleko, kasza, serek, masło)</p>	1  1,7 6,7,9,1 3  7 1   1,7  1,7			<p><u>(z makaronem brązowym)</u> 300 g <u>Woda z sokiem</u></p> <p><b>Dieta lekkostrawna:</b> <u>Zupa pomidorowa-350ml</u> (wywar mięsno-warzywny, koncentrat pomidorowy, ziemniaki, sól) <u>Makaron z kurczakiem i warzywami 300 g</u> (makaron, kurczak filet, brokuł, cukinia, sól) <u>Woda z sokiem</u></p> <p><b>Dieta płynna:</b> Mix obiadowy 400 ml (zupa, mięso, żółtko)</p> <p><b>Dieta papkowata:</b> Mix obiadowy 350 g (zupa, mięso, żółtko)</p>	9  1,3,7  1,3,7,9  1,3,7,9		<p><b>Dieta lekkostrawna:</b> Wędlina drobiowa-50g Dżem 50g warzywo Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta płynna:</b> Mix kolacyjny 400 ml (chleb, masło, twaróg, pomidor, zupa pomidorowa)</p> <p><b>Dieta papkowata:</b> Mix kolacyjny 350 g (chleb, masło, twaróg, pomidor, zupa pomidorowa)</p>	6,7,9,1  7 1   1,7,9  1,7,9	
<b>Niedziela</b>	<p><b>Dieta podstawowa:</b> Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 250ml Kiełbasa drobiowa z wody 90 g keczup 10 g Twaróg 50g Warzywo Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g</p>	1,7 6,7,9,1  7  7 1	<b>K:</b> owoc, jogurt <b>C,D:</b> owoc	7	<p><b>Dieta podstawowa:</b> <u>Zupa rosół – 350ml</u> (wywar mięsno-warzywny, porcje rosółowe, marchew, pietruszka, por, seler, natka pietruszki, makaron, sól ) <u>Kaszotto warzywno-mięsne 300g</u> (kasza pęczak, papryka, cebula, cukinia, olej, sól, pieprz, łopatka, pomidory) <u>Woda z sokiem</u></p>	1,3,9  1,9	<b>C:</b> kanapka żytnia (chleb razowy, Masło Wędlina drobiowa, warzywo) <b>D:</b> sok owocowy <b>K:</b> kanapka	1,6,7,9,10  1,6,7,9,10	<p><b>Dieta podstawowa:</b> Wędlina drobiowa-50g Serek topiony 50g Warzywo Masło- 15g Pieczywo mieszane-80g Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta cukrzycowa:</b> Wędlina drobiowa-50g Serek topiony 50g</p>	6,7,9,1 7  7 1  6,7,9,1 7

	<p>Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta cukrzycowa:</b>  Zupa mleczna z  płatkami owsianymi- 250ml 1,7  Parówka 90 6,7,9,1  Musztarda 10 10  Twaróg 50g 7  Warzywo 7  Masło- 15g 7  Pieczywo mieszane- 80g 1  Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta lekkostrawna:</b>  Zupa mleczna z  płatkami owsianymi 250ml 1,7  Parówka 90 6,7,9,1  Twaróg 50g 7  Warzywo 7  Masło- 15g 7  Pieczywo mieszane- 80g 1  Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta płynna:</b>  Mix śniadaniowy 400 ml 1,7  (mleko, płatki, twaróg,  masło)</p> <p><b>Dieta papkowata:</b>  Mix śniadaniowy 350 g  (mleko, płatki, twaróg,  masło) 1,7</p>			<p><b>Dieta cukrzycowa:</b>  <u>Zupa rosół – 350ml</u> 1,3,9  <u>Kaszotto warzywno-mięsne 300g</u> 1,9  <u>Woda z sokiem</u></p> <p><b>Dieta lekkostawna:</b>  <u>Zupa rosół – 350ml</u> 1,3,9  <u>Kaszotto warzywno-mięsne 300g</u> 1,9  (kasza jaglana, cukinia, sól,  łopatka, pomidory)  <u>Woda z sokiem</u></p> <p><b>Dieta płynna:</b>  Mix obiadowy 400 ml 1,3,7,  (zupa, mięso, masło) 9</p> <p><b>Dieta papkowata:</b>  Mix obiadowy 350 g 1,3,7,  (zupa, mięso, masło) 9</p>	<p>żytnia,  Sok  owocowy</p>	<p>warzywo  Masło- 15g 7  Pieczywo mieszane- 80g 1  Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta lekkostrawna:</b>  Wędlina drobiowa-50g 6,7,9,1  Twaróg-50g 7  warzywo 7  Masło- 15g 7  Pieczywo mieszane- 80g 1  Herbata- 250ml</p> <p><b>Dieta płynna:</b>  Mix kolacyjny 400 ml 1,3,7,9  (chleb, masło, twaróg, pomidor,  zupa rosół)</p> <p><b>Dieta papkowata:</b>  Mix kolacyjny 350 g 1,3,7,9  (chleb, masło, twaróg, pomidor,  zupa rosół)</p>	
--	---	--	--	---	--------------------------------------	---	--

**Dieta kobiety w ciąży, okresie poporodowym i okresie laktacji:**

Poniedziałek:

-energia: 2255 kcal, węglowodany: 271g, białko: 90g, tłuszcz: 91g, błonnik: 38g, kwasy tłuszczowe nasycone: 9g, sól 5g, cukier 30 g

Wtorek:

-energia: 2465 kcal, węglowodany: 330g, białko: 95g, tłuszcz 98g, błonnik 43g, kwasy tłuszczowe nasycone: 10g, sól 4g, cukier 31g

Środa:

-energia: 2629kcal, węglowodany: 335 g, białko 98 g, tłuszcz: 99 g, błonnik: 45 g, kwasy tłuszczowe nasycone:11g, sól 5 g, cukier 33g

Czwartek:

-energia: 2647kcal, węglowodany 330g, białko 111g, tłuszcz 103 g, błonnik 43g, kwasy tłuszczowe nasycone: 10g, sól 6g, cukier 33g

Piątek:

-Energia 2334kcal, Węglowodany 315g, Białko 99 g, Tłuszcz 77 g, Błonnik 39g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8g., sól 4 g, cukier 31 g

Sobota:

-Energia 2585 kcal, Węglowodany 350 g, białko 98g, tłuszcz 89 g, Błonnik 41g, Kwasy tłuszczowe nasycone 9g, sól 5 g, cukier 35 g

Niedziela:

-Energia 2445kcal, węglowodany 330g, białko 99g, tłuszcz 79 g, Błonnik 38g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8 g, sól 5 g, cukier 31g

**Dieta cukrzycowa:**

Poniedziałek:

-energia: 2153 kcal, węglowodany: 265g, białko: 84g, tłuszcz: 90g, błonnik: 39g, kwasy tłuszczowe nasycone: 9g, sól 4g, cukier 20 g

Wtorek:

-energia: 2564 kcal, węglowodany: 305g, białko: 91g, tłuszcz 95g, błonnik 44g, kwasy tłuszczowe nasycone: 10g, sól 5 g, cukier 30g

Środa:

-energia: 2630 kcal, węglowodany: 330 g, białko 95 g, tłuszcz: 105 g, błonnik: 43 g, kwasy tłuszczowe nasycone: 11g, sól 5g, cukier 32 g

Czwartek:

-energia: 2553kcal, węglowodany 310g, białko 105g, tłuszcz 99 g, błonnik 43g, kwasy tłuszczowe nasycone: 10g, sól 5g, cukier 30 g

Piątek:

-Energia 2241 kcal, Węglowodany 305g, Białko 90 g, Tłuszcz 74 g, Błonnik 38g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8g, sól 4g, cukier 31 g

Sobota:

-Energia 2484 kcal, Węglowodany 340 g, białko 91g, tłuszcz 85 g, Błonnik 40g, Kwasy tłuszczowe nasycone 9g, sól 5 g, cukier 35 g

Niedziela:

-Energia 2335kcal, węglowodany 333g, białko 91g, tłuszcz 79 g, Błonnik 39g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8 g, sól 5 g, cukier 34 g

**Dieta dziecka:**

Poniedziałek:

-energia: 2153 kcal, węglowodany: 265g, białko: 84g, tłuszcz: 90g, błonnik: 39g, kwasy tłuszczowe nasycone: 9g, sól 4g, cukier 20 g

Wtorek:

-energia: 2564 kcal, węglowodany: 305g, białko: 91g, tłuszcz 95g, błonnik 44g, kwasy tłuszczowe nasycone: 10g, sól 5 g, cukier 30g

Środa:

-energia: 2630 kcal, węglowodany: 330 g, białko 95 g, tłuszcz: 105 g, błonnik: 43 g, kwasy tłuszczowe nasycone: 11g, sól 5g, cukier 32 g

Czwartek:

-energia: 2553kcal, węglowodany 310g, białko 105g, tłuszcz 99 g, błonnik 43g, kwasy tłuszczowe nasycone: 10g, sól 5g, cukier 30 g

Piątek:

-Energia 2241 kcal, Węglowodany 305g, Białko 90 g, Tłuszcz 74 g, Błonnik 38g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8g, sól 4g, cukier 31 g

Sobota:

-Energia 2484 kcal, Węglowodany 340 g, białko 91g, tłuszcz 85 g, Błonnik 40g, Kwasy tłuszczowe nasycone 9g, sól 5 g, cukier 35 g

Niedziela:

-Energia 2335kcal, węglowodany 333g, białko 91g, tłuszcz 79 g, Błonnik 39g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8 g, sól 5 g, cukier 34 g

**Dieta podstawowa:**

Poniedziałek:

-energia: 2055 kcal, węglowodany: 240g, białko: 82g, tłuszcz: 87g, błonnik: 35g, kwasy tłuszczowe nasycone: 9g, sól 5 g, cukier 22 g

Wtorek:

-energia: 2366 kcal, węglowodany: 300g, białko: 97g, tłuszcz 92g, błonnik 40g, kwasy tłuszczowe nasycone: 10g, sól 5 g, cukier 32 g

Środa:

-energia: 2530 kcal, węglowodany: 315 g, białko 89 g, tłuszcz: 100 g, błonnik: 41 g, kwasy tłuszczowe nasycone:11g, sól 5 g, cukier 31 g

Czwartek:

-energia: 2443kcal, węglowodany 300g, białko 100g, tłuszcz 95 g, błonnik 40g, kwasy tłuszczowe nasycone: 10g, sól 5 g, cukier 30 g

Piątek:

-Energia 2131 kcal, Węglowodany 300g, Białko 85 g, Tłuszcz 72 g, Błonnik 34g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8g, sól 5 g, cukier 32 g

Sobota:

-Energia 2394 kcal, Węglowodany 330g, białko 86 g, tłuszcz 83 g, Błonnik 37g, Kwasy tłuszczowe nasycone 9g, sól 4 g, cukier 31 g

Niedziela:

-Energia 2335kcal, węglowodany 331g, białko 87g, tłuszcz 77 g, Błonnik 37g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8 g, sól 5 g, cukier 33 g

**Dieta lekkostrawna:**

Poniedziałek:

-energia: 2015kcal, węglowodany: 229g, białko: 92g, tłuszcz: 80g, błonnik: 30g, kwasy tłuszczowe nasycone: 8g, sól 5 g, cukier 22 g

Wtorek:

-energia: 2320 kcal, węglowodany: 219g, białko: 114 g, tłuszcz 74g, błonnik 35g, kwasy tłuszczowe nasycone: 7g. sól 4 g, cukier 24 g

Środa:

-energia: 2488kcal, węglowodany: 263g, białko 101g, tłuszcz: 109g, błonnik: 31g, kwasy tłuszczowe nasycone: 10 g . sól 5 g, cukier 26 g

Czwartek:

-energia: 2483kcal, węglowodany 288g, białko 112g, tłuszcz 88g, błonnik 38g, kwasy tłuszczowe nasycone: 9g. sól 5 g, cukier 27 g

Piątek:

-Energia 2078 kcal, Węglowodany 242g, Białko 111g, Tłuszcz 70g, Błonnik 35g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7g. sól 4 g, cukier 25 g

Sobota:

-Energia 2356kcal, Węglowodany 286g, białko 91g, tłuszcz 91g Błonnik 34g, Kwasy tłuszczowe nasycone 9g. sól 5 g, cukier 29 g

Niedziela:

-Energia 2298kcal, węglowodany 280g, białko 129g, tłuszcz 93g, Błonnik 33g, Kwasy tłuszczowe nasycone 9g. sól 4 g, cukier 27 g

**Dieta płynna/papkowata:**

Poniedziałek:

-energia: 1750 kcal, węglowodany: 213g. białko: 64g, tłuszcz: 66 g, błonnik: 25g, kwasy tłuszczowe nasycone: 7g. cukier 20 g, sól 5 g

Wtorek:

-energia: 1820 kcal, węglowodany: 220g, białko: 66 g, tłuszcz 65 g, błonnik 30g, kwasy tłuszczowe nasycone: 6g. cukier 23 g, sól 5 g

Środa:

-energia: 1755 kcal, węglowodany: 211g, białko 70 g, tłuszcz: 77 g, błonnik: 25g, kwasy tłuszczowe nasycone: 9 g . cukier 26 g, sól 5 g

Czwartek:

-energia: 1753 kcal, węglowodany 222g, białko 90 g, tłuszcz 81g, błonnik 29 g, kwasy tłuszczowe nasycone: 8g. cukier 20 g, sól 5 g

Piątek:

-Energia 1605 kcal, Węglowodany 200g, Białko 99g, Tłuszcz 60g, Błonnik 28 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 6g. cukier 24 g, sól 5 g

Sobota:

-Energia 1744 kcal, Węglowodany 222g, białko 79g, tłuszcz 71g Błonnik 27g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8 g. cukier 27 g, sól 5 g

Niedziela:

-Energia 1700 kcal, węglowodany 200g, białko 77g, tłuszcz 66 g, Błonnik 26 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8g. cukier 26g, sól 5 g

***JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE !***