

Jadłospis za okres od dnia **2024-07-24 do 30-07-2024** obejmujący wszystkie diety Wojewódzkiego Zakładu Opieki Psychiatrycznej Sp. z o. o. w Sokołówce

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2024-07-24 środa	Śniadanie	Twaróg 80g Powidła 25g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kawa zbożowa 250 ml (KAK)	Twaróg 80g Masło 25 g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Kawa zbożowa 250 ml (KAK)	Twaróg 80g Powidła Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kawa zbożowa 250 ml (KAK)	Pasta z fasoli czerwonej 80g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kakao 250 ml (KAK)	Powidła 100 g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Twaróg 80g Powidła 25g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kakao 250 ml (KAK)	Pasta z fasoli czerwonej 80g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kakao 250 ml (KAK)	Twaróg 80g ,Powidła 25 g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kawa zbożowa 250 ml (KAK)
	II śniadanie						Dżem 50g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	obiad	Leczo z ryżem 450g Napój 250ml	Leczo z ryżem 450g Napój 250ml	Leczo z ryżem 450g Napój 250ml	Leczo z ryżem 450g Napój 250ml	Leczo z ryżem 450g Napój 250ml	Leczo z ryżem 450g Napój 250ml	Leczo z ryżem 450g Napój 250ml	Leczo z ryżem 450g Napój 250ml
	podwieczerek						Ser topiony 50g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	kolacja	Kiełbasa krakowska 80g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 40g Kajzerka (GLU,PSZ)	Kiełbasa krakowska 80g Masło 25 g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 40g Grahamka (GLU,PSZ)	Kiełbasa krakowska 80g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 40g Grahamka (GLU,PSZ)	Ogórek kiszony 40 g Pomidor 40 g Szcypior Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Kiełbasa krakowska 80g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 40g Kajzerka (GLU,PSZ)	Kiełbasa krakowska 80g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 40g Kajzerka (GLU,PSZ)	Ogórek kiszony 40 g Pomidor 40 g Szcypior Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Kiełbasa krakowska 80g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 40g Kajzerka (GLU,PSZ)
	P.W	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt	Bułeczki maślane 2szt	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt	Bułeczki maślane 2 szt	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt

Kcal 3091 Białko ogółem 96,77 g Tłuszcz 113,62 g Węglowodany ogółem 435,83 g Sód 1469,8 mg

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
30-07-25 czwartek	Śniadanie	Pieczeń meksykańska 80g, ogórek zielony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Kakao 250 ml(KAK)	Pieczeń meksykańska 80g, ogórek zielony 60g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Kakao (KAK)250 ml	Pieczeń meksykańska 80g, ogórek zielony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Humus warzywny 120g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Humus warzywny 120g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Pieczeń meksykańska 80g, ogórek zielony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Kakao (KAK)250 ml	Humus warzywny 120g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Pieczeń meksykańska 80g, ogórek zielony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Kakao (KAK) 250 ml
	II śniadanie						Ser żółty 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	obiad	Żołądki zasmażane z cebulką 250g Ziemniaki 300g , Napój 250ml	Żołądki gotowane w warzywach 250g Ziemniaki 300g Napój 250ml	Żołądki gotowane w warzywach 250g Ziemniaki 300g Napój 250ml	Bukiet warzyw w sosie pomidorowym 250g Ziemniaki 300g Napój 250ml	Żołądki gotowane w warzywach 250g Ziemniaki 300g Napój 250ml	Żołądki zasmażane z cebulką 250g Ziemniaki 200g Napój 250ml	Bukiet warzyw w sosie pomidorowym 250g Ziemniaki 300g Napój 250ml	Żołądki zasmażane z cebulką 250g Ziemniaki 300g Napój 250ml
	podwieczorek						Kiełbasa krakowska 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	kolacja	Pasztet drobiowy 100g, Pomidor 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Pasztet drobiowy 100g, Pomidor 60g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Pasztet drobiowy 100g, Pomidor 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Ser topiony 50 g Dżem 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Pasztet drobiowy 100g, Pomidor 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Hummus paprykowy 120 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Pasztet drobiowy 100g, Pomidor 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml
	P.W	Jogurt owocowy 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Suchary 3 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt

Kcal 2374 Białko ogółem 65,83 g Tłuszcz 86,03 g Węglowodany ogółem 344,28 g Sód 1847,6 mg

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
28-07-26 piątek	Śniadanie	Ser żółty 80 g,dzem 25g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Ser żółty 80 g, Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Ser żółty 80 g,dzem 25g Chleb pszenny150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Ser żółty 80 g,dzem 25g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Powidła 80g,dzem 25g Chleb pszenno-żytni 150g, Masło 25g Herbata 250ml	Ser żółty 80 g,dzem 25g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Powidła 80g, Chleb pszenno-żytni 150g, Masło 25g Herbata 250ml	Ser żółty 80 g,dzem25g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml
	II śniadanie						Dżem 80 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Ogórek świeży 50g Herbata 250ml		
	obiad	Jajko sadzone 2 szt Mizeria 250ml Ziemniaki 300g	Jajko sadzone 2 szt Mizeria 250ml Ziemniaki 300 g	Jajko sadzone 2 szt Mizeria 250ml Ziemniaki 300g	Kotlet sojowy 150g Mizeria 250ml Ziemniaki 300g	Jajko sadzone 2 szt Mizeria 250ml Ziemniaki 300g	Jajko sadzone 2 szt Mizeria 250ml Ziemniaki 300g	Kotlet sojowy 150 g Ziemniaki 300 g Mizeria 250ml	Jajko sadzone 2 szt Mizeria 250ml Ziemniaki 300g
	podwieczorek						Jogurt naturalny 1 szt		
	Kolacja	Sałatka meksykańska 150 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Sałatka meksykańska 150 Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Sałatka meksykańska 150 Chleb pszenny150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Sałatka meksykańska b/m 150 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Sałatka meksykańska 150 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Sałatka meksykańska 150 Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Sałatka meksykańska b/m 150 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Sałatka meksykańska 150 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml
	P.W	Wafelek bez czekolady 1 szt	Wafle ryżowe 3 szt	Wafelek bez czekolady 1 szt	Wafelek bez czekolady 1 szt	Wafelek bez czekolady 1 szt	Wafelek bez czekolady 1 szt	Wafelek bez czekolady 1 szt	Wafelek bez czekolady 1 szt

Kcal 2945 Białko ogółem 90,56 g Tłuszcz 110,42 g Węglowodany ogółem 413,69 g Sód 1981,4 mg

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
27-07 2024 sobota	Śniadanie	Kiełbasa biała na gorącą 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Chrzan 10g	Kiełbasa biała na gorącą 100 g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Chrzan 10g	Kiełbasa biała na gorącą 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Chrzan 10g	Ogórek św. 50 g Pomidor 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa biała na gorącą 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Chrzan 10g	Kiełbasa biała na gorącą 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Chrzan 10g	Ogórek św. 50 g Pomidor 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa biała na gorącą 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Chrzan 10g
	II śniadanie						Ser żółty 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml		
	obiad	Zupa grochowa 350 ml (SEL,MLE) Bułka 1 szt Drożdżówka 1 szt	Zupa ziemniaczana 350ml Chleb graham 150g (GLU,PSZ) Jabłko gotowane 1 szt	Zupa ziemniaczana 350ml Bułka 1 szt (GLU,PSZ) Jabłko gotowane 1 szt	Zupa ziemniaczana 350ml Bułka 1 szt (GLU,PSZ) Drożdżówka 1 szt	Zupa ziemniaczana 350ml Bułka 1 szt (GLU,PSZ) Drożdżówka 1 szt	Zupa grochowa 350 ml (SEL,MLE) Bułka 1 szt Drożdżówka 1 szt	Zupa ziemniaczana 350ml Chleb graham 150g (GLU,PSZ) Jabłko gotowane 1 szt	Zupa ziemniaczana 350ml Bułka 1 szt (GLU,PSZ) Jabłko gotowane 1 szt
	podwieczorek						Hummus paprykowy 120 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml		
	kolacja	Wędlina drobiowa 80 g , 40g ,chleb pszenno-żytni (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Wędlina drobiowa 80 g,o 40g, chleb graham 150g, Herbata 250 ml	Wędlina drobiowa 80 g., chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml	Pasta warzywna 90 g, Chleb pszennotni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml	Wędlina drobiowa 80 g Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml	Wędlina drobiowa 80 g., Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml	Humus paprykowy 80g Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml	Wędlina drobiowa 80g, ,Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml
	P.W	Jabłko 1 szt	Jabłko pieczone	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt

Kcal 2614 Białko ogółem 98,12 g Tłuszcz 68,92 g Węglowodany ogółem 418,15 g Sód 1561 mg

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
28-07 2024 niedziela	Śniadanie	Pasztet zapiekany 100g, Chleb pszenno-żytni (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Musztarda 20g	Pasztet zapiekany 100g Chleb graham 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Musztarda 20g	Pasztet zapiekany 100g Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Musztarda 20g	Humus 120g Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Musztarda 20g	Pasztet zapiekany 100g Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Musztarda 20g	Pasztet zapiekany 150g (GLU,PSZ) Chleb pszenno-żytni 150g Masło 25g Herbata 250ml Musztarda 20g	Humus 120g Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Papryka 40g	Pasztet zapiekany 100g Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Musztarda 20g
	II śniadanie						Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	obiad	Schabowy 120g Ziemniaki 300g Surówka z młodej kapusty 150g Napój 250 ml	Schabowy 120g Ziemniaki 300g Surówka z młodej kapusty 150g Napój 250 ml	Schabowy 120g Ziemniaki 300 g Surówka z młodej kapusty 150g Napój 250 ml	Kotlet sojowy (SOJ) 150g Ziemniaki 300 g Surówka z młodej kapusty 150g Napój 250 ml	Schabowy 120g Ziemniaki 300 g Surówka z młodej kapusty 150g Napój 250 ml	Schabowy 120g Ziemniaki 300 g Surówka z kapusty młodej 150 g Napój 250 ml	Kotlet sojowy (SOJ) 150g Ziemniaki 300 g Surówka z kapusty młodej 150 g Napój 250 ml	Schabowy 120g Ziemniaki 300 g Surówka z młodej kapusty 150g Napój 250 ml
	podwieczorek						Wędlina drobiowa 80 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	kolacja	Ser topiony 100 g (MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Papryka 70g	Ser topiony 100 g (MLE) Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Papryka 70g	Ser topiony 100 g (MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Papryka 70g	Ser topiony 100 g (MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Papryka 70g	Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Papryka 70g	Ser topiony 100 g (MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Papryka 70g	Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Papryka 70g	Ser topiony 100 g (MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Papryka 70g
	P. W	Herbatniki 1 op	Herbatniki 1 op	Herbatniki 1 op	Herbatniki 1 op	Herbatniki 1 op	Herbatniki 1 op	Herbatniki 1 op	Herbatniki 1 op

Kcal 3171 Białko ogółem 104,23 g Tłuszcz 130,71 g Węglowodany ogółem 410,4 g Sód 1699,35mg

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
29-07 -2024 poniedziałek	Śniadanie	Kiełbasa szynkowa 80g,ogórek kiszony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa szynkowa 80g,ogórek kiszony 60g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa szynkowa 80g ,ogórek kiszony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Salatka ze św. Warzyw 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa szynkowa 80g ,ogórek kiszony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa szynkowa 80g ,ogórek kiszony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Salatka ze św. Warzyw 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa szynkowa 80g Ogórek kiszony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml
	II śniadanie						Ser żółty 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml		
	obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml Gzika z ziemniakami 450 g Napój 250 ml Szczypior	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Gzika z ziemniakami 450 g Napój 250 ml Szczypior	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Gzika z ziemniakami 450 g Napój 250 ml Szczypior	Zupa pomidorowa bezmięсна z makaronem 300 ml Gzika z ziemniakami 450 g Napój 250 ml Szczypior	Zupa pomidorowa niezabielana z makaronem 300 ml Kotlet sojowy 120g Ziemniaki 300 g Napój 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Gzika z ziemniakami 450 g Napój 250 ml	Zupa pomidorowa niezabielana z makaronem 300 ml Kotlet sojowy 120g Ziemniaki 300 g Napój 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Gzika z ziemniakami 450 g Napój 250 ml Szczypior
	P o						Jabłko 1 szt.		
	kolacja	Kiełbasa krakowska 80g,roszponka 40g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa krakowska 80g,roszponka 30g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa krakowska 80g ,roszponka 30g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Płatki owsiane 150 g Mleko owsiane 300 ml banan 1 szt	Kiełbasa krakowska 80g,roszponka 40g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 m	Kiełbasa krakowska 80g ,roszponka 40g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Płatki owsiane 150 g Mleko owsiane 300 ml banan 1 szt	Kiełbasa krakowska 80g,roszponka 40g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml
	P.W	Nektarynka 1 szt	Nektarynka 1 szt	Nektarynka 1 szt	Nektarynka 1 szt	Nektarynka 1 szt	Nektarynka 1 szt	Nektarynka 1 szt	Nektarynka 1 szt

Kcal 2368 Białko ogółem 88,19 g Tłuszcz 95,86 g Węglowodany ogółem 299,05 g Sód 1449,89 mg

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
Wtorek 30-07- -2024	Śniadanie	Jajko 1 szt, kielbasa szynkowa 50g Ogórek zielony 60g Chleb żytnio-pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Jajko 1 szt, kielbasa szynkowa 50g Ogórek zielony 60g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Jajko 1 szt, kielbasa szynkowa 50g Ogórek zielony 60g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Pasta warzywna 90 g Chleb żytnio-pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Jajko 1 szt, kielbasa szynkowa 50g Ogórek zielony 60g Chleb żytnio-pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Jajko 1 szt, kielbasa szynkowa 50g Ogórek zielony 60g Chleb żytnio-pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Pasta warzywna 90 g Chleb żytnio-pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Jajko 1 szt, kielbasa szynkowa 50g Ogórek zielony 60g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml
	II śniadanie						Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	obiad	Udko pieczone 120g Ziemniaki 200g Sałata z śmietaną 120g Napój 250 ml	Udko gotowane 120g Ziemniaki 200g Sałata z śmietaną 120g Napój 250 ml	Mięso gotowane 120g Ziemniaki 200g Sałata ze śmietaną 120g Napój 250 ml	Risotto z warzywami 400 g Napój 250 ml	Udko pieczone 120g Ziemniaki 200g Sałata z oliwą 120g Napój 250 ml	Udko pieczone 120g Ziemniaki 200g Sałata z śmietaną 120g Napój 250 ml	Risotto z warzywami 400 g Napój 250 ml	Mięso gotowane 200g Ziemniaki 200g Sałata z śmietaną 150g Napój 250ml
	podwieczorek						Kielbasa krakowska 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	kolacja	Ser żółty 80g Chleb żytni (GLU,ŻYT) 150g Masło 25g Herbata 250ml Pomidor 70g	Ser żółty 80g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70g	Ser żółty 80g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70g	Ser żółty 80g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70g	Pasta z fasoli czerwonej 120 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70g	Ser żółty 80g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70g	Pasta z fasoli czerwonej 120 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70g	Ser żółty 80g, Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70g
	P.W	Banan 1 szt	Jabłko 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Jabłko 1 szt

Kcal 2477 Białko ogółem 81,08 g Tłuszcz 91,74 g Węglowodany ogółem 345,67 g Sód 1649,56 mg