

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-03 czwartek	Szpital Maz. dieta podstawowa	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Zacierki na mleku 350 g ( <b>BIA</b> ) Szynka w siatce 50 ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> ) Serek wiejski 50 g	Kompot owocowy 300 ml Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ( <b>BIA, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy 160 g ( <b>GLU, MIĘ</b> ) Ryż gotowany 180 g Surówka wielowarzywna 120 g	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Szynka galicyjska 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 740,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 142,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 75,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 396,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 48,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 72,7 <b>Sól [g]</b> 7,1 <b>WW [Por]</b> 39,8
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczywo razowe 120 ( <b>ŻYT</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Zacierki na mleku 350 g ( <b>BIA</b> ) Szynka w siatce 50 ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> ) Serek wiejski 50 g Serek wiejski 50 g Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> ) Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> )	Kompot owocowy 300 ml Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ( <b>BIA, SEL</b> ) Ryż brązowy 180 g Surówka wielowarzywna 120 g Gulasz wieprzowy 160 g ( <b>GLU, MIĘ</b> )	Pieczywo razowe 120 g ( <b>ŻYT</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Szynka galicyjska 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 632,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 142,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 81,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 357,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 53,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 36,8 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 73,3 <b>Sól [g]</b> 7,3 <b>WW [Por]</b> 35,8
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 120 ( <b>GLU</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Zacierki na mleku 350 g ( <b>BIA</b> ) Szynka w siatce 50 ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor bs 80 Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> ) Serek wiejski 50 g	Kompot owocowy 300 ml Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ( <b>BIA, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy 160 g ( <b>GLU, MIĘ</b> ) Fasolka szparagowa 120 Ryż gotowany 180 g	Pieczywo pszenne 120 ( <b>GLU</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Szynka galicyjska 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor bs 80 Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 445,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 132,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 73,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 327,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33,8 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 45,2 <b>Sól [g]</b> 5,9 <b>WW [Por]</b> 33
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Zacierki na mleku 350 g ( <b>BIA</b> ) Szynka w siatce 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor 80 g Owoc 1 szt Ser żółty 30 g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> ) Serek wiejski 50 g	Kompot owocowy 300 ml Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml ( <b>BIA, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy 180 g ( <b>GLU, MIĘ</b> ) Ryż gotowany 200 g Surówka wielowarzywna 120 g	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Twarożek 90 g ( <b>BIA</b> ) Szynka galicyjska 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 988,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 168,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 86,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 408,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 48,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,4 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 75,8 <b>Sól [g]</b> 7,2 <b>WW [Por]</b> 41

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-03 czwartek	Dieta Wegetariańska	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Zacierki na mleku 350 g ( <b>BIA</b> ) Ser żółty 40 g ( <b>BIA</b> ) Pomidor 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> ) Serek wiejski 50 g	Kompot owocowy 300 ml Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml ( <b>BIA, SEL</b> ) Gulasz warzywny z cukinią, pomidora mi i ciecierzycą 180 g ( <b>GLU</b> ) Ryż gotowany 180 g Surówka wielowarzywna 120 g	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Twarożek 90 g ( <b>BIA</b> ) Pomidor 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 703,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 114,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 70,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 430 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 58,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 83,2 <b>Sól [g]</b> 5,4 <b>WW [Por]</b> 43,1
	Szpital Maz. dieta podstawowa	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Kasza manna na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) twaróg (ser biały) 90 g ( <b>BIA</b> ) Pomidor 80 Dżem 25 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Polędwica sopocka 30 g ( <b>MIĘ</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> )	Kompot owocowy 300 ml Zupa kalafiorowa z ryżem 400 ml ( <b>BIA, SEL</b> ) Filet z miruny panierowany pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej 120 g	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) pasta z tuńczyka, jajka i natki 100 ( <b>JAJ, RYB</b> ) Papryka 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 567,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 131,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 64,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 382,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 38,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,4 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 57,1 <b>Sól [g]</b> 7,7 <b>WW [Por]</b> 38,2
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczywo razowe 120 g ( <b>ŻYT</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Kasza manna na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) twaróg (ser biały) 90 g ( <b>BIA</b> ) Pomidor 80 Owoc 1 szt	masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> ) Polędwica sopocka 30 g ( <b>MIĘ</b> ) Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> ) Polędwica sopocka 30 g ( <b>MIĘ</b> )	Kompot owocowy 300 ml Zupa kalafiorowa z ryżem 400 ml ( <b>BIA, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej 120 g Filet z miruny na parze 100 g ( <b>RYB</b> )	Pieczywo razowe 120 g ( <b>ŻYT</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 100 ( <b>JAJ, RYB</b> ) Papryka 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 509,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 142,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 70 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 346,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 43,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,7 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 50,8 <b>Sól [g]</b> 8,8 <b>WW [Por]</b> 34,6
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 120 g ( <b>GLU</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Kasza manna na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) twaróg (ser biały) 90 g ( <b>BIA</b> ) Pomidor bs 80 Dżem 25 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> ) Polędwica sopocka 30 g ( <b>MIĘ</b> )	Kompot owocowy 300 ml Zupa kalafiorowa z ryżem 400 ml ( <b>BIA, SEL</b> ) Filet z miruny na parze 100 g ( <b>RYB</b> ) Warzywa po grecku 120 g Ziemniaki gotowane 180 g	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Szynka drobiowa 60 g ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor bs 80 Sałata 10 g Pieczywo pszenne 120 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 369,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 128,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 58,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 346 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30,6 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 50,8 <b>Sól [g]</b> 6,4 <b>WW [Por]</b> 34,7

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-04 piątek	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Pomidor 80 g Dżem 25 g Owoc 1 szt Szynka staropolska 30 g (MIĘ)	Kajzerka 1 szt (GLU) Połdwica sopocka 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kalafiorowa z ryżem 400 ml (BIA, SEL) Filet z miruny panierowany pieczony 120 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszanej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) pasta z tuńczyka, jajka i natki 100 g (JAJ, RYB) Papryka 80 g Sałata 10 g Ser żółty 30 g (BIA)	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> <b>2 867,4</b> <b>Białko ogółem [g] 157,1</b> <b>Tłuszcz [g] 72,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 413,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 40,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5</b> <b>suma cukrów prostych [g] 57,9</b> <b>Sól [g] 8,3</b> <b>WW [Por] 41,4</b>
	Dieta Vegetariańska	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Pomidor 80 g Dżem 25 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Pasta warzywna 50 g Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kalafiorowa z ryżem 400 ml (BIA, SEL) Filet z miruny panierowany pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszanej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) pasta z tuńczyka, jajka i natki 100 g (JAJ, RYB) Papryka 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> <b>2 608,8</b> <b>Białko ogółem [g] 128,7</b> <b>Tłuszcz [g] 63,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 400,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 45,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8</b> <b>suma cukrów prostych [g] 64,7</b> <b>Sól [g] 6,8</b> <b>WW [Por] 40</b>
2025-04-05 sobota	Szpital Maz. dieta podstawowa	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Ogórki kiszane 80 g Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) Paszтет domowy 90 g (MIĘ) Sałata 10 g	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynkowa 30 g Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa selerowa z pomidorami 400 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Udko kurczaka pieczone 150 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g (GLU)	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Ser żółty 50 g (BIA) Pomidor 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> <b>2 439,6</b> <b>Białko ogółem [g] 119</b> <b>Tłuszcz [g] 79,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 333</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 42,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1</b> <b>suma cukrów prostych [g] 42,8</b> <b>Sól [g] 6,2</b> <b>WW [Por] 33,3</b>
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Ogórki kiszane 80 g Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) Paszтет domowy 90 g (MIĘ) Sałata 10 g	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynkowa 30 g Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynkowa 30 g Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa selerowa z pomidorami 400 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Udko kurczaka pieczone 150 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g (GLU)	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Ser żółty 50 g (BIA) Pomidor 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> <b>2 461,9</b> <b>Białko ogółem [g] 128,1</b> <b>Tłuszcz [g] 87,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 315,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 48,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8</b> <b>suma cukrów prostych [g] 43,5</b> <b>Sól [g] 7,4</b> <b>WW [Por] 31,3</b>

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-05 sobota	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczycwo pszenne 120 g ( <b>GLU</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pomidor bs 80 Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) twarożek z koperkiem 90 g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g	Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> ) Szynkowa 30 g Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> )	Kompot owocowy 300 ml Zupa selerowa z pomidorami 400 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 180 g Udko gotowane 150 g Buraczki 120 g ( <b>GLU</b> )	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczycwo pszenne 120 ( <b>GLU</b> ) szynka wiejska 50 ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor bs 80 Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 260,8 <b>Białko ogółem</b> [g] 116,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 72,1 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 300 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 28,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 33,1 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 41 <b>Sól</b> [g] 6,9 <b>WW [Por]</b> 30,1
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczycwo mieszane 150 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Ogórki kiszzone 80 g Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) twarożek z koperkiem 50 g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g Pasztecik domowy 90 g ( <b>MIĘ</b> )	Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> ) Szynkowa 30 g Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> )	Kompot owocowy 300 ml Zupa selerowa z pomidorami 400 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Udko kurczaka pieczone 150 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g ( <b>GLU</b> )	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczycwo mieszane 150 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>BIA</b> ) Pomidor 80 g Sałata 10 g kiełbasa krakowska 50 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 732,4 <b>Białko ogółem</b> [g] 142,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 87,7 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 366,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 44,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 33,7 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 45,2 <b>Sól</b> [g] 6,8 <b>WW [Por]</b> 36,6
	Dieta Wegetariańska	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczycwo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Ogórki kiszzone 80 g Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) twarożek z koperkiem 90 g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g	Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> ) Pasta z zielonego groszku 50 g Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> )	Kompot owocowy 300 ml Zupa selerowa z pomidorami 400 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlet sojowy 100 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g ( <b>GLU</b> )	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczycwo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>BIA</b> ) Pomidor 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 090,7 <b>Białko ogółem</b> [g] 78,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 55,1 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 342,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 44,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 25,8 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 46,1 <b>Sól</b> [g] 4,5 <b>WW [Por]</b> 34,3
	Szpital Maz. dieta podstawowa	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczycwo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Kasza manna na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) Wędzonka krotoszyńska 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Papryka 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Szynka w siatce 30 g ( <b>MIĘ</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> )	Kompot owocowy 300 ml Barszczukraiński z fasolką szparagową 400 ml ( <b>BIA, SEL</b> ) Kasza gryczana gotowana 180 g Bitka wieprzowa 100 g ( <b>MIĘ</b> ) Surówka z selera i jabłka 120 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Sos pieczeniowy 50 g	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczycwo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Szynka drobiowa 50 ( <b>MIĘ</b> ) Ogórki kiszzone 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 422,4 <b>Białko ogółem</b> [g] 121,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 62,9 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 363,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 42,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 30 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 51,1 <b>Sól</b> [g] 6,5 <b>WW [Por]</b> 36,5

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-06 niedziela	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczyczo razowe 120 g ( <b>ŻYT</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Kasza manna na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) Wędzonka krotoszyńska 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Papryka 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> ) Szynka w siatce 30 g ( <b>MIĘ</b> ) Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Szynka w siatce 30 g ( <b>MIĘ</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> )	Kompot owocowy 300 ml Barszczukraiński z fasolką szparagową 400 ml ( <b>BIA, SEL</b> ) Kasza gryczana gotowana 180 g Bitka wieprzowa 100 g ( <b>MIĘ</b> ) Surówka z selera i jabłka 120 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Sos pieczeniowy 50 g	Pieczyczo razowe 120 g ( <b>ŻYT</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Szynka drobiowa 50 ( <b>MIĘ</b> ) Ogórki kiszzone 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 393,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 124 <b>Tłuszcz [g]</b> 67,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 345,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 48,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 51,8 <b>Sól [g]</b> 7,2 <b>WW [Por]</b> 34,8
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczyczo pszenne 120 g ( <b>GLU</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Kasza manna na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) Wędzonka krotoszyńska 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor bs 80 Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Szynka w siatce 30 g ( <b>MIĘ</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> )	Kompot owocowy 300 ml Barszczukraiński z fasolką szparagową 400 ml ( <b>BIA, SEL</b> ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g ( <b>GLU</b> ) Bitka wieprzowa 100 g ( <b>MIĘ</b> ) Marchewka gotowana 120 g ( <b>BIA, GLU</b> ) Sos pieczeniowy 50 g	Pieczyczo pszenne 120 ( <b>GLU</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Szynka drobiowa 50 ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor bs 80 Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 332,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 114,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 65,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 340,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 37,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,4 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 44,7 <b>Sól [g]</b> 6,1 <b>WW [Por]</b> 34,2
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczyczo mieszane 150 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Kasza manna na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) Pasta z twarogu i szynki 90 g ( <b>BIA</b> ) Wędzonka krotoszyńska 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Papryka 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Szynka w siatce 30 g ( <b>MIĘ</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> )	Kompot owocowy 300 ml Barszczukraiński z fasolką szparagową 400 ml ( <b>BIA, SEL</b> ) Kasza gryczana gotowana 200 g Bitka wieprzowa 100 g ( <b>MIĘ</b> ) Surówka z selera i jabłka 120 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Sos pieczeniowy 50 g	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczyczo mieszane 150 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Szynka drobiowa 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Ogórki kiszzone 80 g Sałata 10 g Pasta z ciecierzycy 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 733,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 143,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 68,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 410 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 48,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 55 <b>Sól [g]</b> 7,2 <b>WW [Por]</b> 41,2
	Dieta Wegetariańska	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczyczo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Kasza manna na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) pasta twarogowa z czubrycą 90 g ( <b>BIA</b> ) Papryka 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Serek topiony 30 g ( <b>BIA</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> )	Kompot owocowy 300 ml Barszczukraiński z fasolką szparagową 400 ml ( <b>BIA, SEL</b> ) Kasza gryczana gotowana 180 g Kotlet jajeczny 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Surówka z selera i jabłka 120 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Sos pieczeniowy 50 g	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczyczo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Pasta z ciecierzycy 90 g Ogórki kiszzone 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 641,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 106,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 69,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 420,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 52,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 56,2 <b>Sól [g]</b> 5,2 <b>WW [Por]</b> 42,3

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-07 poniedziałek	Szpital Maz. dieta podstawowa	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Szynka staropolska 50 (MIĘ) Pomidor 80 Sałata 10 g Owoc 1 szt	Szynka włoska 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kapuśniak z ziemniakami 400 ml (SEL) Gulasz drobiowy 180 g (MIĘ) Ryż gotowany 180 Surówka z marchewki z jabłkiem 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Szynka rzeź 50 (MIĘ) Sałata 10 g Papryka 80	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 702 <b>Białko ogółem [g]</b> 141,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 65,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 410,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 56,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,7 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 80,6 <b>Sól [g]</b> 8,8 <b>WW [Por]</b> 41,4
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Szynka staropolska 50 (MIĘ) Pomidor 80 Sałata 10 g Owoc 1 szt	masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynka włoska 30 g (MIĘ) Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka włoska 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa z cukinii z zacierką 400 ml (BIA, SEL) Ryż brązowy 180 Surówka z marchewki z jabłkiem 120 g Gulasz drobiowy 180 g (MIĘ)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka rzeź 50 (MIĘ) Sałata 10 g Papryka 80	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 606,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 150,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 76,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 357,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 61 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 90,4 <b>Sól [g]</b> 7,4 <b>WW [Por]</b> 36,1
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 120 (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Szynka staropolska 50 (MIĘ) Pomidor 80 Sałata 10 g Owoc 1 szt	Szynka włoska 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa z cukinii z zacierką 400 ml (BIA, SEL) Gulasz drobiowy 180 g (MIĘ) Ryż gotowany 180 Buraczki 120 (GLU)	Pieczywo pszenne 120 (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka rzeź 50 (MIĘ) Sałata 10 g Pomidor bs 80	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 575,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 147 <b>Tłuszcz [g]</b> 70,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 358,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 46,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 78,1 <b>Sól [g]</b> 6,9 <b>WW [Por]</b> 36,3
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Szynka staropolska 50 g (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt Szynka galicyjska 30 g (MIĘ)	Szynka włoska 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kapuśniak z ziemniakami 400 ml (SEL) Gulasz drobiowy 180 g (MIĘ) Ryż gotowany 200 g Surówka z marchewki z jabłkiem 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Szynka rzeź 50 g (MIĘ) Sałata 10 g Papryka 80 g Twarożek 30 g (BIA)	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 978,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 165,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 445,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 58,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 82,2 <b>Sól [g]</b> 9,4 <b>WW [Por]</b> 44,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-07 poniedziałek	Dieta Vegetariańska	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Ser żółty 50 g (BIA) Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Pasta jajeczna z nat. pietruszki 60 g (JAJ) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kapuśniak z ziemniakami 400 ml (SEL) Gulasz paprykowy z soczewicą i pomidorami 180 g Ryż gotowany 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Twarożek 90 g (BIA) Sałata 10 g Papryka 80 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 654,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 107,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 77,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 408,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 52,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,6 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 82,2 <b>Sól [g]</b> 7,3 <b>WW [Por]</b> 41,2
	Szpital Maz. dieta podstawowa	Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Płatki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Polędwica sopocka 50 (MIĘ) Papryka 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) twarożek z koperkiem 60 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą 400 (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 100 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 Surówka wielowarzywna 120 g Sos pomidorowy 80 g (SEL)	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 90 g (BIA, R YB) Ogórki kiszzone 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 556,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 128,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 63,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 391,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 48,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,5 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 77,9 <b>Sól [g]</b> 7,4 <b>WW [Por]</b> 39,2
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczywo razowe 120 (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Płatki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Polędwica sopocka 50 (MIĘ) Papryka 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	masło śmietankowe 5 g (BIA) Kajzerka 1 szt (GLU) twarożek z koperkiem 60 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą 400 (SEL) Ziemniaki gotowane 180 Surówka wielowarzywna 120 g Pulpety drobiowe gotowane 100 g (MIĘ) Sos pomidorowy 80 g (SEL)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 90 g (BIA, R YB) Ogórki kiszzone 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 496,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 125,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 67,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 373,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 54,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 78,5 <b>Sól [g]</b> 7,2 <b>WW [Por]</b> 37,2
	Szpital Maz. dieta tatwostrawna	Pieczywo pszenne 120 (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Płatki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Polędwica sopocka 50 (MIĘ) Pomidor bs 100 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) twarożek z koperkiem 60 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą 400 (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 100 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 Bukiet warzyw 120 Sos pomidorowy 80 g (SEL)	Pieczywo pszenne 120 (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 90 g (BIA, R YB) Pomidor bs 80 Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 425 <b>Białko ogółem [g]</b> 127,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 62,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 359,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 45,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 73,5 <b>Sól [g]</b> 6,9 <b>WW [Por]</b> 36

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-08 wtorek	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	Pieczywo mieszane 150 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Płatki jaglane na mleku 350 ml ( <b>BIA</b> ) Połudwica sopocka 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Papryka 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g Humus 40 g	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) twarożek z koperkiem 60 g ( <b>BIA</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> )	Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą 400 ml ( <b>SEL</b> ) Pulpety drobiowe gotowane 100 g ( <b>MIĘ</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka wielowarzywna 120 g Sos pomidorowy 80 g ( <b>SEL</b> ) kiełbasa szynkowa 30 g	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 90 g ( <b>BIA, R YB</b> ) Ogórki kiszzone 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> <b>2 785,5</b> <b>Białko ogółem [g] 144,9</b> <b>Tłuszcz [g] 66,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 428</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 54,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2</b> <b>suma cukrów prostych [g] 80,5</b> <b>Sól [g] 8,7</b> <b>WW [Por] 42,8</b>
	Dieta Wegetariańska	Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Płatki jaglane na mleku 350 ml ( <b>BIA</b> ) Humus 90 g Papryka 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) twarożek z koperkiem 60 g ( <b>BIA</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> )	Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą 400 ml ( <b>SEL</b> ) Pulpety warzywne z kasza 100 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wielowarzywna 120 g Sos pomidorowy 80 g ( <b>SEL</b> )	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 90 g ( <b>BIA, R YB</b> ) Ogórki kiszzone 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> <b>2 621,2</b> <b>Białko ogółem [g] 104,2</b> <b>Tłuszcz [g] 59,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 449,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 61,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7</b> <b>suma cukrów prostych [g] 85,7</b> <b>Sól [g] 5,6</b> <b>WW [Por] 45</b>
2025-04-09 środa	Szpital Maz. dieta podstawowa	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Zacierki na mleku 350 g ( <b>BIA</b> ) Szynka włoska 50 ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor 80 Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Szynkowa 30 g Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> )	Kompot owocowy 300 ml Zupa fasolowa z ziemniakami 400 ( <b>SEL</b> ) Pierogi z mięsem 300 g ( <b>GLU</b> ) Cebulka prażona 20 g Surówka z kapusty czerwonej 120 g	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Piersz wędzona z indyka 50 sałatka z buraka i fety 100 g ( <b>BIA</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> <b>2 613,3</b> <b>Białko ogółem [g] 135,7</b> <b>Tłuszcz [g] 129,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 401,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 38,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7</b> <b>suma cukrów prostych [g] 53,8</b> <b>Sól [g] 10,9</b> <b>WW [Por] 40,4</b>
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczywo razowe 120 ( <b>ŻYT</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Zacierki na mleku 350 g ( <b>BIA</b> ) Szynka włoska 50 ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor 80 Owoc 1 szt Sałata 10 g	masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> ) Szynkowa 30 g Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Szynkowa 30 g Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> )	Kompot owocowy 300 ml Zupa fasolowa z ziemniakami 400 ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 180 Surówka z kapusty czerwonej 120 g Szynka duszona 110 g ( <b>MIĘ</b> )	Pieczywo razowe 120 g ( <b>ŻYT</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Piersz wędzona z indyka 50 sałatka z buraka i fety 100 g ( <b>BIA</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> <b>2 640,7</b> <b>Białko ogółem [g] 160</b> <b>Tłuszcz [g] 85,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 330,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 45,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2</b> <b>suma cukrów prostych [g] 55,7</b> <b>Sól [g] 8,2</b> <b>WW [Por] 33,1</b>



		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-09 środa	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczycwo pszenne 120 (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Zacierki na mleku 350 g (BIA) Szynka włoska 50 (MIĘ) Pomidor bs 80 Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynkowa 30 g Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 400 (GLU, SEL) Pierogi z mięsem 300 g (GLU) Fasolka szparagowa 120	Pieczycwo pszenne 120 (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Piersz indyka gotowana 50 Warzywa gotowane 100 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 200,9 <b>Białko ogółem [g] 109,6</b> <b>Tłuszcz [g] 119,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 337,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 20,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4</b> <b>suma cukrów prostych [g] 28,4</b> <b>Sól [g] 9</b> <b>WW [Por] 33,9</b>
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczycwo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Zacierki na mleku 350 g (BIA) Szynka włoska 50 g (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt Pasta jajeczna z nat. pietruszki 50 g (JAJ)	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynkowa 30 g Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa fasolowa z ziemniakami 400 g (SEL) Pierogi z mięsem 300 g (GLU) Cebulka prażona 20 g Surówka z kapusty czerwonej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczycwo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Piersz wędzona z indyka 50 g sałatka z buraka i fety 100 g (BIA) Ser żółty 30 g (BIA)	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 856 <b>Białko ogółem [g] 152,4</b> <b>Tłuszcz [g] 143,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 415,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 40</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3</b> <b>suma cukrów prostych [g] 54,1</b> <b>Sól [g] 11,5</b> <b>WW [Por] 41,8</b>
	Dieta Wegetariańska	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczycwo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Zacierki na mleku 350 g (BIA) Pasta jajeczna z nat. pietruszki 80 g (JAJ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Pasta zielonego groszku 50 g Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa fasolowa z ziemniakami 400 g (SEL) Pierogi ruskie 300 g (BIA, GLU) Cebulka prażona 20 g Surówka z kapusty czerwonej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczycwo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Ser żółty 50 g (BIA) sałatka z buraka i fety 100 g (BIA)	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 840,7 <b>Białko ogółem [g] 115,8</b> <b>Tłuszcz [g] 98,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 394,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 42,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,4</b> <b>suma cukrów prostych [g] 58,4</b> <b>Sól [g] 5,8</b> <b>WW [Por] 39,8</b>
	Szpital Maz. dieta podstawowa	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczycwo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Szynka w siatce 50 (MIĘ) Ogórek świeży 100 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka wójta 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa pejzanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 400 ml (SEL) Schab pieczony 100 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczycwo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Szynka galicyjska 50 (MIĘ) Papryka 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 457,3 <b>Białko ogółem [g] 138</b> <b>Tłuszcz [g] 77,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 316,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 30,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2</b> <b>suma cukrów prostych [g] 35,6</b> <b>Sól [g] 6,1</b> <b>WW [Por] 31,8</b>

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-10 czwartek	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczyczo razowe 120 ( <b>ŻYT</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Kasza manna na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) Szynka w siatce 50 ( <b>MIĘ</b> ) Ogórek świeży 100 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> ) Szynka wójtka 30 g ( <b>MIĘ</b> ) Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Szynka wójtka 30 g ( <b>MIĘ</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> )	Kompot owocowy 300 ml Zupa pejzanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 400 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 120 g Schab pieczony 100 g ( <b>MIĘ</b> )	Pieczyczo razowe 120 g ( <b>ŻYT</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Szynka galicyjska 50 ( <b>MIĘ</b> ) Papryka 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 435,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 141,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 83,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 298,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 36,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 36,3 <b>Sól [g]</b> 5,9 <b>WW [Por]</b> 29,9
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczyczo pszenne 120 ( <b>GLU</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Kasza manna na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) Szynka w siatce 50 ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor bs 80 Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Szynka wójtka 30 g ( <b>MIĘ</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> )	Kompot owocowy 300 ml zupa pejzanka z ziemniakami 400 ml ( <b>SEL</b> ) Schab pieczony 100 g ( <b>MIĘ</b> ) Kalańior gotowany 120 Ziemniaki gotowane 180 g	Pieczyczo pszenne 120 ( <b>GLU</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Szynka galicyjska 50 ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor bs 80 Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 356,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 145,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 67,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 308,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,5 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 43,2 <b>Sól [g]</b> 5,7 <b>WW [Por]</b> 30,9
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczyczo mieszane 150 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Kasza manna na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) Szynka w siatce 50 ( <b>MIĘ</b> ) Ogórek świeży 100 g Owoc 1 szt Sałata 10 g pasta twarogowa z czubrycą 50 g ( <b>BIA</b> )	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Szynka wójtka 30 g ( <b>MIĘ</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> )	Kompot owocowy 300 ml Zupa pejzanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 400 ml ( <b>SEL</b> ) Schab pieczony 100 g ( <b>MIĘ</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 120 g	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczyczo mieszane 150 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Szynka galicyjska 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Papryka 80 g Sałata 10 g Pasta zielonego groszku 40 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 694,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 153,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 81,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 355 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 35,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,7 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 39,2 <b>Sól [g]</b> 6,6 <b>WW [Por]</b> 35,6
	Dieta Wegetariańska	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczyczo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Kasza manna na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) pasta twarogowa z czubrycą 90 g ( <b>BIA</b> ) Ogórek świeży 100 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>BIA</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> )	Kompot owocowy 300 ml Zupa pejzanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 400 ml ( <b>SEL</b> ) Kotlet sojowy 100 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 120 g	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczyczo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Pasta zielonego groszku 80 g Papryka 80 g Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 272,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 89,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 72,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 331,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 34,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,7 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 40,8 <b>Sól [g]</b> 4,2 <b>WW [Por]</b> 33,3

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-11 piątek	Szpital Maz. dieta podstawowa	Pieczyno mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Owoc 1 szt Płatki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) Ser żółty 50 ( <b>BIA</b> ) Sałatka z pomidora 80 g	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Szynka rzeź 30 g ( <b>MIĘ</b> ) Margaryna 10 g	Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 400 ml ( <b>SEL</b> ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g ( <b>GLU</b> ) Filet z miruny smażony 110 g ( <b>RYB</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej 120 g Sos koperkowy 60 ( <b>BIA, GLU, SEL</b> )	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Papryka 80 g Pasta rybno jajeczna z natką 70 g ( <b>JAJ, RYB</b> ) Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 857,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 136,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 97 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 389,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 60,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 38 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 70,8 <b>Sól [g]</b> 10 <b>WW [Por]</b> 39,2
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczyno razowe 120 g ( <b>ŻYT</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Owoc 1 szt Płatki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) Twarożek ziołowy 90 g ( <b>BIA</b> ) Sałatka z pomidora 80 g	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Szynka rzeź 30 g ( <b>MIĘ</b> ) Margaryna 10 g	Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 400 ml ( <b>SEL</b> ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g ( <b>GLU</b> ) Filet z miruny na parze 110 g ( <b>RYB</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej 120 g Sos koperkowy 60 ( <b>BIA, GLU, SEL</b> )	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczyno razowe 120 g ( <b>ŻYT</b> ) Papryka 80 g Pasta rybno jajeczna z natką 70 g ( <b>JAJ, RYB</b> ) Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 988,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 182,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 97,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 376,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 67 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 42,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 75,6 <b>Sól [g]</b> 10 <b>WW [Por]</b> 37,9
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczyno pszenne 120 g ( <b>GLU</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Owoc 1 szt Płatki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) Twarożek ziołowy 90 g ( <b>BIA</b> ) Sałatka z pomidora 80 g	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Szynka rzeź 30 g ( <b>MIĘ</b> ) Margaryna 10 g	Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 400 ml ( <b>SEL</b> ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g ( <b>GLU</b> ) Pulpety rybne 100 g ( <b>RYB</b> ) Bukiet warzyw 120 g Sos koperkowy 60 ( <b>BIA, GLU, SEL</b> )	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczyno pszenne 120 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 80 g Ser biały 90 g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g Dżem 25 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 699,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 146,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 68,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 407 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 65,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 94,7 <b>Sól [g]</b> 6,6 <b>WW [Por]</b> 41
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	Pieczyno mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Owoc 1 szt Płatki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) Twarożek ziołowy 90 g ( <b>BIA</b> ) Sałatka z pomidora 80 g wędlina kaliska 40 g ( <b>BIA, GLU, JAJ, MIĘ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA</b> )	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Szynka rzeź 30 g ( <b>MIĘ</b> ) Margaryna 10 g	Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 400 ml ( <b>SEL</b> ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g ( <b>GLU</b> ) Filet z miruny smażony 110 g ( <b>RYB</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej 120 g Sos koperkowy 60 ( <b>BIA, GLU, SEL</b> )	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Papryka 80 g Pasta rybno jajeczna z natką 70 g ( <b>JAJ, RYB</b> ) Sałata 10 g Ser biały 50 g ( <b>BIA</b> ) Dżem 25 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 3 110 <b>Białko ogółem [g]</b> 168,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 99,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 415,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 61,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 43,7 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 83,6 <b>Sól [g]</b> 11,4 <b>WW [Por]</b> 41,9

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-03 do dnia 2025-04-12 MAZOWIECKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-11 piątek	Dieta Wegetariańska	Pieczyno mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Owoc 1 szt Płatki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>BIA, GLU</b> ) Twarożek ziołowy 90 g ( <b>BIA</b> ) Sałatka z pomidora 80 g	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Humus z sezamem 30 g Margaryna 10 g	Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 400 ml ( <b>SEL</b> ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g ( <b>GLU</b> ) Filet z miruny smażony 110 g ( <b>RYB</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej 120 g Sos koperkowy 60 ( <b>BIA, GLU, SEL</b> )	masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Papryka 80 g Pasta rybno jajeczna z natką 70 g ( <b>JAJ, RYB</b> ) Sałata 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 944,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 150,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 94,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 403,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 63,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 41,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 75,5 <b>Sól [g]</b> 9,4 <b>WW [Por]</b> 40,6
	Szpital Maz. dieta podstawowa	płatki ryżowe na mleku 350 ml ( <b>BIA</b> ) Szynka chłopska 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Rzodkiewka 80 g Masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 300 ml Pieczyno mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Kiełbasa kanapkowa 30 g Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> )	Zupa ogórkowa 400 ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g ( <b>GLU, MIĘ</b> ) Ryż gotowany 180 g Buraczki 120 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 300 ml	Szynka drobiowa 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Ogórek świeży 80 g Masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Pieczyno mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Herbata 300 ml	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 629,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 125 <b>Tłuszcz [g]</b> 79 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 373,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 39,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 38,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 67,2 <b>Sól [g]</b> 7,2 <b>WW [Por]</b> 37,6
	Szpital Maz. dieta cukrzykowa	płatki ryżowe na mleku 350 ml ( <b>BIA</b> ) Szynka chłopska 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Rzodkiewka 80 g Masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 300 ml Pieczyno razowe 120 g ( <b>ŻYT</b> ) Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Kiełbasa kanapkowa 30 g Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> )	Zupa ogórkowa 400 ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g ( <b>GLU, MIĘ</b> ) Ryż brązowy 180 g Kompot owocowy 300 ml Surówka z kapusty czerwonej 120 g	Szynka drobiowa 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Ogórek świeży 80 g Masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Pieczyno razowe 120 g ( <b>ŻYT</b> ) Herbata 300 ml	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 453,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 121,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 78,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 341,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 50,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,7 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 73 <b>Sól [g]</b> 7 <b>WW [Por]</b> 34,3
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	płatki ryżowe na mleku 350 ml ( <b>BIA</b> ) Szynka chłopska 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor bs 80 g Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 300 ml Pieczyno pszenne 120 g ( <b>GLU</b> ) Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Kiełbasa kanapkowa 30 g Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> )	Zupa kalafiorowa 400 ml ( <b>BIA, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g ( <b>GLU, MIĘ</b> ) Ryż gotowany 180 g Buraczki 120 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 300 ml	Szynka drobiowa 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor 80 g Masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Pieczyno pszenne 120 g ( <b>GLU</b> ) Herbata 300 ml	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 466,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 111,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 69 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 369,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 40,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,9 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 77,3 <b>Sól [g]</b> 6,7 <b>WW [Por]</b> 37,3

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-12 sobota	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	plátky ryżowe na mleku 350 ml ( <b>BIA</b> ) Pieczywo mieszane 150 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Szynka chłopska 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Twarożek śmietankowy 90 g ( <b>BIA</b> ) Rzodkiewka 80 g Herbata 300 ml Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Kielbasa kanapkowa 30 g Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> )	Zupa ogórkowa 400 ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g ( <b>GLU, MIĘ</b> ) Ryż gotowany 180 g Buraczki 120 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 300 ml	Ser twarogowy z czubrycą 90 g ( <b>BIA</b> ) Szynka drobiowa 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Ogórek świeży 80 g Masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Pieczywo mieszane 150 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Herbata 300 ml	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> <b>2 987,2</b> <b>Białko ogółem [g] 162</b> <b>Tłuszcz [g] 88,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 406,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 41,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,4</b> <b>suma cukrów prostych [g] 73,5</b> <b>Sól [g] 7,8</b> <b>WW [Por] 40,9</b>
	Dieta Wegetariańska	plátky ryżowe na mleku 350 ml ( <b>BIA</b> ) Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Twarożek śmietankowy 90 g ( <b>BIA</b> ) Rzodkiewka 80 g Herbata 300 ml Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Pasta fasolowa z pomidorem 50 g ( <b>SEL</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> )	Zupa ogórkowa 400 ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ) Gulasz warzywny z fasolką szparagową 150 g Ryż gotowany 180 g Buraczki 120 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 300 ml	Ser twarogowy z czubrycą 90 g ( <b>BIA</b> ) Ogórek świeży 80 g Masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Herbata 300 ml	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> <b>2 767,9</b> <b>Białko ogółem [g] 121,1</b> <b>Tłuszcz [g] 75,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 432,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 62,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,9</b> <b>suma cukrów prostych [g] 87,5</b> <b>Sól [g] 6,3</b> <b>WW [Por] 43,8</b>