

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
2023-10-23 poniedziałek	Podstawowa	Składniki	Kielbasa z drobiu 70 g papryka żółta 100 g Chleb z masłem, sałata zielona I 120 g (1, 4) Kawa zbożowa z/c i mlekiem 200 ml (4) herbata z/c z cytryną 200 ml		Barszcz ukraiński z ziemniakami 300 ml (1, 4, 5, 6, 12, 13) pierogi ruskie z masłem 250 g (1, 4) surówka z marchwi z chrzanem 180 g (4) kompot z/c 200 ml	koktajl truskawkowy 200 g (4)	pasta z mięsa i jarzyn 100 g (2, 4) dynia z koperkiem 100 g Chleb z masłem, sałata zielona I 120 g (1, 4) herbata z/c 250 ml
		Wartość odżywcza w porcji	Waga porcji [g]: 690,00		Waga porcji [g]: 930,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 570,00
		Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 608,60 <b>Białko ogółem [g]</b> 29,70 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 88,60 <b>Tłuszcz [g]</b> 16,70 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 8,80 <b>Sól [g]</b> 2,80		<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 1 147,40 <b>Białko ogółem [g]</b> 43,40 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 208,70 <b>Tłuszcz [g]</b> 21,20 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 10,60 <b>Sól [g]</b> 2,60	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 202,80 <b>Białko ogółem [g]</b> 8,60 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 33,50 <b>Tłuszcz [g]</b> 4,30 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 2,00 <b>Sól [g]</b> 0,20	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 647,60 <b>Białko ogółem [g]</b> 30,90 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 76,30 <b>Tłuszcz [g]</b> 26,60 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 7,60 <b>Sól [g]</b> 1,40
Łatwostrawna	Łatwostrawna	Składniki	Kielbasa z drobiu 70 g Pomidor 100 g chleb z masłem, sałata zielona diety 110 g (4) Kawa zbożowa z/c i mlekiem 200 ml (4) herbata z/c z cytryną 200 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (5) pierogi leniwe z masłem diety 250 g (1, 2, 4) Marchewka z jabłkiem 180 g kompot z/c 200 ml	koktajl truskawkowy 200 g (4)	pasta z mięsa i jarzyn 100 g (2, 4) dynia z koperkiem 100 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4) herbata z/c 250 ml
		Wartość odżywcza w porcji	Waga porcji [g]: 680,00		Waga porcji [g]: 930,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 570,00
		Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 626,70 <b>Białko ogółem [g]</b> 30,70 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 84,50 <b>Tłuszcz [g]</b> 19,40 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 10,90 <b>Sól [g]</b> 2,80		<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 1 061,10 <b>Białko ogółem [g]</b> 30,20 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 189,30 <b>Tłuszcz [g]</b> 24,20 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 9,50 <b>Sól [g]</b> 2,60	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 202,80 <b>Białko ogółem [g]</b> 8,60 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 33,50 <b>Tłuszcz [g]</b> 4,30 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 2,00 <b>Sól [g]</b> 0,20	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 699,80 <b>Białko ogółem [g]</b> 32,90 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 77,30 <b>Tłuszcz [g]</b> 30,50 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 10,40 <b>Sól [g]</b> 1,40
Łatwostrawna z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Składniki	Kielbasa z drobiu 70 g papryka żółta 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 100 g (1, 4) herbata b/c 200 ml	brokuły VII 150 g jogurt naturalny 150 g (4) pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4)	Barszcz czerwony VII 300 ml (5) szynka gotowana VII 130 g makaron ciemny 80 g (1, 2) surówka z marchwi z chrzanem 180 g (4) kompot b/c 250 ml	fasolka szparagowa 100 g sok pomidorowy 200 ml pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4)	filet z drobiu gotowany 100 g Pomidor 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 100 g (1, 4) herbata b/c 200 ml
		Wartość odżywcza w porcji	Waga porcji [g]: 470,00	Waga porcji [g]: 340,00	Waga porcji [g]: 940,00	Waga porcji [g]: 340,00	Waga porcji [g]: 500,00
		Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 380,80 <b>Białko ogółem [g]</b> 21,70 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 49,80 <b>Tłuszcz [g]</b> 12,60 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 6,40 <b>Sól [g]</b> 2,50	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 303,70 <b>Białko ogółem [g]</b> 11,80 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 27,50 <b>Tłuszcz [g]</b> 17,20 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 7,70 <b>Sól [g]</b> 0,40	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 726,10 <b>Białko ogółem [g]</b> 51,40 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 98,70 <b>Tłuszcz [g]</b> 17,80 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 7,00 <b>Sól [g]</b> 2,70	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 239,20 <b>Białko ogółem [g]</b> 5,10 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 25,50 <b>Tłuszcz [g]</b> 14,20 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 6,00 <b>Sól [g]</b> 1,10	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 476,50 <b>Białko ogółem [g]</b> 46,50 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 49,20 <b>Tłuszcz [g]</b> 12,40 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 6,30 <b>Sól [g]</b> 1,20

		SUMA
2023-10-23 poniedziałek	Podstawowa	Składniki
		Wartość odżywcza w porcji
Łatwostrawna	Łatwostrawna	Składniki
		Wartość odżywcza w porcji
Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Składniki
		Wartość odżywcza w porcji

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
2023-10-23 poniedziałek	Dieta dla położnic	Składniki		Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (5), pierogi leniwe z masłem diety 250 g (1, 2, 4), Marchewka z jabłkiem 180 g kompot z/c 200 ml	koktajl truskawkowy 200 g (4)	pasta z mięsa i jarzyn 100 g (2, 4), dynia z koperkiem 100 g chleb z masłem, sałata zielona XIII 120 g (4), herbata z/c 250 ml
		Waga porcji [g]:		930,00	200,00	570,00
		Wartość odżywcza w porcji		Wartość energetyczna [kcal] 1 061,10 Białko ogółem [g] 30,20 Węglowodany ogółem [g] 189,30 Tłuszcz [g] 24,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,50 Sól [g] 2,60	Wartość energetyczna [kcal] 202,80 Białko ogółem [g] 8,60 Węglowodany ogółem [g] 33,50 Tłuszcz [g] 4,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,00 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna [kcal] 658,40 Białko ogółem [g] 31,40 Węglowodany ogółem [g] 77,80 Tłuszcz [g] 26,50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,60 Sól [g] 1,40
2023-10-24 wtorek	Podstawowa	Składniki		rosół z makaronem 300 ml (5), kurczak duszony 150 g Ziemniaki 200 g surówka z porów 180 g (2, 4), kompot truskawkowy 200 ml	koktajl z jabłkiem 200 g (4)	twarożek ze szczy piorkiem 100 g cukinia z koperkiem 100 g Chleb z masłem, sałata zielona I 120 g (1, 4), herbata z/c z cytryną 200 ml
		Waga porcji [g]:		1 030,00	200,00	520,00
		Wartość odżywcza w porcji		Wartość energetyczna [kcal] 1 081,20 Białko ogółem [g] 55,50 Węglowodany ogółem [g] 118,00 Tłuszcz [g] 46,10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,90 Sól [g] 2,90	Wartość energetyczna [kcal] 210,00 Białko ogółem [g] 8,80 Węglowodany ogółem [g] 35,30 Tłuszcz [g] 4,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,00 Sól [g] 0,30	Wartość energetyczna [kcal] 526,20 Białko ogółem [g] 27,30 Węglowodany ogółem [g] 72,20 Tłuszcz [g] 15,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,60 Sól [g] 1,20

		SUMA	
2023-10-23 poniedziałek	Dieta dla położnic	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 538,70 Białko ogółem [g] 100,10 Węglowodany ogółem [g] 390,10 Tłuszcz [g] 71,50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,90 Sól [g] 7,00
		Wartość odżywcza dla porcji 100 g	
2023-10-24 wtorek	Podstawowa	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 574,30 Białko ogółem [g] 111,30 Węglowodany ogółem [g] 361,60 Tłuszcz [g] 83,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,20 Sól [g] 5,80
		Wartość odżywcza dla porcji 100 g	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Łatwostrawna	Składniki	dżem brzoskwinowy 50 g płatki owsiane 250 g (4,) melon 80 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml		rosół z makaronem 300 ml (5,) kurczak gotowany diety 150 g Ziemniaki 200 g buraczki z jogurtem 180 g (4,) kompot truskawkowy 200 ml	koktajl z jabłkiem 200 g (4,)	twarożek z zieleciną 100 g cukinia z koperkiem 100 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml
	Wartość odżywcza w porcji	Waga porcji [g]: 700,00  <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 809,60</b> <b>Białko ogółem [g] 21,80</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 137,30</b> <b>Tłuszcz [g] 21,10</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,50</b> <b>Sól [g] 1,40</b>		Waga porcji [g]: 1 030,00  <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 962,90</b> <b>Białko ogółem [g] 56,30</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 119,90</b> <b>Tłuszcz [g] 31,30</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,00</b> <b>Sól [g] 2,80</b>	Waga porcji [g]: 200,00  <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 210,00</b> <b>Białko ogółem [g] 8,80</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 35,30</b> <b>Tłuszcz [g] 4,40</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,00</b> <b>Sól [g] 0,30</b>	Waga porcji [g]: 520,00  <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 578,90</b> <b>Białko ogółem [g] 29,30</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 73,40</b> <b>Tłuszcz [g] 19,70</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,40</b> <b>Sól [g] 1,30</b>
	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów	Składniki	Wołowina gotowana VII 70 g ogórek kiszony 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 100 g (1, 4,) herbata b/c 200 ml	jogurt naturalny 150 g (4,) bukiet jarzyn 100 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4,)	rosół z makaronem VII 300 ml (1, 2, 5,) kurczak gotowany diety 150 g Ziemniaki 200 g surówka z porów 180 g (2, 4,) kompot b/c 250 ml	jajko gotowane 60 g (2,) rzodkiewka, szczypiorek 1 szt pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4,)
Wartość odżywcza w porcji	Waga porcji [g]: 470,00  <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 403,50</b> <b>Białko ogółem [g] 27,60</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 47,00</b> <b>Tłuszcz [g] 13,50</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,50</b> <b>Sól [g] 2,90</b>	Waga porcji [g]: 290,00  <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 252,20</b> <b>Białko ogółem [g] 10,50</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 27,90</b> <b>Tłuszcz [g] 11,90</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,40</b> <b>Sól [g] 0,40</b>	Waga porcji [g]: 1 080,00  <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 949,20</b> <b>Białko ogółem [g] 53,90</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 100,30</b> <b>Tłuszcz [g] 40,40</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,30</b> <b>Sól [g] 2,80</b>	Waga porcji [g]: 100,00  <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 275,90</b> <b>Białko ogółem [g] 14,70</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 13,70</b> <b>Tłuszcz [g] 18,50</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,60</b> <b>Sól [g] 0,50</b>	Waga porcji [g]: 480,00  <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 449,60</b> <b>Białko ogółem [g] 21,80</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 53,00</b> <b>Tłuszcz [g] 18,80</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,30</b> <b>Sól [g] 1,10</b>	
Dieta dla położnic	Składniki	dżem brzoskwinowy 50 g płatki owsiane 250 g (4,) melon 80 g chleb z masłem, sałata zielona XIII 120 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml		rosół z makaronem 300 ml (5,) kurczak gotowany diety 150 g Ziemniaki 200 g buraczki z jogurtem 180 g (4,) kompot truskawkowy 200 ml	koktajl z jabłkiem 200 g (4,)	twarożek z zieleciną 100 g cukinia z koperkiem 100 g chleb z masłem, sałata zielona XIII 120 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml
	Waga porcji [g]: 700,00		Waga porcji [g]: 1 030,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 520,00	

2023-10-24 wtorek

2023-10-24 wtorek	Łatwostrawna	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> <b>[kcal] 2 561,40</b> <b>Białko ogółem [g]</b> <b>116,20</b> <b>Węglowodany ogółem [g]</b> <b>365,90</b> <b>Tłuszcz [g] 76,50</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> <b>33,90</b> <b>Sól [g] 5,80</b>
	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> <b>[kcal] 2 330,40</b> <b>Białko ogółem [g]</b> <b>128,50</b> <b>Węglowodany ogółem [g]</b> <b>241,90</b> <b>Tłuszcz [g] 103,10</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> <b>42,10</b> <b>Sól [g] 7,70</b>
Dieta dla położnic	Składniki		
			<b>SUMA</b>

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
2023-10-24 wtorek	Dieta dla położnic	Wartość odżywcza w porcji		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 962,90 Białko ogółem [g] 56,30 Węglowodany ogółem [g] 119,90 Tłuszcz [g] 31,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,00 Sól [g] 2,80	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 210,00 Białko ogółem [g] 8,80 Węglowodany ogółem [g] 35,30 Tłuszcz [g] 4,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,00 Sól [g] 0,30	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 537,50 Białko ogółem [g] 27,70 Węglowodany ogółem [g] 73,90 Tłuszcz [g] 15,60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,60 Sól [g] 1,20
		Wartość odżywcza dla porcji 100 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 93,49 Białko ogółem [g] 5,47 Węglowodany ogółem [g] 11,64 Tłuszcz [g] 3,04 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,87 Sól [g] 0,27	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 105,00 Białko ogółem [g] 4,40 Węglowodany ogółem [g] 17,65 Tłuszcz [g] 2,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,00 Sól [g] 0,15	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 103,37 Białko ogółem [g] 5,33 Węglowodany ogółem [g] 14,21 Tłuszcz [g] 3,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,65 Sól [g] 0,23
2023-10-25 środa	Podstawowa	Składniki		kalafiorowa z ziemniakami l 250 ml (5,) łazanki z kapustą białą 230 g (1, 5, 6, 13,) jabłko 150 g kompot porzeczkowy z/c 200 ml	jogurt z bananem 250 g (4,)	Salatka jarzynowa l 120 g (2, 4, 5,) szynka z indyka 50 g (1, 4, 5, 6, 13,) Chleb z masłem, sałata zielona l 120 g (1, 4,) herbata z/c z cytryną 200 ml
		Waga porcji [g]: 670,00		Waga porcji [g]: 830,00	Waga porcji [g]: 250,00	Waga porcji [g]: 490,00
	Wartość odżywcza w porcji		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 946,70 Białko ogółem [g] 38,50 Węglowodany ogółem [g] 142,60 Tłuszcz [g] 28,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,20 Sól [g] 3,80	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 216,10 Białko ogółem [g] 7,80 Węglowodany ogółem [g] 39,90 Tłuszcz [g] 3,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,00 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 753,70 Białko ogółem [g] 23,90 Węglowodany ogółem [g] 88,20 Tłuszcz [g] 36,10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,90 Sól [g] 2,50	
	Składniki		Jarzynowa z ziemniakami l 300 ml (5,) potrawka w ieprzowa z cukinią diety 280 g (4,) Ziemniaki 200 g Sałata zielona z jogurtem 110 g (4,) kompot porzeczkowy z/c 200 ml	jogurt z bananem 250 g (4,)	sałatka jarzynowa diety 150 g (2, 4, 5,) szynka z indyka 60 g (1, 4, 5, 6, 13,) chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml	
Łatwostawna			Waga porcji [g]: 670,00	Waga porcji [g]: 090,00	Waga porcji [g]: 250,00	Waga porcji [g]: 530,00

2023-10-24 wtorek		Dieta dla położnic		SUMA
2023-10-25 środa	Podstawowa	Składniki		
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza dla porcji 100 g  Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 478,60 Białko ogółem [g] 113,00 Węglowodany ogółem [g] 366,90 Tłuszcz [g] 68,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,30 Sól [g] 5,70	
Łatwostrawna	Podstawowa	Składniki		
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 606,80 Białko ogółem [g] 99,70 Węglowodany ogółem [g] 361,20 Tłuszcz [g] 93,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,10 Sól [g] 9,10	



		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Łatwostrawna	Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 718,10 <b>Białko ogółem</b> [g] 29,60 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 94,10 <b>Tłuszcz</b> [g] 26,20 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 14,20 <b>Sól</b> [g] 3,50		<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 952,20 <b>Białko ogółem</b> [g] 43,50 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 127,30 <b>Tłuszcz</b> [g] 33,70 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 9,60 <b>Sól</b> [g] 2,40	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 216,10 <b>Białko ogółem</b> [g] 7,80 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 39,90 <b>Tłuszcz</b> [g] 3,40 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 2,00 <b>Sól</b> [g] 0,20	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 748,70 <b>Białko ogółem</b> [g] 29,20 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 91,90 <b>Tłuszcz</b> [g] 31,00 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 12,70 <b>Sól</b> [g] 2,50
	Składniki	kielbasa szynkowa 70 g papryka czerwona 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 100 g (1, 4,) herbata b/c 200 ml	jogurt naturalny 150 g (4,) marchew słupek 100 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4,)	Jarzynowa VII 250 ml (5,) wieprzowina z cukinią VII 300 g (4,) Ziemniaki 150 g Sałata zielona z jogurtem 110 g (4,) kompot b/c 250 ml	twarożek 90 g Pomidor 100 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4,)	polędwica drobiowa 70 g (6, 13, SO2,) sałata lodowa z papryką 50 g chleb z masłem, sałata zielona VII 110 g (1, 4,) herbata b/c 200 ml
	Wartość odżywcza w porcji	Waga porcji [g]: 470,00	Waga porcji [g]: 290,00	Waga porcji [g]: 1 060,00	Waga porcji [g]: 230,00	Waga porcji [g]: 430,00
Łatwostrawna z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 446,10 <b>Białko ogółem</b> [g] 20,30 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 54,70 <b>Tłuszcz</b> [g] 18,50 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 9,10 <b>Sól</b> [g] 3,00	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 248,20 <b>Białko ogółem</b> [g] 8,70 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 29,10 <b>Tłuszcz</b> [g] 11,80 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 7,30 <b>Sól</b> [g] 0,60	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 732,50 <b>Białko ogółem</b> [g] 42,60 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 94,40 <b>Tłuszcz</b> [g] 24,30 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 6,90 <b>Sól</b> [g] 2,00	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 263,00 <b>Białko ogółem</b> [g] 19,00 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 18,60 <b>Tłuszcz</b> [g] 13,00 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 8,10 <b>Sól</b> [g] 0,20	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 476,70 <b>Białko ogółem</b> [g] 21,90 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 53,30 <b>Tłuszcz</b> [g] 21,80 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 7,20 <b>Sól</b> [g] 2,30
	Składniki	kielbasa szynkowa 60 g marchew mini 80 g chleb z masłem, sałata zielona XIII 120 g (4,) Kawa zbożowa z/c i mlekiem 200 ml (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml		Jarzynowa z ziemniakami diety 250 ml (5,) potrawka w wieprzowina z cukinią diety 280 g (4,) Ryż na sypko 120 g Sałata zielona z jogurtem 110 g (4,) kompot porzeczkowy z/c 200 ml	jogurt z bananem 250 g (4,)	sałatka jarzynowa diety 150 g (2, 4, 5,) szynka z indyka 60 g (1, 4, 5, 6, 13,) chleb z masłem, sałata zielona XIII 120 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml
	Wartość odżywcza w porcji	Waga porcji [g]: 660,00		Waga porcji [g]: 960,00	Waga porcji [g]: 250,00	Waga porcji [g]: 530,00
Dieta dla położnic	Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 656,90 <b>Białko ogółem</b> [g] 26,20 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 94,10 <b>Tłuszcz</b> [g] 21,00 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 11,00 <b>Sól</b> [g] 3,20		<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 045,10 <b>Białko ogółem</b> [g] 42,10 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 136,60 <b>Tłuszcz</b> [g] 39,80 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 8,80 <b>Sól</b> [g] 2,00	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 216,10 <b>Białko ogółem</b> [g] 7,80 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 39,90 <b>Tłuszcz</b> [g] 3,40 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 2,00 <b>Sól</b> [g] 0,20	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 707,30 <b>Białko ogółem</b> [g] 27,60 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 92,30 <b>Tłuszcz</b> [g] 27,00 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 10,00 <b>Sól</b> [g] 2,50
	Składniki					

2023-10-25 środa

2023-10-25 środa	Łatwostrawna	Wartość odżywcza w porcji	<b>SUMA</b> Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 635,10 Białko ogółem [g] 110,10 Węglowodany ogółem [g] 353,20 Tłuszcz [g] 94,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,50 Sól [g] 8,60
		Składniki	
	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 166,50 Białko ogółem [g] 112,50 Węglowodany ogółem [g] 250,10 Tłuszcz [g] 89,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,60 Sól [g] 8,10
		Składniki	
	Dieta dla położnic	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 625,40 Białko ogółem [g] 103,70 Węglowodany ogółem [g] 362,90 Tłuszcz [g] 91,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,80 Sól [g] 7,90
		Składniki	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
2023-10-25 środa	Dieta dla położnic	Wartość odżywcza dla porcji 100 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 108,86 Białko ogółem [g] 4,39 Węglowodany ogółem [g] 14,23 Tłuszcz [g] 4,15 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,92 Sól [g] 0,21	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 86,44 Białko ogółem [g] 3,12 Węglowodany ogółem [g] 15,96 Tłuszcz [g] 1,36 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,80 Sól [g] 0,08	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 133,45 Białko ogółem [g] 5,21 Węglowodany ogółem [g] 17,42 Tłuszcz [g] 5,09 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,89 Sól [g] 0,47
		Składniki		pomidorowa z zacierką 300 ml (5) kotlet mielony 130 g (2) Ziemniaki 200 g surówka z jarzyn I 180 g (2, 4, 5) kompot agrestowy z/c 200 ml	panna cotta 200 g (4,)	Pasta jajeczna 120 g (2, 4) rzodkiewka, szczypiorek 1 szt Chleb z masłem, sałata zielona I 120 g (1, 4) herbata z/c z cytryną 200 ml
2023-10-26 czwartek	Podstawowa	Waga porcji [g]: 490,00		Waga porcji [g]: 1 010,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 440,00
		Wartość odżywcza w porcji		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 043,10 Białko ogółem [g] 49,30 Węglowodany ogółem [g] 134,40 Tłuszcz [g] 38,60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,00 Sól [g] 2,90	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 332,20 Białko ogółem [g] 4,40 Węglowodany ogółem [g] 23,00 Tłuszcz [g] 25,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,80 Sól [g] 0,10	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 799,00 Białko ogółem [g] 38,20 Węglowodany ogółem [g] 68,20 Tłuszcz [g] 42,90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,70 Sól [g] 2,10
	Łatwostrawna	Składniki		pomidorowa z zacierką 300 ml (5) pulpet gotowany diety 100 g (1, 2) sos szpinakowy 50 g (1,) Ziemniaki 200 g surówka z jarzyn diety 180 g (4, 5) kompot agrestowy z/c 200 ml	panna cotta 200 g (4,)	Pasta jajeczna 120 g (2, 4) rzodkiewka, szczypiorek 1 szt chleb z masłem, sałata zielona diety 110 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml
		Waga porcji [g]: 480,00		Waga porcji [g]: 1 030,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 430,00
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 466,00 Białko ogółem [g] 23,30 Węglowodany ogółem [g] 64,70 Tłuszcz [g] 13,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,00 Sól [g] 2,30		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 999,50 Białko ogółem [g] 55,80 Węglowodany ogółem [g] 131,40 Tłuszcz [g] 32,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,90 Sól [g] 2,90	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 332,20 Białko ogółem [g] 4,40 Węglowodany ogółem [g] 23,00 Tłuszcz [g] 25,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,80 Sól [g] 0,10	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 820,20 Białko ogółem [g] 39,40 Węglowodany ogółem [g] 64,70 Tłuszcz [g] 45,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,80 Sól [g] 2,00

2023-10-25 środa		Dieta dla położnic		SUMA
2023-10-26 czwartek	Podstawowa	Składniki		
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 614,10 Białko ogółem [g] 113,70 Węglowodany ogółem [g] 292,60 Tłuszcz [g] 117,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,50 Sól [g] 7,50	
	Łatwostrawna	Składniki		
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 617,90 Białko ogółem [g] 122,90 Węglowodany ogółem [g] 283,80 Tłuszcz [g] 116,60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 52,50 Sól [g] 7,30	
		Wartość odżywcza dla porcji 100 g		

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
2023-10-26 czwartek	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Składniki	południca drobiowa 70 g (6, 13, SO2), ogórek zielony 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 100 g (1, 4), herbata b/c 200 ml	jogurt naturalny 150 g (4), Pomidor 100 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4),	pomidorowa z makaronem VII 300 ml (1, 2, 5), filet z indyka gotowy any 150 g Ziemniaki 150 g surówka z jarzyn I 180 g (2, 4, 5), kompot b/c 200 ml	sok pomidorowy 200 ml fasolka szparagowa 120 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4),	jajko gotowane( 2.00 porcje ) 60 g (2), rzodkiewka, szczypiorek 1 szt chleb z masłem, sałata zielona VII 110 g (1, 4), herbata b/c 200 ml
		Waga porcji [g]:	470,00	290,00	980,00	360,00	370,00
		Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 353,90 <b>Białko ogółem [g]</b> 20,60 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 48,00 <b>Tłuszcz [g]</b> 10,70 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 5,90 <b>Sól [g]</b> 2,20	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 234,20 <b>Białko ogółem [g]</b> 8,60 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 24,50 <b>Tłuszcz [g]</b> 11,80 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 7,40 <b>Sól [g]</b> 0,40	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 726,90 <b>Białko ogółem [g]</b> 66,20 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 96,50 <b>Tłuszcz [g]</b> 12,30 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 3,10 <b>Sól [g]</b> 2,70	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 254,80 <b>Białko ogółem [g]</b> 5,50 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 26,90 <b>Tłuszcz [g]</b> 15,20 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 6,10 <b>Sól [g]</b> 1,10	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 593,70 <b>Białko ogółem [g]</b> 32,10 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 52,80 <b>Tłuszcz [g]</b> 30,30 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 12,30 <b>Sól [g]</b> 1,80
	Dieta dla położnic	Składniki	południca drobiowa 60 g (6, 13, SO2), Pomidor 100 g chleb z masłem, sałata zielona XIII 120 g (4), herbata z/c z cytryną 200 ml		pomidorowa z zacierką 300 ml (5), pulpet gotowany diety 120 g (1, 2), sos szpinakowy 50 g (1), Ziemniaki 200 g surówka z jarzyn diety 180 g (4, 5), kompot agrestowy z/c 200 ml	panna cotta 200 g (4),	Pasta jajeczna 120 g (2, 4), rzodkiewka, szczypiorek 1 szt chleb z masłem, sałata zielona XIII 110 g (4), herbata z/c z cytryną 200 ml
		Waga porcji [g]:	480,00		1 050,00	200,00	430,00
		Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 446,40 <b>Białko ogółem [g]</b> 20,40 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 69,70 <b>Tłuszcz [g]</b> 10,70 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 6,00 <b>Sól [g]</b> 2,20		<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 1 061,20 <b>Białko ogółem [g]</b> 63,60 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 132,30 <b>Tłuszcz [g]</b> 35,20 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 15,10 <b>Sól [g]</b> 3,00	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 332,20 <b>Białko ogółem [g]</b> 4,40 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 23,00 <b>Tłuszcz [g]</b> 25,00 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 14,80 <b>Sól [g]</b> 0,10	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 782,20 <b>Białko ogółem [g]</b> 38,00 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 65,10 <b>Tłuszcz [g]</b> 42,00 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 13,30 <b>Sól [g]</b> 2,00
Wartość odżywcza dla porcji 100 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 93,00 <b>Białko ogółem [g]</b> 4,25 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 14,52 <b>Tłuszcz [g]</b> 2,23 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 1,25 <b>Sól [g]</b> 0,46		<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 101,07 <b>Białko ogółem [g]</b> 6,06 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 12,60 <b>Tłuszcz [g]</b> 3,35 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 1,44 <b>Sól [g]</b> 0,29	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 166,10 <b>Białko ogółem [g]</b> 2,20 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 11,50 <b>Tłuszcz [g]</b> 12,50 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 7,40 <b>Sól [g]</b> 0,05	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 181,91 <b>Białko ogółem [g]</b> 8,84 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 15,14 <b>Tłuszcz [g]</b> 9,77 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 3,09 <b>Sól [g]</b> 0,47		

		SUMA
2023-10-26 czwartek	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Składniki
	Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> [kcal] 2 163,50 <b>Białko ogółem [g]</b> 133,00 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 248,70 <b>Tłuszcz [g]</b> 80,30 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,80 <b>Sól [g]</b> 8,20
Dieta dla położnic	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> [kcal] 2 622,00 <b>Białko ogółem [g]</b> 126,40 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 290,10 <b>Tłuszcz [g]</b> 112,90 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 49,20 <b>Sól [g]</b> 7,30
	Wartość odżywcza dla porcji 100 g	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
2023-10-27 piątek	Podstawowa	Składniki	ser żółty 50 g (4), ogórek zielony 100 g Chleb z masłem, sałata zielona I 120 g (1, 4), Kawa zbożowa z/c i mlekiem 200 ml (4), herbata z/c z cytryną 200 ml		Fasolowa z ziemniakami 300 ml (1, 4, 5, 6, 12, 13), ryba po grecku 250 g (1, 5), Ziemniaki 200 g kisiel z tartym jabłkiem 200 ml	koktajl porzeczkowy 200 g (4)	twarożek ze szczy piorkiem 100 g dynia z koperkiem 100 g Pestki słonecznika 10 g Chleb z masłem, sałata zielona I 120 g (1, 4), herbata z/c z cytryną 200 ml
		Waga porcji [g]: 670,00		Waga porcji [g]: 950,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 530,00	
		<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 710,00 <b>Białko ogółem [g]</b> 31,20 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 86,90 <b>Tłuszcz [g]</b> 27,80 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,50 <b>Sól [g]</b> 2,70		<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 1 060,40 <b>Białko ogółem [g]</b> 46,00 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 164,10 <b>Tłuszcz [g]</b> 29,60 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 2,90 <b>Sól [g]</b> 3,00	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 211,80 <b>Białko ogółem [g]</b> 8,90 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 37,10 <b>Tłuszcz [g]</b> 4,20 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 2,00 <b>Sól [g]</b> 0,20	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 610,40 <b>Białko ogółem [g]</b> 30,10 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 80,80 <b>Tłuszcz [g]</b> 20,80 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 9,20 <b>Sól [g]</b> 1,20	
	Łatwostawna	Składniki	poledwica sopocka 70 g Pomidor 100 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4), Kawa zbożowa z/c i mlekiem 200 ml (4), herbata z/c z cytryną 200 ml		Krupnik z ziemniakami 300 ml (1, 5), ryba gotowana 120 g Ziemniaki 200 g jarzynka po grecku gotowana 120 g (5), kisiel z tartym jabłkiem 200 ml	koktajl porzeczkowy 200 g (4)	twarożek z zielenią 100 g Pestki słonecznika 15 g dynia z koperkiem 100 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4), herbata z/c z cytryną 200 ml
		Waga porcji [g]: 690,00		Waga porcji [g]: 940,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 535,00	
		<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 662,00 <b>Białko ogółem [g]</b> 31,60 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 89,60 <b>Tłuszcz [g]</b> 20,70 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 12,00 <b>Sól [g]</b> 2,40		<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 977,70 <b>Białko ogółem [g]</b> 46,00 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 132,30 <b>Tłuszcz [g]</b> 32,90 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 3,30 <b>Sól [g]</b> 2,80	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 211,80 <b>Białko ogółem [g]</b> 8,90 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 37,10 <b>Tłuszcz [g]</b> 4,20 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 2,00 <b>Sól [g]</b> 0,20	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 694,90 <b>Białko ogółem [g]</b> 33,40 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 83,30 <b>Tłuszcz [g]</b> 27,10 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 12,20 <b>Sól [g]</b> 1,30	
Łatwostawna z ograniczeniem ilości węgłowodanów	Składniki	poledwica sopocka 70 g ogórek kiszony 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 110 g (1, 4), herbata b/c 200 ml	jogurt naturalny 150 g (4), seler naciowy 0 szt pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4)	Krupnik z ziemniakami 300 ml (1, 5), ryba gotowana 150 g Ziemniaki 200 g surówka z kiszonej kapusty 180 g woda z cytryną 200 g	twarożek ze szczy piorkiem 60 g marchew słupek 100 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4)	Kielbasa z drobiu 60 g Pomidor 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 110 g (1, 4), herbata b/c 200 ml	
	Waga porcji [g]: 480,00	Waga porcji [g]: 190,00	Waga porcji [g]: 1 030,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 470,00		

		SUMA	
2023-10-27 piątek	Podstawowa	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> <b>[kcal] 2 592,60</b> <b>Białko ogółem [g]</b> <b>116,20</b> <b>Węglowodany ogółem [g]</b> <b>368,90</b> <b>Tłuszcz [g] 82,40</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> <b>30,60</b> <b>Sól [g] 7,10</b>	
	Łatwostawna	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> <b>[kcal] 2 546,40</b> <b>Białko ogółem [g]</b> <b>119,90</b> <b>Węglowodany ogółem [g]</b> <b>342,30</b> <b>Tłuszcz [g] 84,90</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> <b>29,50</b> <b>Sól [g] 6,70</b>
	Łatwostawna z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Składniki	



		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
2023-10-27 piątek	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 402,60 Białko ogółem [g] 22,30 Węglowodany ogółem [g] 52,20 Tłuszcz [g] 13,60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,40 Sól [g] 3,90	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 222,00 Białko ogółem [g] 8,10 Węglowodany ogółem [g] 21,90 Tłuszcz [g] 11,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,30 Sól [g] 0,40	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 913,30 Białko ogółem [g] 53,90 Węglowodany ogółem [g] 97,20 Tłuszcz [g] 37,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,70 Sól [g] 3,60	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 238,30 Białko ogółem [g] 13,60 Węglowodany ogółem [g] 22,20 Tłuszcz [g] 11,60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,20 Sól [g] 0,40	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 393,40 Białko ogółem [g] 20,00 Węglowodany ogółem [g] 53,80 Tłuszcz [g] 13,10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,90 Sól [g] 2,40
	Dieta dla położnic	Składniki		Krupnik z ziemniakami 300 ml (1, 5), ryba gotowana 120 g Ziemniaki 200 g jarzynka po grecku gotowana 180 g (5), kisiel z tartym jabłkiem 200 ml	koktajl porzeczkowy 200 g (4)	twarożek z zielenią 100 g dynia z koperkiem 100 g Pestki słonecznika 15 g chleb z masłem, sałata zielona XIII 120 g (4), herbata z/c z cytryną 200 ml
				Waga porcji [g]: 1000,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 535,00
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 620,60 Białko ogółem [g] 30,10 Węglowodany ogółem [g] 90,10 Tłuszcz [g] 16,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,30 Sól [g] 2,40	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1054,20 Białko ogółem [g] 47,40 Węglowodany ogółem [g] 139,80 Tłuszcz [g] 38,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,70 Sól [g] 2,90	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 211,80 Białko ogółem [g] 8,90 Węglowodany ogółem [g] 37,10 Tłuszcz [g] 4,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,00 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 653,50 Białko ogółem [g] 31,90 Węglowodany ogółem [g] 83,80 Tłuszcz [g] 23,10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,40 Sól [g] 1,20
2023-10-28 sobota	Podstawowa	Wartość odżywcza dla porcji 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 89,94 Białko ogółem [g] 4,36 Węglowodany ogółem [g] 13,06 Tłuszcz [g] 2,42 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,35 Sól [g] 0,35	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 105,42 Białko ogółem [g] 4,74 Węglowodany ogółem [g] 13,98 Tłuszcz [g] 3,82 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,37 Sól [g] 0,29	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 105,90 Białko ogółem [g] 4,45 Węglowodany ogółem [g] 18,55 Tłuszcz [g] 2,10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,00 Sól [g] 0,10	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 122,15 Białko ogółem [g] 5,96 Węglowodany ogółem [g] 15,66 Tłuszcz [g] 4,32 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,76 Sól [g] 0,22
	Składniki	miód 25 g (7), kasza manna na mleku 300 g (1, 4), Grejfrut 70 g Chleb z masłem, sałata zielona I 120 g (1, 4), herbata z/c z cytryną 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami 300 ml (5), leczo I 200 g Ryż na sypko 120 g kompot z/c 200 ml	banan i kefir 280 g (4)	szynka z indyka 70 g (1, 4, 5, 6, 13), bukiet jarzyn 100 g Chleb z masłem, sałata zielona I 120 g (1, 4), herbata z/c z cytryną 200 ml	
		Waga porcji [g]: 715,00	Waga porcji [g]: 820,00	Waga porcji [g]: 280,00	Waga porcji [g]: 490,00	

2023-10-27 piątek		SUMA	
Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 169,60 Białko ogółem [g] 117,90 Węglowodany ogółem [g] 247,30 Tłuszcz [g] 87,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,50 Sól [g] 10,70	
	Składniki		
	Dieta dla położnic		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 540,10 Białko ogółem [g] 118,30 Węglowodany ogółem [g] 350,80 Tłuszcz [g] 82,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,40 Sól [g] 6,70	
2023-10-28 sobota	Podstawowa	Wartość odżywcza dla porcji 100 g	
		Składniki	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
2023-10-28 sobota	Podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 729,70 Białko ogółem [g] 18,70 Węglowodany ogółem [g] 133,30 Tłuszcz [g] 15,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,90 Sól [g] 1,40		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 098,10 Białko ogółem [g] 36,20 Węglowodany ogółem [g] 140,40 Tłuszcz [g] 46,80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,90 Sól [g] 4,10	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 197,00 Białko ogółem [g] 7,80 Węglowodany ogółem [g] 32,90 Tłuszcz [g] 4,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,50 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 456,50 Białko ogółem [g] 21,60 Węglowodany ogółem [g] 71,70 Tłuszcz [g] 11,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,20 Sól [g] 2,20
	Łatwostrawna	Składniki miód 25 g (7), kasza manna na mleku 300 g (1, 4), jabłko 150 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4), herbata z/c z cytryną 200 ml		Szpinakowa z ziemniakami 300 ml (5), potrawka drobiowa z cukinią diety 280 g Ryż na sypko 120 g brokuły VII 150 g kompot z/c 200 ml	banan i kefir 280 g (4,)	szynka z indyka 70 g (1, 4, 5, 6, 13), marchew mini 80 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4), herbata z/c z cytryną 200 ml
		Waga porcji [g]: 795,00		Waga porcji [g]: 1 050,00	Waga porcji [g]: 280,00	Waga porcji [g]: 470,00
	Łatwostrawna	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 828,90 Białko ogółem [g] 20,80 Węglowodany ogółem [g] 145,50 Tłuszcz [g] 19,90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,60 Sól [g] 1,40		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 101,60 Białko ogółem [g] 44,80 Węglowodany ogółem [g] 143,30 Tłuszcz [g] 42,50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,20 Sól [g] 2,20	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 197,00 Białko ogółem [g] 7,80 Węglowodany ogółem [g] 32,90 Tłuszcz [g] 4,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,50 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 495,70 Białko ogółem [g] 21,50 Węglowodany ogółem [g] 71,40 Tłuszcz [g] 15,10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,90 Sól [g] 2,30
	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Składniki kielbasa żeberkowa 60 g marchew tarta 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 100 g (1, 4), herbata b/c 200 ml	jajko gotowane 60 g (2), papryka żółta 100 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4)	szpinakowa z ziemniakami VII 300 ml (5), filet drobiowy z cukinią VII 290 g ryż na sypko VII 70 g (1), brokuły VII 150 g kompot b/c 250 ml	fasolka szparagowa 100 g sok pomidorowy 200 ml pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4)	szynka z indyka 70 g (1, 4, 5, 6, 13), ogórek zielony 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 100 g (1, 4), herbata b/c 200 ml
		Waga porcji [g]: 460,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 1 060,00	Waga porcji [g]: 340,00	Waga porcji [g]: 470,00
	Łatwostrawna	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 427,30 Białko ogółem [g] 18,10 Węglowodany ogółem [g] 56,30 Tłuszcz [g] 17,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,60 Sól [g] 2,90	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 287,20 Białko ogółem [g] 14,90 Węglowodany ogółem [g] 16,30 Tłuszcz [g] 18,60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,60 Sól [g] 0,50	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 864,80 Białko ogółem [g] 47,40 Węglowodany ogółem [g] 101,90 Tłuszcz [g] 34,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,90 Sól [g] 2,30	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 239,20 Białko ogółem [g] 5,10 Węglowodany ogółem [g] 25,50 Tłuszcz [g] 14,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,00 Sól [g] 1,10	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 347,60 Białko ogółem [g] 18,30 Węglowodany ogółem [g] 48,10 Tłuszcz [g] 11,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,10 Sól [g] 2,10
	Dieta dla położnic	Składniki miód 25 g (7), kasza manna na mleku 300 g (1, 4), jabłko 150 g chleb z masłem, sałata zielona XIII 120 g (4), herbata z/c z cytryną 200 ml		Szpinakowa z ziemniakami 300 ml (5), potrawka drobiowa z cukinią diety 280 g Ryż na sypko 120 g kompot z/c 200 ml	banan i kefir 280 g (4,)	szynka z indyka 70 g (1, 4, 5, 6, 13), marchew mini 100 g chleb z masłem, sałata zielona XIII 120 g (4), herbata z/c z cytryną 200 ml

		SUMA
2023-10-28 sobota	Podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 481,30 Białko ogółem [g] 84,30 Węglowodany ogółem [g] 378,30 Tłuszcz [g] 77,80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,50 Sól [g] 7,90
	Łatwostrawna	Składniki
		Wartość odżywcza w porcji
		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 623,20 Białko ogółem [g] 94,90 Węglowodany ogółem [g] 393,10 Tłuszcz [g] 81,80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,20 Sól [g] 6,10
Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	
	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 166,10 Białko ogółem [g] 103,80 Węglowodany ogółem [g] 248,10 Tłuszcz [g] 95,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,20 Sól [g] 8,90	
Dieta dla położnic	Składniki	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
2023-10-28 sobota	Dieta dla położnic			Waga porcji [g]: 900,00	Waga porcji [g]: 280,00	Waga porcji [g]: 490,00
		Wartość odżywcza w porcji		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 013,10 Białko ogółem [g] 40,80 Węglowodany ogółem [g] 136,20 Tłuszcz [g] 36,90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,80 Sól [g] 2,20	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 197,00 Białko ogółem [g] 7,80 Węglowodany ogółem [g] 32,90 Tłuszcz [g] 4,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,50 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 460,30 Białko ogółem [g] 20,10 Węglowodany ogółem [g] 73,50 Tłuszcz [g] 11,10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,20 Sól [g] 2,30
		Wartość odżywcza dla porcji 100 g		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 112,57 Białko ogółem [g] 4,53 Węglowodany ogółem [g] 15,13 Tłuszcz [g] 4,10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,53 Sól [g] 0,24	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 70,36 Białko ogółem [g] 2,79 Węglowodany ogółem [g] 11,75 Tłuszcz [g] 1,54 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,89 Sól [g] 0,07	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 93,94 Białko ogółem [g] 4,10 Węglowodany ogółem [g] 15,00 Tłuszcz [g] 2,27 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,27 Sól [g] 0,47
2023-10-29 niedziela	Podstawowa	Składniki		Jarzynowa z ziemniakami I 300 ml (5,) kotlet drobiowy 120 g (1, 2,) Ziemniaki 200 g buraczki z cebulką 180 g kompot z/c 200 ml	jabłko, jogurt, wafle ryżowe 280 g (4,)	południca drobiowa 70 g (6, 13, SO2,) papryka zielona 100 g Chleb z masłem, sałata zielona I 120 g (1, 4,) herbata z/c z cytryną 200 ml
		Waga porcji [g]: 500,00		Waga porcji [g]: 1 000,00	Waga porcji [g]: 280,00	Waga porcji [g]: 490,00
	Wartość odżywcza w porcji		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 190,00 Białko ogółem [g] 57,30 Węglowodany ogółem [g] 164,60 Tłuszcz [g] 37,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,70 Sól [g] 2,90	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 238,20 Białko ogółem [g] 8,30 Węglowodany ogółem [g] 44,30 Tłuszcz [g] 3,90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,90 Sól [g] 0,30	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 457,80 Białko ogółem [g] 22,40 Węglowodany ogółem [g] 70,70 Tłuszcz [g] 11,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,10 Sól [g] 2,40	
	Składniki		Jarzynowa z ziemniakami diety 300 ml (5,) filet z drobiu gotowany 120 g sos szpinakowy 100 g (1,) Ziemniaki 200 g buraczki z jogurtem 180 g (4,) kompot z/c 200 ml	jabłko, jogurt, wafle ryżowe 280 g (4,)	południca drobiowa 80 g (6, 13, SO2,) sałata lodowa z pomidorem 50 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml	
		Waga porcji [g]: 490,00		Waga porcji [g]: 1 100,00	Waga porcji [g]: 280,00	Waga porcji [g]: 450,00
	Łatwostrawna	Składniki		Jarzynowa z ziemniakami diety 300 ml (5,) filet z drobiu gotowany 120 g sos szpinakowy 100 g (1,) Ziemniaki 200 g buraczki z jogurtem 180 g (4,) kompot z/c 200 ml	jabłko, jogurt, wafle ryżowe 280 g (4,)	południca drobiowa 80 g (6, 13, SO2,) sałata lodowa z pomidorem 50 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml

		SUMA	
2023-10-28 sobota	Dieta dla położnic	Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> <b>[kcal] 2 457,90</b> <b>Białko ogółem [g]</b> <b>88,00</b> <b>Węglowodany ogółem [g]</b> <b>388,60</b> <b>Tłuszcz [g] 68,10</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> <b>22,40</b> <b>Sól [g] 6,10</b>
		Wartość odżywcza dla porcji 100 g	
2023-10-29 niedziela	Podstawowa	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> <b>[kcal] 2 407,90</b> <b>Białko ogółem [g]</b> <b>109,50</b> <b>Węglowodany ogółem [g]</b> <b>349,90</b> <b>Tłuszcz [g] 71,80</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> <b>22,20</b> <b>Sól [g] 8,30</b>
	Łatwostrawna	Składniki	

2023-10-29 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Łatwostrawna	Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 564,20 <b>Białko ogółem</b> [g] 21,90 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 71,20 <b>Tłuszcz</b> [g] 22,60 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 10,10 <b>Sól</b> [g] 2,50		<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 937,10 <b>Białko ogółem</b> [g] 65,00 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 131,00 <b>Tłuszcz</b> [g] 20,80 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 9,80 <b>Sól</b> [g] 2,70	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 238,20 <b>Białko ogółem</b> [g] 8,30 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 44,30 <b>Tłuszcz</b> [g] 3,90 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 1,90 <b>Sól</b> [g] 0,30	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 548,80 <b>Białko ogółem</b> [g] 26,40 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 68,30 <b>Tłuszcz</b> [g] 20,00 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 9,10 <b>Sól</b> [g] 2,50
	Składniki	szynka gotowana 60 g Pomidor 100 g sezam 10 g chleb z masłem, sałata zielona VII 110 g (1, 4), herbata b/c 200 ml	jogurt naturalny 150 g (4), kalefior VII 150 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4)	Jarzynowa VII 300 ml (5), filet z drobiu gotowany 150 g Ziemniaki 150 g surówka z buraka 150 g kompot b/c 250 ml	twarożek 60 g ogórek kiszony 100 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4)	połędwica drobiowa 80 g (6, 13, SO2), papryka zielona 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 110 g (1, 4), herbata b/c 200 ml
	Wartość odżywcza w porcji	Waga porcji [g]: 480,00	Waga porcji [g]: 340,00	Waga porcji [g]: 1 000,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 490,00
Łatwostrawna z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 453,60 <b>Białko ogółem</b> [g] 19,30 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 55,70 <b>Tłuszcz</b> [g] 19,50 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 7,90 <b>Sól</b> [g] 2,40	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 341,20 <b>Białko ogółem</b> [g] 11,00 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 27,20 <b>Tłuszcz</b> [g] 21,90 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 8,00 <b>Sól</b> [g] 0,40	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 774,30 <b>Białko ogółem</b> [g] 71,50 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 90,10 <b>Tłuszcz</b> [g] 17,30 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 2,50 <b>Sól</b> [g] 3,10	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 216,40 <b>Białko ogółem</b> [g] 13,50 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 15,20 <b>Tłuszcz</b> [g] 11,50 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 7,20 <b>Sól</b> [g] 1,90	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 408,70 <b>Białko ogółem</b> [g] 23,80 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 56,20 <b>Tłuszcz</b> [g] 12,20 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 6,60 <b>Sól</b> [g] 2,50
	Składniki	szynka gotowana 70 g Pomidor 100 g sezam 10 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4), herbata z/c z cytryną 200 ml		Jarzynowa z ziemniakami diety 300 ml (5), filet z drobiu gotowany 120 g sos szpinakowy 100 g (1), Ziemniaki 250 g buraczki z jogurtem 180 g (4), kompot z/c 200 ml	jabłko, jogurt, waflery ryżowe 280 g (4)	połędwica drobiowa 60 g (6, 13, SO2), sałata lodowa z pomidorem 50 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4), herbata z/c z cytryną 200 ml
	Wartość odżywcza w porcji	Waga porcji [g]: 500,00		Waga porcji [g]: 1 150,00	Waga porcji [g]: 280,00	Waga porcji [g]: 430,00
Dieta dla położnic	Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 574,10 <b>Białko ogółem</b> [g] 23,50 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 71,30 <b>Tłuszcz</b> [g] 22,90 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 10,30 <b>Sól</b> [g] 2,70		<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 994,50 <b>Białko ogółem</b> [g] 66,20 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 142,40 <b>Tłuszcz</b> [g] 21,70 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 10,10 <b>Sól</b> [g] 2,70	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 238,20 <b>Białko ogółem</b> [g] 8,30 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 44,30 <b>Tłuszcz</b> [g] 3,90 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 1,90 <b>Sól</b> [g] 0,30	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 530,40 <b>Białko ogółem</b> [g] 22,40 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 68,30 <b>Tłuszcz</b> [g] 19,70 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 9,00 <b>Sól</b> [g] 2,20
	Składniki					

2023-10-29 niedziela	Łatwostrawna	Wartość odżywcza w porcji	<b>SUMA</b> Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 288,30 Białko ogółem [g] 121,60 Węglowodany ogółem [g] 314,80 Tłuszcz [g] 67,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,90 Sól [g] 8,00
		Składniki	
	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 194,20 Białko ogółem [g] 139,10 Węglowodany ogółem [g] 244,40 Tłuszcz [g] 82,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,20 Sól [g] 10,30
		Składniki	
	Dieta dla położnic	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 337,20 Białko ogółem [g] 120,40 Węglowodany ogółem [g] 326,30 Tłuszcz [g] 68,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,30 Sól [g] 7,90
		Składniki	



		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
2023-10-29 niedziela	Dieta dla położnic	Wartość energetyczna[kcal] 114,82 Białko ogółem [g] 4,70 Węglowodany ogółem [g] 14,26 Tłuszcz [g] 4,58 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,06 Sól [g] 0,54		Wartość energetyczna[kcal] 86,48 Białko ogółem [g] 5,76 Węglowodany ogółem [g] 12,38 Tłuszcz [g] 1,89 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,88 Sól [g] 0,23	Wartość energetyczna[kcal] 85,07 Białko ogółem [g] 2,96 Węglowodany ogółem [g] 15,82 Tłuszcz [g] 1,39 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,68 Sól [g] 0,11	Wartość energetyczna[kcal] 123,35 Białko ogółem [g] 5,21 Węglowodany ogółem [g] 15,88 Tłuszcz [g] 4,58 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,09 Sól [g] 0,51

			SUMA
2023-10-29 niedziela	Dieta dla położnic	Wartość odżywcza dla porcji 100 g	

### **Oznaczenia alergenów:**

- 1 - *Zboża zawierające gluten,*
- 2 - *Jaja i pochodne,*
- 3 - *Ryby i pochodne,*
- 4 - *Mleko i pochodne,*
- 5 - *Seler i pochodne,*
- 6 - *Gorczyca i pochodne,*
- 7 - *Miód,*
- 8 - *Truskawki,*
- 9 - *Pomidory i przetwory,*
- 10 - *Kakao i prod.*  
*czekoladopochodne,*
- 11 - *Nasiona sezamu i pochodne,*
- 12 - *Orzechy,*
- 13 - *Soja i pochodne,*
- 14 - *Orzeszki ziemne i pochodne,*