

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-04 niedziela	Sz.Czem. cukrzykowa	Składniki	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIE) Pomidor 130 g	Serek wiejski 200 g (BIA)	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Szynka wieprz. duszona 110 g (GLU, MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora, marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z ciecierzycy 110 g Rzodkiewka 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Ser żółty 30 g (BIA)	
			Waga porcji [g]: 905	Waga porcji [g]: 50	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 410	Waga porcji [g]: 150	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 736 Białko ogółem [g] 37,8 Tłuszcz [g] 31,2 Węglowodany ogółem [g] 93 Błonnik pokarmowy [g] 21,1 Sól [g] 1,5 WW [Por] 9,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 194 Białko ogółem [g] 22 Tłuszcz [g] 10 Węglowodany ogółem [g] 4 Błonnik pokarmowy [g] Sól [g] 1,4 WW [Por] 0,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 691 Białko ogółem [g] 39,4 Tłuszcz [g] 13,4 Węglowodany ogółem [g] 112 Błonnik pokarmowy [g] 20 Sól [g] 0,7 WW [Por] 11,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 625,5 Białko ogółem [g] 18 Tłuszcz [g] 23,6 Węglowodany ogółem [g] 93,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Sól [g] 1,3 WW [Por] 9,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 132,2 Białko ogółem [g] 6,3 Tłuszcz [g] 5,4 Węglowodany ogółem [g] 15,8 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Sól [g] 0,3 WW [Por] 1,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 378,7 Białko ogółem [g] 123,5 Tłuszcz [g] 83,6 Węglowodany ogółem [g] 318,6 Błonnik pokarmowy [g] 66,1 Sól [g] 5,2 WW [Por] 31,9
	Sz.Czem. papkowata cukrzykowa	Składniki	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g jabłko pieczone rozdrobnione 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek wiejski 200 g (BIA)	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) szynka wieprzowa rozdrobniona 110 g (GLU, MIE) ziemniaki puree 180 g dynia gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) Dżem 25 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml	
			Waga porcji [g]: 1 125	Waga porcji [g]: 50	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 375	Waga porcji [g]: 200	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 987,9 Białko ogółem [g] 46,2 Tłuszcz [g] 36,4 Węglowodany ogółem [g] 132,9 Błonnik pokarmowy [g] 15,3 Sól [g] 1,4 WW [Por] 13,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 194 Białko ogółem [g] 22 Tłuszcz [g] 10 Węglowodany ogółem [g] 4 Błonnik pokarmowy [g] Sól [g] 1,4 WW [Por] 0,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 695,1 Białko ogółem [g] 39,4 Tłuszcz [g] 11,8 Węglowodany ogółem [g] 117,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,3 Sól [g] 0,6 WW [Por] 12	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 691,6 Białko ogółem [g] 29,1 Tłuszcz [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 81,2 Błonnik pokarmowy [g] 2,6 Sól [g] 1,1 WW [Por] 8,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 52,6 Białko ogółem [g] 0,1 Tłuszcz [g] 0,1 Węglowodany ogółem [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 0,3 Sól [g] WW [Por] 1,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 621,2 Białko ogółem [g] 136,8 Tłuszcz [g] 86,6 Węglowodany ogółem [g] 348,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Sól [g] 4,5 WW [Por] 35,2
	Sz.Czem. przecierana cukrzykowa	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek wiejski 200 g (BIA)	zupa pomidorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 250 ml	
			Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 50	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 200	

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-04 niedziela	Szczegółowa cukrzyca	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 660,8 Białko ogółem [g] 31,4 Tłuszcz [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 1 Sól [g] 0,9 WW [Por] 6,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 194 Białko ogółem [g] 22 Tłuszcz [g] 10 Węglowodany ogółem [g] 4 Błonnik pokarmowy [g] Sól [g] 1,4 WW [Por] 0,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 464,9 Białko ogółem [g] 18,7 Tłuszcz [g] 22 Węglowodany ogółem [g] 53,3 Błonnik pokarmowy [g] 10,7 Sól [g] 0,6 WW [Por] 5,5	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 526 Białko ogółem [g] 19 Tłuszcz [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 0,7 WW [Por] 6,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 52,6 Białko ogółem [g] 0,1 Tłuszcz [g] 0,1 Węglowodany ogółem [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 0,3 Sól [g] WW [Por] 1,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 898, 3 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 87,9 Węglowodany ogółem [g] 201,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 Sól [g] 3,6 WW [Por] 20,5