

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2025-04-03 czwartek	Sz.Czem. cukrzykowa	Składniki	bulka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Pomidor 130 g Ser żółty 60 g (BIA)	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) forsmak drobiowy 300 g (GLU, MIE) bulka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Kompot owocowy 250 ml Jabłko 1 szt	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Filet kruchy 30 g (MIE)	
		Waga porcji [g]: 865	Waga porcji [g]: 100	Waga porcji [g]: 1 051	Waga porcji [g]: 470	Waga porcji [g]: 150		
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] 844,3 Białko ogółem [g] 36 Tłuszcz [g] 39,5 Węglowodany ogółem [g] 96,1 Błonnik pokarmowy [g] 17,2 Sól [g] 1,8 WW [Por] 9,5	Wartość energetyczna[kcal] 183,2 Białko ogółem [g] 13,2 Tłuszcz [g] 11,6 Węglowodany ogółem [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] Sól [g] 0,2 WW [Por] 0,7	Wartość energetyczna[kcal] 979,6 Białko ogółem [g] 61,2 Tłuszcz [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 150,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Sól [g] 2,1 WW [Por] 15,1	Wartość energetyczna[kcal] 562,1 Białko ogółem [g] 23,1 Tłuszcz [g] 24,4 Węglowodany ogółem [g] 69,2 Błonnik pokarmowy [g] 12,8 Sól [g] 1,3 WW [Por] 6,9	Wartość energetyczna[kcal] 68,1 Białko ogółem [g] 7,5 Tłuszcz [g] 0,9 Węglowodany ogółem [g] 16,4 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Sól [g] 1 WW [Por] 1,6	Wartość energetyczna[kcal] 2 637,3 Białko ogółem [g] 141 Tłuszcz [g] 93,7 Węglowodany ogółem [g] 339,2 Błonnik pokarmowy [g] 60,2 Sól [g] 6,4 WW [Por] 33,8
Sz.Czem. papkowata cukrzykowa	Składniki	bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	zupa cukiniowa z ziemniakami zmiksowana 350 ml (BIA, SEL) forsmak drobiowy rozdrobniony 300 g (GLU, MIE) bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml jabłko pieczone rozdrobnione 100 g	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g Dżem 25 g	filet kruchy rozdrobniony 30 g (MIE) Bulka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)		
	Waga porcji [g]: 726	Waga porcji [g]: 100	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 415	Waga porcji [g]: 90			
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] 927,9 Białko ogółem [g] 45,9 Tłuszcz [g] 36,7 Węglowodany ogółem [g] 117,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,4 Sól [g] 1,5 WW [Por] 11,8	Wartość energetyczna[kcal] 183,2 Białko ogółem [g] 13,2 Tłuszcz [g] 11,6 Węglowodany ogółem [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] Sól [g] 0,2 WW [Por] 0,7	Wartość energetyczna[kcal] 965,6 Białko ogółem [g] 58,8 Tłuszcz [g] 18,8 Węglowodany ogółem [g] 149,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,2 Sól [g] 1,7 WW [Por] 15	Wartość energetyczna[kcal] 717,9 Białko ogółem [g] 30,4 Tłuszcz [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 86,8 Błonnik pokarmowy [g] 4,3 Sól [g] 1,2 WW [Por] 8,8	Wartość energetyczna[kcal] 88,2 Białko ogółem [g] 8,1 Tłuszcz [g] 1,7 Węglowodany ogółem [g] 18 Błonnik pokarmowy [g] 0,5 Sól [g] 1 WW [Por] 1,8	Wartość energetyczna[kcal] 2 882,8 Białko ogółem [g] 156,4 Tłuszcz [g] 97,4 Węglowodany ogółem [g] 378,6 Błonnik pokarmowy [g] 43,4 Sól [g] 5,6 WW [Por] 38,1	
Sz.Czem. przeciwrana cukrzykowa	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	zupa cukiniowa z ziemniakami zmiksowana wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretkę wiśniową 200 g		
	Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 100	Waga porcji [g]: 800	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 100			

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-03 czwartek	Szczem. pizederana cukrzykowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal]	Wartość energetyczna[kcal]	Wartość energetyczna[kcal]	Wartość energetyczna[kcal]	Wartość energetyczna[kcal]	Wartość energetyczna[kcal]
			[kcal] 660,8	[kcal] 183,2	[kcal] 448	[kcal] 526	[kcal] 39,4	[kcal] 1 857,4
			Białko ogółem [g]	Białko ogółem [g]	Białko ogółem [g]	Białko ogółem [g]	Białko ogółem [g]	Białko ogółem [g]
			31,4	13,2	21,4	19	3,7	88,7
			Tłuszcz [g] 31,6	Tłuszcz [g] 11,6	Tłuszcz [g] 19	Tłuszcz [g] 24,2	Tłuszcz [g] 2,7	Tłuszcz [g] 89,1
			Węglowodany ogółem [g] 63,4	Węglowodany ogółem [g] 6,6	Węglowodany ogółem [g] 53,6	Węglowodany ogółem [g] 67,6	Węglowodany ogółem [g] 0,2	Węglowodany ogółem [g] 191,4
			Błonnik pokarmowy [g] 1	Błonnik pokarmowy [g]	Błonnik pokarmowy [g] 12,2	Błonnik pokarmowy [g] 19,2	Błonnik pokarmowy [g] 0,1	Błonnik pokarmowy [g] 32,5
			Sól [g] 0,9	Sól [g] 0,2	Sól [g] 0,6	Sól [g] 0,7	Sól [g] 0,1	Sól [g] 2,5
			WW [Por] 6,4	WW [Por] 0,7	WW [Por] 5,3	WW [Por] 6,9	WW [Por]	WW [Por] 19,3