

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-05 sobota	Sz.Czem. cukrzykowa	Składniki	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) twarożek z rzodkiewką 110 g (BIA) Ogórek świeży 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa selerowa z pomidorami 350 ml (SEL) Udko kurczaka pieczone 160 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kielbasa biała gotowana 120 g Pomidor 130 g sos jogurtowo-chrzanowy 30 g (BIA)	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	
			Waga porcji [g]: 725	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 590	Waga porcji [g]: 101	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] 734,7 Białko ogółem [g] 34,5 Tłuszcz [g] 31 Węglowodany ogółem [g] 85,3 Błonnik pokarmowy [g] 11,8 Sól [g] 1,6 WW [Por] 8,6	Wartość energetyczna[kcal] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Sól [g] WW [Por] 0,4	Wartość energetyczna[kcal] 827,9 Białko ogółem [g] 46 Tłuszcz [g] 18,5 Węglowodany ogółem [g] 133 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 Sól [g] 1,2 WW [Por] 13,1	Wartość energetyczna[kcal] 716,5 Białko ogółem [g] 29,3 Tłuszcz [g] 38,2 Węglowodany ogółem [g] 69,8 Błonnik pokarmowy [g] 13,4 Sól [g] 1,2 WW [Por] 6,9	Wartość energetyczna[kcal] 208,1 Białko ogółem [g] 14,3 Tłuszcz [g] 10,2 Węglowodany ogółem [g] 16 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Sól [g] 0,7 WW [Por] 1,6	Wartość energetyczna[kcal] 2 506,2 Białko ogółem [g] 125 Tłuszcz [g] 98,1 Węglowodany ogółem [g] 308,2 Błonnik pokarmowy [g] 57,7 Sól [g] 4,7 WW [Por] 30,6
	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 Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) twarożek z koperkiem 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa selerowa z pomidorami 350 ml (SEL) Udko gotowane 160 g ziemniaki puree 180 g Buraczki 120 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kielbasa biała gotowana rozdrobniona 120 g pomidor bs rozdrobniony 130 g sos jogurtowo-chrzanowy 30 g (BIA)	jajko gotowane rozdrobnione 1 szt (JAJ) Bulka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	
			Waga porcji [g]: 801	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 110	Waga porcji [g]: 450	Waga porcji [g]: 41	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] 994,6 Białko ogółem [g] 45,2 Tłuszcz [g] 37,6 Węglowodany ogółem [g] 123,9 Błonnik pokarmowy [g] 9,6 Sól [g] 1,6 WW [Por] 12,5	Wartość energetyczna[kcal] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Sól [g] WW [Por] 0,4	Wartość energetyczna[kcal] 878,2 Białko ogółem [g] 51,4 Tłuszcz [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 121,2 Błonnik pokarmowy [g] 16,6 Sól [g] 1 WW [Por] 12,1	Wartość energetyczna[kcal] 744,9 Białko ogółem [g] 29,5 Tłuszcz [g] 40,5 Węglowodany ogółem [g] 66,9 Błonnik pokarmowy [g] 4,3 Sól [g] 1 WW [Por] 6,7	Wartość energetyczna[kcal] 228,2 Białko ogółem [g] 14,9 Tłuszcz [g] 11 Węglowodany ogółem [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 0,5 Sól [g] 0,7 WW [Por] 1,8	Wartość energetyczna[kcal] 2 864,9 Białko ogółem [g] 141,9 Tłuszcz [g] 113,5 Węglowodany ogółem [g] 333,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 Sól [g] 4,3 WW [Por] 33,5
	Sz.Czem. przełeterana cukrzykowa	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa selerowa z pomidorami wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Serek homogenizowany naturalny 200 g (BIA)	
			Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 50	

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-05 sobota	Sz.Czem. . przedrana cukrzykowa	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] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Sól [g] WW [Por] 0,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 501,7 Białko ogółem [g] 9,5 Tłuszcz [g] 18,5 Węglowodany ogółem [g] 80,3 Błonnik pokarmowy [g] 12,7 Sól [g] 0,4 WW [Por] 8	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] 204 Białko ogółem [g] 16 Tłuszcz [g] 12 Węglowodany ogółem [g] Błonnik pokarmowy [g] Sól [g] 0,1 WW [Por]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 911, 5 Białko ogółem [g] 76,8 Tłuszcz [g] 86,5 Węglowodany ogółem [g] 215,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Sól [g] 2,1 WW [Por] 21,7