

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-11 czwartek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g Pomidor 80 g Rukola 20 g Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Pasta z czerwonej fasoli 70 g		Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Fasolka szparagowa z bułką tartą 100 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy z/c 250 ml Zrazik drobiowy z udźca z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g Surówka Colesław 100 g ( <b>MLE</b> )		Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica soppocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Serek kanapkowy ze szczypiorkiem 50 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g	Sok wielowarzywny 330ml 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 208,4 <b>Białko</b> ogółem [g] 93,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 79,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 29,9 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 283 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 67,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 38,2 <b>Sól</b> [g] 6,5
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Rukola 20 g Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Pasta z szynki drobiowej z dodatkiem warzyw 70 g ( <b>SEL</b> )		Zrazik drobiowy z udźca z kurczaka gotowany 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g Zupa jarzynowa z makaronem 500 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Marchew gotowana opruszana 200 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy z/c 250 ml		Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Sałata zielona 20 g Połędwica soppocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g ( <b>SOJ</b> ) Serek maślany do smarowania 70 g ( <b>MLE</b> ) Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> )	Sok wielowarzywny 330ml 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 083,9 <b>Białko</b> ogółem [g] 85,3 <b>Tłuszcz</b> [g] 62,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 27,3 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 300,7 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 68,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 27,4 <b>Sól</b> [g] 7,1
	Dieta Cukrzycowa	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Rukola 20 g Pomidor 80 g Pasta z czerwonej fasoli 70 g Kakao b/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Jogurt naturalny 1,5% 150 g ( <b>MLE</b> )	Surówka Colesław 100 g ( <b>MLE</b> ) Zrazik drobiowy z udźca z kurczaka gotowany 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Kompot owocowy b/c 250 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Fasolka szparagowa z wody 100 g Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g ( <b>MLE, SEL</b> )	Kisiel truskawkowy b/c 150 g	Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Połędwica soppocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Serek maślany do smarowania 70 g ( <b>MLE</b> )	Sok wielowarzywny 330ml 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 058,1 <b>Białko</b> ogółem [g] 100,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 65 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 29,8 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 264,4 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 55,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 42 <b>Sól</b> [g] 7,5

2024-04-12 piątek	Dieta Podstawowa		Kompot owocowy z/c 250 ml Kotlet z ryby morszczuk smażony 100 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ) Surówka z selera i jabłka 100 g ( <b>MLE</b> ) Warzywa po grecku 100 g ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g Brokułowa z ryżem brązowym 500 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> )		Salata zielona 20 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Papryka świeża 80 g Ser żółty, ser typu Holenderskiego dojrzewający, pełnotłusty 40 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> )	Mandarynka 2 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 344,7 <b>Białko ogółem</b> [g] 97,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 66,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 31,9 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 348,9 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 99,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 35,9 <b>Sól</b> [g] 3,8
	Dieta łagodniejsza		Brokułowa z ryżem 500 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Kompot owocowy z/c 250 ml Pulpet z ryby morszczuk gotowany 100 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ) Warzywa po grecku - dieta 200 g ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Filet Królewski z indyka 40 g ( <b>SOJ</b> ) Salata zielona 20 g	Jabłko 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 225 <b>Białko ogółem</b> [g] 88 <b>Tłuszcz</b> [g] 53 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 24 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 355,6 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 83,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 21,6 <b>Sól</b> [g] 5
	Dieta Cukrzycowa	Kefir 1,5% 150 ml ( <b>MLE</b> )	Kompot owocowy b/c 250 ml Pulpet z ryby morszczuk gotowany 100 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ) Surówka z selera i jabłka 100 g ( <b>MLE</b> ) Warzywa po grecku 100 g ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g Brokułowa z ryżem brązowym 500 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> )	Jabłko 1 szt	Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Ser żółty, ser typu Holenderskiego dojrzewający, pełnotłusty 30 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g	Mandarynka 2 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 181,9 <b>Białko ogółem</b> [g] 90,3 <b>Tłuszcz</b> [g] 66,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 32,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 283,6 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 55,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 41,7 <b>Sól</b> [g] 4,9

2024-04-13 sobota	Dieta Podstawowa	Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Rukola 20 g Pomidor 80 g Pasta z twarogu i siemienia Inianego 70 g ( <b>MLE</b> ) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> )	Kompot owocowy z/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Bigos 250 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g		Pasta z twarogu i koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kabanos wieprzowy, średnio rozdrobniony, wędzony, podsuszony w jadalnej osłonce baraniej. 40 g ( <b>SOJ</b> )	Mus 100 % marchew mango jabłko 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 104 <b>Białko ogółem</b> [g] 102,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 71,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 34,7 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 264,5 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 56,4 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 30 <b>Sól</b> [g] 5,7
	Dieta łatwastrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Rukola 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pasta z twarogu i siemienia Inianego 70 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g	Ziemniaki z koperkiem 250 g Kompot owocowy z/c 250 ml Krupnik jęczmienny - dieta 500 g ( <b>MLE, SEL</b> ) gulasz z łopatki wieprzowej- dieta 200 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Surówka z marchwi i jabłka 200 g ( <b>MLE</b> )		Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pasta z twarogu i koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g ( <b>SOJ</b> )	Mus 100 % marchew mango jabłko 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 080,2 <b>Białko ogółem</b> [g] 102,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 55,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 28,4 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 299,6 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 65,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 29,5 <b>Sól</b> [g] 4,8
	Dieta Cukrzycowa	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu i siemienia Inianego 70 g ( <b>MLE</b> ) Rukola 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 18 g ( <b>GLU, MLE</b> )	Kompot owocowy b/c 250 ml Krupnik jęczmienny - dieta 500 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g Gulasz z łopatki wieprzowej 200 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z marchwi i jabłka 100 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z kapusty kiszonej i marchwi 100 g	Maślanka naturalna 150 ml ( <b>MLE</b> )	Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> )	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 5 g ( <b>MLE</b> ) Filet Królewski z indyka 20 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 10 g

2024-04-14 niedziela	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Kiełbasa żywiecka poduszana, kiełbasa wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>GLU, SOJ</b> ) Hochland ze śmietanką, Ser kremowy topiony w trójkącikach ze śmietanką. 2 szt ( <b>MLE</b> )		Kompot owocowy z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kotlet schabowy smażony 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Buraki ćwikłowe z jabłkiem 100 g Kalafior gotowany 100 g		Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Sałatka papieska 100 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> )	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 276,6 <b>Białko</b> ogółem [g] 83,9 <b>Tłuszcz</b> [g] 89,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 29,3 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 286,1 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 77,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 32,5 <b>Sól</b> [g] 5,4
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Roszponka 20 g Twaróg półtusty w plastrach 70 g ( <b>MLE</b> )		Kompot owocowy z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g Buraki ćwikłowe z jabłkiem 200 g Schab pieczony 80 g Sos szpinakowy - dieta 100 g ( <b>GLU, MLE</b> )		Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ</b> ) Sałatka z pomidora i sałaty zielonej, masłowej 100 g Sałata zielona 20 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 028,9 <b>Białko</b> ogółem [g] 85,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 53 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 23,8 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 307,4 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 81,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 28,4 <b>Sól</b> [g] 5,2
	Dieta Cukrzycowa	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Kakao b/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Twaróg półtusty w plastrach 70 g ( <b>MLE</b> )	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Kompot owocowy b/c 250 ml Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraki ćwikłowe z jabłkiem 100 g Schab pieczony 80 g Sos szpinakowy 100 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Kalafior gotowany 100 g Pomidorowa z ryżem brązowym 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> )	Jabłko 1 szt	Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Sałatka papieska 100 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 103,8 <b>Białko</b> ogółem [g] 93,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 64 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 26,7 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 291,4 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 70,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 39,7 <b>Sól</b> [g] 5,4

2024-04-15 poniedziałek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Szynka z liściem, szynka wpięprzowa, wędzona parzona z dodaną wodą 30 g ( <b>GLU, SOJ</b> ) zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g	Grochowa z ziemniakami 500 ml ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy z/c 250 ml Naleśniki z serem i jabłkiem 500 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> )		Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Pasta z soczewicy 70 g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Papryka konserwowa 80 g Sałata zielona 20 g Ser wędzony 30 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> )	Sok z warzyw i owoców, przecierowy, pasteryzowany 200 ml 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 655,4 <b>Białko</b> ogółem [g] 97,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 72,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 30,6 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 390,7 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 109,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 34,1 <b>Sól</b> [g] 3,8
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g	Kompot owocowy z/c 250 ml Ziemniaczana 500 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Makaron zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 g ( <b>GLU, MLE</b> )		Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Pasta z marchwi 70 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g ( <b>SOJ</b> )	Sok z warzyw i owoców, przecierowy, pasteryzowany 200 ml 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 330,1 <b>Białko</b> ogółem [g] 69,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 52,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 25,2 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 406,9 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 118,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 32,2 <b>Sól</b> [g] 3,9
	Dieta Cukrzycowa	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z liściem, szynka wpięprzowa, wędzona parzona z dodaną wodą 30 g ( <b>GLU, SOJ</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g ( <b>MLE</b> )	Kompot owocowy b/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 500 ml ( <b>GLU</b> ) Naleśniki pełnoziarniste z serem i jabłkiem 500 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> )	Wafle ryżowe naturalne 15,8 g	Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Pasta z soczewicy 70 g ( <b>SEL</b> ) Ser wędzony 30 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Papryka konserwowa 80 g Sałata zielona 20 g	Sok z warzyw i owoców, przecierowy, pasteryzowany 200 ml 1 szt

2024-04-16 wtorek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Szynkowa dębowa, KIEŁBASA WIEPRZOWA, GRUBO ROZDROBNIONA 40 g Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g ( <b>GLU</b> )		Kompot owocowy z/c 250 ml Pieczone ziemniaki 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z top wp 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Brokuł gotowany 200 g		Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Pasta z jajek z pietruszką - dieta 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Salceson z indykiem 30 g ( <b>SOJ</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> )	Rogal drożdżowy z marmoladą 1 szt ( <b>GLU, JAJ</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 282 <b>Białko ogółem</b> [g] 94,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 72,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 31,5 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 298,9 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 68,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 29,1 <b>Sól</b> [g] 4,4
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g ( <b>MLE</b> ) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g		Kompot owocowy z/c 250 ml Koperkowa z zacierką - dieta 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ) Makaron z sosem warzywno-mięsny 300 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Marchewka gotowana 2 200 g		Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Pasta z jajek z pietruszką - dieta 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g	Rogal drożdżowy z marmoladą 1 szt ( <b>GLU, JAJ</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 440,8 <b>Białko ogółem</b> [g] 96,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 69,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 28 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 352,8 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 73,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 23,2 <b>Sól</b> [g] 3,5
	Dieta Cukrzycowa	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Szynkowa dębowa, KIEŁBASA WIEPRZOWA, GRUBO ROZDROBNIONA 40 g Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g ( <b>GLU</b> )	Chrupki kukurydziane 30 g	Kompot owocowy b/c 250 ml Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z top wp 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Pieczone ziemniaki 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Brokuł gotowany 200 g	Maślanka naturalna 150 ml ( <b>MLE</b> )	Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pasta z jajek z pietruszką - dieta 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Salceson z indykiem 30 g ( <b>SOJ</b> )	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 062,1 <b>Białko ogółem</b> [g] 99,9 <b>Tłuszcz</b> [g] 70,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 30,5 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 255,1 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 48,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 37,5 <b>Sól</b> [g] 6,3

2024-04-17 środa	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z udźca z kurczaka 70 g ( <b>SEL</b> ) Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g Salami z pieprzem mielonymz Kiełbasa wieprzowo-wołowa, drobno rozdrobniona, surowo-wędzona, dojrzewająca, podsuszana 30 g ( <b>SOJ, SEL, GOR</b> )		Kompot owocowy z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Filet pieczony z indyka 90 g Mieszanka królewska 100 g Sos pomidorowy 100 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki 100 g ( <b>MLE</b> )		Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Indyk z pasieki, produkt blokowydrobiowy, grubo rozdrobniony 30 g Jajecznicza ze szczypiorkiem 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g	Mandarynka 2 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 061,5 <b>Białko ogółem</b> [g] 96,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 70,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 29,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 265,3 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 69,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 29,8 <b>Sól</b> [g] 4,4
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Pasta z udźca z kurczaka 70 g ( <b>SEL</b> ) Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 20 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g ( <b>SOJ</b> )		Kompot owocowy z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem 500 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Filet pieczony z indyka 90 g Mieszanka królewska 200 g Ziemniaki z koperkiem 250 g Sos pomidorowy 100 g ( <b>GLU, MLE</b> )		Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jajecznicza na parze 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Indyk z pasieki, produkt blokowydrobiowy, grubo rozdrobniony 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g	Mandarynka 2 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 004 <b>Białko ogółem</b> [g] 93,9 <b>Tłuszcz</b> [g] 54,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 25,1 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 290,6 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 67,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 21,5 <b>Sól</b> [g] 4,6
	Dieta Cukrzycowa	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kakao b/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Rzodkiewka 80 g Pasta z udźca z kurczaka 70 g ( <b>SEL</b> ) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 18 g ( <b>GLU, MLE</b> )	Kompot owocowy b/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Filet pieczony z indyka 90 g Ziemniaki z koperkiem 250 g Sos pomidorowy 100 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki 100 g ( <b>MLE</b> ) Mieszanka królewska 100 g	Jogurt naturalny 1,5% 150 g ( <b>MLE</b> )	Masło 83% 15 g ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Jajecznicza ze szczypiorkiem 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Indyk z pasieki, produkt blokowydrobiowy, grubo rozdrobniony 30 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mandarynka 2 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 006,5 <b>Białko ogółem</b> [g] 101,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 64,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 27,7 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 258,8 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 54,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 33,7 <b>Sól</b> [g] 4,7

## **Oznaczenia alergenów:**

- GLU* - Zboża zawierające gluten,
- SKR* - Skorupiaki i pochodne,
- JAJ* - Jaja i pochodne,
- RYB* - Ryby i pochodne,
- OZI* - Orzechy ziemne i pochodne,
- SOJ* - Soja i pochodne,
- MLE* - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
- ORZ* - Orzechy,
- SEL* - Seler i pochodne,
- GOR* - Gorczyca i produkty pochodne,
- SEZ* - Nasiona sezamu i pochodne,
- S02* - Dwutlenek siarki / siarczyny,
- ŁUB* - Łubin i produkty pochodne,
- MCK* - Mięczaki i pochodne,