

1	2	3	4	5	6	7	
	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-08-15 czwartek	Dieta Podstawowa		Kompot z owoców z/c 250 ml Zrazik wieprzowy z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe gotowane 100 g Surówka z kapusty włoskiej 100 g (MLE) Sos pieczeniowy 100 g (GLU) Koperkowa z zacierką 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Leczo 400 g (SEL, GOR)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 203,6 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 294,3 suma cukrów prostych [g] 70,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Sól [g] 5,5
	Dieta tatwostrawna		Kompot z owoców z/c 250 ml Zrazik drobiowy z udźca z kurczaka gotowany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe gotowane 200 g Koperkowa z zacierką - dieta 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Sos własny 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka makaronowa z warzywami - dieta 100 g (GLU, SOJ) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2088,1 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 50,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 327 suma cukrów prostych [g] 64,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,1 Sól [g] 7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kisiel truskawkowy b/c 150 g		Kompot z owoców b/c 250 ml Zrazik wieprzowy z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe gotowane 100 g Koperkowa z zacierką 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Surówka z kapusty włoskiej 100 g (MLE) Sos pieczeniowy 100 g (GLU)	Maślanka naturalna 150 ml (MLE)	Chleb graham 100 g (GLU) Leczo 400 g (SEL, GOR) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)

2024-08-16 piątek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Miód 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Pomidor 90 g Zupa mleczna z płatkami pszennymi 300 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Miruna smażona 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku 200 g (GLU, SEL, GOR) Grycikowa 500 g (SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pasta jajeczna 70 g (JAJ, MLE) Pomidor 90 g Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE)	Mandarynka 1 szt. 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 259,9 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 64,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 335,3 suma cukrów prostych [g] 83 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 Sól [g] 3,3
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Zupa mleczna z płatkami pszennymi 300 g (GLU, MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Miód 1 szt Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Miruna pieczona z warzywami 100 g (RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 200 g (GLU, SEL) Grycikowa 500 g (SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE)	Mandarynka 1 szt. 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 121,3 Białko ogółem [g] 86,7 Tłuszcz [g] 53,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 333,6 suma cukrów prostych [g] 81,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Sól [g] 3,9
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Ser wędzony 30 g (JAJ, MLE)	Kefir 1,5% 150 ml (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Miruna pieczona z warzywami 100 g (RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku 200 g (GLU, SEL, GOR) Grycikowa 500 g (SEL)	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pasta jajeczna 70 g (JAJ, MLE) Pomidor 90 g Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE)	Mandarynka 1 szt. 1 szt

2024-08-17 sobota	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Parówki z drobiem 70 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Papryka świeża 80 g Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g Ser kremowy topiony w trójkącikach ze śmietanką 1 szt (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Piecarkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Makaron z sosem bolognese, z łop wp. gotowaną 300 g (GLU, MLE) Mieszanka królewska gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Polędwica sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 40 g (GLU) Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU)	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 535 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 99,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3 Węglowodany ogółem [g] 315,9 suma cukrów prostych [g] 73,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Sól [g] 5,7
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z udźca z kurczaka 70 g (SEL) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Makaron w sosie warzywno-mięsny (gotowanym) 300 g (GLU, SEL) Mieszanka królewska gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL) Szynka, lisówka sucha drobiowa 40 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 339,9 Białko ogółem [g] 82,8 Tłuszcz [g] 73,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Węglowodany ogółem [g] 335,8 suma cukrów prostych [g] 63,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,3 Sól [g] 4,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Papryka świeża 80 g Pasta z udźca z kurczaka 70 g (SEL) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ)	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g (GLU, JAJ)	Kompot z owoców b/c 250 ml Piecarkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp. gotowaną 300 g (GLU, MLE) Mieszanka królewska gotowana 200 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Polędwica sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 40 g (GLU) Pomidor 90 g Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU)	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 169,7 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 69,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 284,7 suma cukrów prostych [g] 53,5 Błonnik pokarmowy [g] 32 Sól [g] 5,8

2024-08-18 niedziela	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Ser wędzony 30 g (JAJ, MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 30 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Pomidor 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem 500 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Kurczak ćwiartka pieczony 100 g Fasolka szparagowa gotowana z bułką tarta 100 g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka jarzynowa 100 g (MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g	Nektarynka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 009,6 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 62,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 272,7 suma cukrów prostych [g] 50,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 Sól [g] 4,9
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Serek wiejski ziarnisty 70 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ) Kakao z/c 250 ml (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem - dieta 500 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Kurczak ćwiartka gotowany 100 g Warzywa gotowane 200 g (SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka jarzynka - dieta 100 g (MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Sałata zielona 10 g Twarożek z pietruszką 20 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 129 Białko ogółem [g] 95,1 Tłuszcz [g] 49,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 334,6 suma cukrów prostych [g] 48,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 Sól [g] 6,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Serek wiejski ziarnisty 70 g Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 30 g Kakao b/c 250 ml (MLE) Pomidor 90 g	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 500 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Kurczak ćwiartka pieczony 100 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g (MLE) Fasolka szparagowa gotowana z wody 100 g	Kisiel morelowy b/c 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka jarzynowa 100 g (MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g	Nektarynka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 029,7 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 58,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 280,3 suma cukrów prostych [g] 48,8 Błonnik pokarmowy [g] 40 Sól [g] 5,9

2024-08-19 poniedziałek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 30 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL) Pierogi ruskie 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 100 g (MLE)		Ser topiony plastry 2 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 151 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 50,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 336,7 suma cukrów prostych [g] 62,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 Sól [g] 4,2
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Pasta twarogowa ze szpinakiem-dieta 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pierogi z twarogiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Ziemniaczana 500 ml (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 100 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Pasta z marchwi 70 g Sałata zielona 10 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 152,4 Białko ogółem [g] 87,3 Tłuszcz [g] 50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 347,9 suma cukrów prostych [g] 78,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Sól [g] 4,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 30 g (SOJ)	Kefir 1,5% 150 ml (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Pierogi żytnie 300 g (GLU, JAJ, MLE) Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL) Surówka z marchwi i jabłka 100 g (MLE)	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g (GLU, JAJ)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 229,7 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 50,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 356,1 suma cukrów prostych [g] 55,1 Błonnik pokarmowy [g] 45,5 Sól [g] 5,3

2024-08-20 wtorek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Pomidor 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem 500 g (MLE, SEL) Bitka wołowa pieczona w sosie własnym 200 g (GLU) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Surówka Colesław 100 g (MLE) Sos pieczeniowy 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Sałatka ryżowa z wędliną 100 g (SOJ, MLE)	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 447,3 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 81,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Węglowodany ogółem [g] 332,1 suma cukrów prostych [g] 65,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Sól [g] 5,8
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Szynka, lisówka sucha drobiowa 30 g Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Kakao z/c 250 ml (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ryżowa 500 ml (GLU, MLE) Pieczen wołowa gotowana 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos własny 100 g (GLU) Marchewka gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Sałatka ryżowa z wędliną-dieta 100 g (SOJ, MLE, SEL)	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 474,1 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 69,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Węglowodany ogółem [g] 365,3 suma cukrów prostych [g] 62,6 Błonnik pokarmowy [g] 26 Sól [g] 5,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Kakao b/c 250 ml (MLE) Pomidor 90 g	Wafle suche bez dodatku cukru podpiomyki 20 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brazowym 500 g (MLE, SEL) Pieczen wołowa gotowana 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Surówka Colesław 100 g (MLE) Sos własny 100 g (GLU)	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Sałatka z ryżem brązowym i wędliną 100 g (SOJ, MLE)	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 192,3 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 65,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 Węglowodany ogółem [g] 300,4 suma cukrów prostych [g] 47,1 Błonnik pokarmowy [g] 37 Sól [g] 6,9

2024-08-21 środa	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Sałata zielona 20 g Pasta z twarożku 70 g (MLE) Ogórek zielony 80 g	Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL) Bigos (gotowany) 200 g (GLU, GOR) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szyunka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Pasta z makreli z cebulką 70 g (RYB, MLE, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Ciasto drożdżowe 80 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 101 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 61,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 Węglowodany ogółem [g] 296,6 suma cukrów prostych [g] 50,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Sól [g] 5,7
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarożku 70 g (MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny - dieta 500 g (MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g (GLU) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szyunka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Pasta z morskczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Ciasto drożdżowe 80 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 094,2 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 55,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 309,5 suma cukrów prostych [g] 46,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,7 Sól [g] 4,9
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Pasta z twarożku 70 g (MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30g (GLU, JAJ)	Kompot z owoców b/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany 200 g (GLU, SEL) Mieszanka królewska gotowana 200 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE)	Kisiel truskawkowy b/c 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szyunka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Pasta z morskczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL)	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Szyunka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 20 g (GLU, SOJ, SEL) Margaryna 60% 5g (MLE)

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,
- MLEK b/Lak* - Mleko i pochodne bez laktozy,