

JADŁOSPIS 6.06.2024 r.

1		2		3		4		5		6		7			
		Śniadanie		2. śniadanie		Obiad		Podwieczorek		Kolacja		Posiłek nocny		SUMA	
2024-06-06 czwartek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE)				Kompot z owoców z/c 250 ml Schab pieczony 80 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Zupa solferino 500 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi 100 g Brukselka gotowana z bułką tartą 100 g (GLU) 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) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta jajeczna 70 g (JAJ, MLE)		Sok owocowo-warzywny 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2022,4 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 56,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 289,1 suma cukrów prostych [g] 59,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 Sól [g] 4,3	
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE)				Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 500 g (GLU, MLE, SEL) Schab pieczony 80 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Marchewka gotowana-dieta 200 g Sos koperkowy-dieta 100 g (GLU, MLE)				Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta jajeczna 70 g (JAJ, MLE) Sałata zielona 10 g		Chleb bułkowy 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 20 g (SOJ) Margaryna 60% 5 g (MLE)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2066,7 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 52,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 312,4 suma cukrów prostych [g] 46 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Sól [g] 5,3	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Pasta z twarogu 70 g (MLE)		Wafle suche bez dodatku cukru podpatomyki 18 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa solferino 500 g (GLU, MLE, SEL) Schab pieczony 80 g Sos pieczeniowy 100 g (GLU) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi 100 g Brukselka gotowana z bułką tartą 100 g (GLU)		Kisiel truskawkowy b/c 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta jajeczna 70 g (JAJ, MLE)		Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 20 g (SOJ) Margaryna 60% 5 g (MLE)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2130,6 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 61,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 290,2 suma cukrów prostych [g] 37,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,4 Sól [g] 5,7	

2024-06-07 piątek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300 g (GLU, MLE) Miód 1 szt Ser gouda, dojrzewający 30 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem 500 ml (GLU, MLE, SEL) Morszczuk smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku 200 g (GLU, SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka ryżowa z wędliną 150 g (SOJ, MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 40 g	Rogal maślany 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 562,1 Białko ogółem [g] 92,5 Tłuszcz [g] 67,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 Węglowodany ogółem [g] 401 suma cukrów prostych [g] 80,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Sól [g] 6,2
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300 g (GLU, MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Miód 1 szt		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem 500 ml (GLU, MLE, SEL) Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warywa po grecku-dieta 200 g (GLU, SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka ryżowa z wędliną- dieta 150 g (SOJ, MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 40 g	Rogal maślany 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 344,2 Białko ogółem [g] 86,6 Tłuszcz [g] 46,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8 Węglowodany ogółem [g] 402 suma cukrów prostych [g] 77,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Sól [g] 6,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Ser gouda, dojrzewający 30 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g (SOJ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g	Wafle ryżowe naturalne 15,8 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku 200 g (GLU, SEL) Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (MLE, SEL)	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) Sałatka z ryżem brązowym i wędliną 150 g (SOJ, MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 40 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Twarożek z czosnkiem 20 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 035,5 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 294,5 suma cukrów prostych [g] 41,6 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 Sól [g] 6,1

JADŁOSPIS 8.06.2024 r..

2024-06-08 sobota	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Parówki z drobiem 60 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g Ser kremowy topiony w trójkącikach ze śmietanką. 1 szt (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszonej 500 g (GLU, SEL) Potrawka z kurczaka gotowanego z warzywami 250 g (GLU, MLE) Ryż brązowy, gotowany 250 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 Twarożek z ziołami 70 g (MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Pomidor 90 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 230,7 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 76,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Węglowodany ogółem [g] 298,4 suma cukrów prostych [g] 57,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,1 Sól [g] 5,5
	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) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 500 ml (GLU, MLE) Potrawka z kurczaka gotowanego z warzywami- dieta 250 g (GLU, MLE) Ryż gotowany 250 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Twarożek z ziołami 70 g (MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Sałata zielona 10 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 135,9 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 45,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 340,2 suma cukrów prostych [g] 58,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Sól [g] 4,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pomidor 90 g Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 g (MLE)	Kisiel truskawkowy b/c 150 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszonej 500 g (GLU, SEL) Potrawka z kurczaka gotowanego z warzywami 250 g (GLU, MLE) Ryż brązowy, gotowany 250 g	Kefir 1,5% 150 ml (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z ziołami 70 g (MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 136,8 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 62,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 289,1 suma cukrów prostych [g] 50,4 Błonnik pokarmowy [g] 39,6 Sól [g] 5,4

2024-06-09 niedziela	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 30 g (GLU, SOJ, SEL) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Serek wiejski ziarnisty 70 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Udziec z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Pomidorowa z ryżem brązowym 500 ml (MLE, SEL) Mizeria 100 g (MLE) Kalafior gotowany 100 g		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) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 851,5 Białko ogółem [g] 77,8 Tłuszcz [g] 51,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 276,2 suma cukrów prostych [g] 61 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Sól [g] 4,9
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadłnej 30 g (SOJ) Kakao z/c 250 ml (MLE) Serek wiejski ziarnisty 70 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem - dieta 500 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Udziec z kurczaka gotowany 100 g Surówka z sałaty masłowej i jogurtu 200 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka jarzynka - dieta 100 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 808,3 Białko ogółem [g] 76,5 Tłuszcz [g] 40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 295,3 suma cukrów prostych [g] 58,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Sól [g] 5,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadłnej 30 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Kakao b/c 250 ml (MLE) Serek wiejski ziarnisty 70 g	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 18 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 500 ml (MLE, SEL) Udziec z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Mizeria 100 g (MLE) Kalafior gotowany 100 g	Maślanka naturalna 150 ml (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka jarzynowa 100 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 950,8 Białko ogółem [g] 87,3 Tłuszcz [g] 53,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 286,5 suma cukrów prostych [g] 63,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Sól [g] 5,8

2024-06-10 poniedziałek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Paszтет z ciecierzycy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Połędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Pierogi ruskie 300 g (GLU, JAJ, MLE) Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Surówka z marchwi i chrzanu ze śmietaną 200 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) Indyk w galarecie 40 g Ser wędzony 30 g (JAJ, MLE) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 425,9 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 55,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 384,6 suma cukrów prostych [g] 67,2 Błonnik pokarmowy [g] 52,3 Sól [g] 7
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Paszтет z cukinii 70 g (GLU, JAJ) Sałata zielona 10 g Połędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Pierogi z twarogiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Brokułowa z ziemniakami 500 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka z marchwi i jabłka 200 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 282,8 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 57,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 348,1 suma cukrów prostych [g] 76,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Sól [g] 6,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Paszтет z ciecierzycy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Połędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ)	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 18 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Pierogi żytnie 300 g (GLU, JAJ, MLE) Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Surówka z marchwi i chrzanu ze śmietaną 200 g (MLE)	Jabłko 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Ser wędzony 30 g (JAJ, MLE) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt

2024-06-11 wtorek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 30 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Zrazik drobiowy z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna na sypko 250 g Brokuł gotowany 100 g Surówka z kapusty czerwonej 100 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka - makaronowa 150 g (SOJ) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)	Ciasto drożdżowe 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 443,7 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 77,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Węglowodany ogółem [g] 343,8 suma cukrów prostych [g] 56,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Sól [g] 4,1
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Pasta twarogowa ze szpinakiem-dieta 70 g (MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 30 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Zrazik drobiowy z udźca z kurczaka gotowany 100 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna na sypko 250 g Cukinia gotowana na parze 200 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Sałatka-makaronowa - dieta 150 g (GLU, SOJ) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)	Ciasto drożdżowe 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 425,1 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Węglowodany ogółem [g] 371,4 suma cukrów prostych [g] 55,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Sól [g] 5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 30 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kakao b/c 250 ml (MLE)	Jabłko 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Zrazik drobiowy z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Kasza gryczana 250 g Brokuł gotowany 100 g Surówka z kapusty czerwonej 100 g	Kefir 1,5% 150 ml (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka - makaronowa 150 g (SOJ) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu i siemienia lnianego 20 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 450,1 Białko ogółem [g] 112,6 Tłuszcz [g] 77 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 330,5 suma cukrów prostych [g] 60,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,1 Sól [g] 5,3

2024-06-12 środa	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (GLU, SOJ, MLE) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Sałata zielona 20 g	Kompot z owoców z/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL) Łazanki z kapustą i mięsem 300 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) Pasta z makreli z cebulką 70 g (RYB, MLE, GOR) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 40 g Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g	Sok wielowarzywny 300ml. 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 119,3 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 56,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Węglowodany ogółem [g] 304,8 suma cukrów prostych [g] 56,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 Sól [g] 6
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Sałata zielona 10 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (GLU, SOJ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Grycikowa 500 g (SEL) Makaron łazanka w sosie mięsno-warzywnym-dieta 300 g (GLU, SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Sałata zielona 10 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 40 g	Sok wielowarzywny 300ml. 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 922,4 Białko ogółem [g] 80,8 Tłuszcz [g] 51,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 Węglowodany ogółem [g] 283,9 suma cukrów prostych [g] 46,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 Sól [g] 5,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (GLU, SOJ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Wafle ryżowe naturalne 15,8 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL) Makaron pełnoziarnisty w sosie warzywno-mięsnym (gotowanym) 300 g (GLU, SEL)	Kisiel truskawkowy b/c 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z makreli z cebulką 70 g (RYB, MLE, GOR) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 40 g Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g	Sok wielowarzywny 300ml. 1 szt

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,