

1		2		3		4		5		6		7			
		Śniadanie		2. śniadanie		Obiad		Podwieczorek		Kolacja		Posiłek nocny		SUMA	
2024-08-22 czwartek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor 100 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Ser topiony kremowy 30 g (MLE)				Kompot z owoców z/c 250 ml Kotlet pożarski z kurczaka 100 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Koperkowa z zacierką 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Marchewka z groszkiem 100 g (GLU, MLE) Surówka z selera i jabłka 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) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g		Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 102,8 Białko ogółem [g] 80,9 Tłuszcz [g] 67,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 Węglowodany ogółem [g] 297,5 suma cukrów prostych [g] 55 Błonnik pokarmowy [g] 39,5 Sól [g] 5	
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 100 g Szynka, lisówka sucha drobiowa 30 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE)				Kompot z owoców z/c 250 ml Pulpet drobiowy gotowany 90 g (JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Koperkowa z zacierką 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Marchewka gotowana-dieta 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) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g		Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 890,5 Białko ogółem [g] 79,2 Tłuszcz [g] 54,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Węglowodany ogółem [g] 273,9 suma cukrów prostych [g] 51,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Sól [g] 4,4	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor 100 g Kakao b/c 250 ml (MLE) Ser gouda, dojrzewający 30 g (MLE)		Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców b/c 250 ml Pulpet drobiowy gotowany 90 g (JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Koperkowa z zacierką 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka 100 g (MLE) Fasolka szparagowa gotowana z wody 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) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g		Mandarynka 1 szt 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 038,8 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 61,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 Węglowodany ogółem [g] 283,5 suma cukrów prostych [g] 56 Błonnik pokarmowy [g] 43,3 Sól [g] 5,8	

2024-08-23 piątek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300 g (GLU, MLE) Dżem brzoskwinowy o obniżonej zawartości cukru 30 g Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Pomidor 90 g	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) Kalafiorowa z makaronem 500 ml (GLU, MLE, 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 Jajecznicza 100 g (JAJ, MLE) Szynekowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 90 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 163,1 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 58,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 322,7 suma cukrów prostych [g] 76,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Sól [g] 4,5	
	Dieta tatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300 g (GLU, MLE) Dżem brzoskwinowy o obniżonej zawartości cukru 30 g Serek wiejski ziarnisty 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) Kalafiorowa z makaronem- dieta 500 ml (GLU, MLE, 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 Jajecznicza na parze 100 g (JAJ, MLE) Szynekowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,1 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 50,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 316,8 suma cukrów prostych [g] 74,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 Sól [g] 5,2	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Ser wędzony 30 g (JAJ, MLE) Pomidor 90 g	Kisiel morelowy b/c 150 g	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) Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, MLE, SEL)	Wafle suche bez dodatku cukru podpiłyki 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 Jajecznicza 100 g (JAJ, MLE) Szynekowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 90 g	Jabłko 1 szt

2024-08-24, sobota	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Parówki z drobiem 70 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 90 g Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g Ser kremowy topiony w trójkącikach ze śmietanką 1 szt (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Gołąbki siekane, pieczone 300 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Brokuł gotowany 200 g Żurek z kielbasą i ziemniakami 500 g (GLU, MLE, GOR)		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 20 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Ogórek zielony 80 g Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU)	Ciasto biszkoptowe z jabłkiem 80 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 345,4 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 86 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 301,8 suma cukrów prostych [g] 63,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Sól [g] 6,1
	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 udźca z kurczaka 70 g (SEL)		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 500 ml (GLU, MLE) Risotto z kurczakiem i warzywami gotowanymi 300 g Brokuł gotowany 100 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 Szynka, lisówka sucha drobiowa 40 g Twarożek z pietruszką 70 g (MLE)	Ciasto biszkoptowe z jabłkiem 80 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 150,1 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 44,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 348 suma cukrów prostych [g] 51,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Sól [g] 4,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Papryka świeża 80 g Pasta z udźca z kurczaka 70 g (SEL)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Brokuł gotowany 200 g Gołąbki siekane, pieczone 300 g (JAJ) Żurek z kielbasą i ziemniakami 500 g (GLU, MLE, GOR) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE)	Kefir 1,5% 150 ml (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Ogórek zielony 80 g Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU)	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu i koperkiem 20 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 233,1 Białko ogółem [g] 108,3 Tłuszcz [g] 70,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Węglowodany ogółem [g] 291,5 suma cukrów prostych [g] 57,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 Sól [g] 6,1

2024-08-25 niedziela	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) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 30 g Ser gouda, dojrzewający 30 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z sałaty masłowej i śmietany 100 g (MLE) Kurczak ćwiartka pieczony 100 g Mieszanka królewska gotowana 100 g		Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 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 papieska 100 g (JAJ, SEL)	Nektarynka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 938 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 64,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Węglowodany ogółem [g] 251,8 suma cukrów prostych [g] 51,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 Sól [g] 3,8
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Kurczak ćwiartka 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 wiosenna- dieta 150 g Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g	Chleb bułkowy 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, gruborozdrobniony, parzony 20 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 965,1 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 57 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 272,4 suma cukrów prostych [g] 37,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 Sól [g] 4,9
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 30 g Kakao b/c 250 ml (MLE)	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g (GLU, JAJ)	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Kurczak ćwiartka pieczony 100 g Surówka z sałaty masłowej i jogurtu 100 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 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 papieska 100 g (JAJ, SEL) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g	Nektarynka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 996 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 64 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 259,1 suma cukrów prostych [g] 49,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 Sól [g] 4,4

2024-08-26 poniedziałek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Polędwica sopocka drobiowa, wędlna drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pomidor 90 g Pasta z twarogu 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 500 g (MLE, SEL) Naleśniki z serem, posypane cukrem pudrem (opiekane) 300 g (GLU, JAJ, MLE)		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 Kielbasa podhalańska pieczona z cebulą 100 g (GOR) Ser kremowy topiony w trójkąciach ze śmietanką 1 szt (MLE)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 2 409 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 90,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,3 Węglowodany ogółem [g] 289 suma cukrów prostych [g] 83,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,3 Sól [g] 6,5
	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 Pasta z twarogu 70 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 500 g (MLE, SEL) Ryż gotowany z jabłkiem 300 g (GLU, JAJ, MLE)		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 Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Paszтет z cukinii (pieczony) 70 g (GLU, JAJ)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 1 966,9 Białko ogółem [g] 68,1 Tłuszcz [g] 45,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Węglowodany ogółem [g] 324,9 suma cukrów prostych [g] 80,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Sól [g] 5,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Polędwica sopocka drobiowa, wędlna drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pomidor 90 g	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 500 g (MLE, SEL) Naleśniki pełnoziarniste z serem i jabłkiem, opiekane 300 g (GLU, JAJ, MLE)	Jogurt naturalny 1,5% 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 Paszтет z soczewicy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Pomidor 90 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 2 296,6 Białko ogółem [g] 107,1 Tłuszcz [g] 60,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 332,5 suma cukrów prostych [g] 87,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,9 Sól [g] 5,7

2024-08-27 wtorek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Paprykarz z ryby morszczuk 70 g (RYB) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 30 g Pomidor 90 g Kakao z/c 250 ml (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Piecarkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi 100 g Surówka z marchwi 100 g (MLE) Sos szpinakowy 100 g (GLU, 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 makaronowa z warzywami 100 g (GLU) Szynka z liściem, szynka wpieprzowa, wędzona parzona z dodaną wodą 40 g (GLU, SOJ)	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 348,3 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 59,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 367,5 suma cukrów prostych [g] 60,6 Błonnik pokarmowy [g] 39,6 Sól [g] 5,5
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Paprykarz z ryby morszczuk - dieta 70 g (RYB) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 30 g Kakao z/c 250 ml (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 500 ml (GLU, MLE) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z marchwi 200 g (MLE) Sos szpinakowy - dieta 100 g (GLU, MLE)		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 oslonce niejadalnej 40 g (SOJ) Sałatka makaronowa z warzywami - dieta 100 g (GLU)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 370,8 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 50,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 Węglowodany ogółem [g] 402,6 suma cukrów prostych [g] 64,2 Błonnik pokarmowy [g] 38 Sól [g] 5,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Paprykarz z ryby morszczuk 70 g (RYB) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 30 g Pomidor 90 g Kakao b/c 250 ml (MLE)	Wafle suche bez dodatku cukru podptomyki 20 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Piecarkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi 100 g Surówka z marchwi 100 g (MLE) Sos szpinakowy 100 g (GLU, MLE)	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 z makaronem pełnoziarnistym i warzywami 100 g (GLU) Szynka z liściem, szynka wpieprzowa, wędzona parzona z dodaną wodą 40 g (GLU, SOJ)	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 398,2 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 62,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 362,4 suma cukrów prostych [g] 54,9 Błonnik pokarmowy [g] 43,5 Sól [g] 6,3

2024-08-28 środa	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Ser wędzony 30 g (JAJ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Ogórek zielony 80 g Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL) Gulasz z żółdków z kurczaka 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Buraki ćwikłowe gotowane z jabłkiem 100 g Surówka z białej rzodkwi 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) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Awanturka 70 g (MLE)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 964 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 54,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Węglowodany ogółem [g] 276 suma cukrów prostych [g] 61,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Sól [g] 5,7
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 30 g		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) Buraki ćwikłowe gotowane z jabłkiem 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 Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Awanturka-dieta 70 g (MLE)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 920,5 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 44,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Węglowodany ogółem [g] 299,9 suma cukrów prostych [g] 68,3 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 20 g Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ogórek zielony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Ser wędzony 30 g (JAJ, MLE)	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Buraki ćwikłowe gotowane z jabłkiem 100 g Surówka z białej rzodkwi 100 g (MLE)	Kisiel morelowy b/c 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Awanturka 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 959,2 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 56,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 Węglowodany ogółem [g] 272,5 suma cukrów prostych [g] 61 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 Sól [g] 6,2

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,