

JADŁOSPIS 07.11.2024r.

1	2	3	4	5	6	7	
	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-11-07 czwartek	Dieta Podstawowa		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Zupa brokułowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU, MLE, SEL) Marchewka z groszkiem 100 g (GLU, MLE) Kurczak ćwiartka pieczony 100 g Surówka z kalarepy, marchwi 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) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Indyk w galarecie 40 g Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 958,6 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 58,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 267,7 suma cukrów prostych [g] 63 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Sól [g] 5,3
	Dieta łatwostrawna		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Zupa brokułowa z makaronem 500 g (GLU, MLE, SEL) Marchewka gotowana-dieta 200 g Kurczak ćwiartka gotowany 100 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek maślany do smarowania 70 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 018,9 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 56,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Węglowodany ogółem [g] 291,4 suma cukrów prostych [g] 65,1 Błonnik pokarmowy [g] 26 Sól [g] 5,8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jabłko* 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Kurczak ćwiartka gotowany 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Zupa brokułowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z kalarepy, marchwi 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) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 094,3 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 293,9 suma cukrów prostych [g] 85,3 Błonnik pokarmowy [g] 41,7 Sól [g] 7,2

2024-11-08 piątek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Herbata owocowa z/c 250 g Zupa mleczna z zacierką 300 g (GLU, JAJ, MLE) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Pomidor 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Morszczuk smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku 200 g (GLU, SEL, GOR) Krupnik jęczmienny 500 g (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 Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Pomidor 90 g Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE)	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 554,3 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 71,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 369,5 suma cukrów prostych [g] 93,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Sól [g] 4
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jabłko pieczone 1 szt Herbata owocowa z/c 250 g Zupa mleczna z zacierką 300 g (GLU, JAJ, MLE) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 200 g (GLU, SEL) Krupnik jęczmienny 500 g (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 Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Twarożek z pietruszką 70 g (MLE)	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 537,5 Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 63,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Węglowodany ogółem [g] 388,2 suma cukrów prostych [g] 108,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 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 Herbata owocowa b/c 250 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Pomidor 90 g Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ)	Wafle ryżowe naturalne 20 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, GOR) Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL)	Mandarynka 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Pomidor 90 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 907,8 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 49,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 279,7 suma cukrów prostych [g] 43,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,6 Sól [g] 5

2024-11-09 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 piersi kurczaka 82 g (MLE) 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 Koperkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Makaron z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g (GLU, 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) Sałata zielona 20 g Ser gouda, dojrzewający 40 g (MLE) Ogórek zielony 80 g Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 005 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 67 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Węglowodany ogółem [g] 264,5 suma cukrów prostych [g] 65,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Sól [g] 5,3
	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 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 Koperkowa z ziemniakami - dieta 500 ml (MLE, SEL) Makaron z kurczakiem i szpinakiem gotowanym - dieta 300 g (GLU, MLE) Kalafior gotowany 100 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka z pomidorem i zieloną pietruszką, polana oliwą z oliwek 100 g Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Serek kanapkowy 50 g (MLE)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 971,9 Białko ogółem [g] 80,4 Tłuszcz [g] 61,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 279,9 suma cukrów prostych [g] 62,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 Sól [g] 4,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynka, lisówka sucha drobiowa 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pomidor 90 g Pasta z udźca z kurczaka 70 g (SEL)	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Kalafior gotowany 100 g Koperkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g (GLU, MLE)	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 20 g Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Ogórek zielony 80 g Ser gouda, dojrzewający 40 g (MLE)	Jabłko* 1 szt

2024-11-10 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) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g Pasta jajeczna 70 g (JAJ, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 500 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Mizeria 100 g (MLE) Kotlet schabowy smażony 100 g (GLU, JAJ) Surówka wielowarzywna 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 papieska 100 g (JAJ, SEL) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 155,1 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 76,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 283,8 suma cukrów prostych [g] 60,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Sól [g] 5,7
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem - dieta 500 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Schab pieczony 100 g Cukinia gotowana 200 g Sos własny 100 g (GLU)		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)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 864,3 Białko ogółem [g] 82,4 Tłuszcz [g] 45,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 Węglowodany ogółem [g] 287,6 suma cukrów prostych [g] 52,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Sól [g] 5,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta jajeczna 70 g (JAJ, MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g Kakao b/c 250 ml (MLE)	Kefir 1,5% 150 ml (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 500 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Schab pieczony 100 g Surówka wielowarzywna 100 g Mizeria 100 g (MLE) Sos własny 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) Sałatka papieska 100 g (JAJ, SEL) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (GLU, SOJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 106,9 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 67,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 275,2 suma cukrów prostych [g] 49,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 Sól [g] 7

2024-11-11 poniedziałek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Polędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ) Herbata owocowa z/c 250 g Pomidor 90 g Zupa mleczna z płatkami-pszennymi 300 g (GLU, MLE) Sałata zielona 10 g Awanturka 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem zacierka 500 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 250 g Sos pomidorowy 80 g (GLU, MLE) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Surówka Colesław 100 g (MLE) 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) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem 70 g (RYB, MLE)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 227,5 Białko ogółem [g] 106,9 Tłuszcz [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 335,4 suma cukrów prostych [g] 78,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 Sól [g] 6,1
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Polędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ) Awanturka-dieta 70 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Zupa mleczna z płatkami-pszennymi 300 g (GLU, MLE) Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem zacierka 500 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna na sypko 250 g Sos koperkowy-dieta 80 g (GLU, MLE) Marchewka gotowana-dieta 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) Pasta z morschuczka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 203,2 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Węglowodany ogółem [g] 345,7 suma cukrów prostych [g] 68,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,3 Sól [g] 6,9
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Polędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ) Awanturka 70 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Maślanka naturalna 150 ml (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ryż brązowy, gotowany 250 g Sos pomidorowy 80 g (GLU, MLE) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Surówka Colesław 100 g (MLE)	Wafle ryżowe naturalne 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem 70 g (RYB, MLE) Papryka świeża 80 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 152,6 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 69,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Węglowodany ogółem [g] 290 suma cukrów prostych [g] 54,3 Błonnik pokarmowy [g] 43,3 Sól [g] 6,2

2024-11-12 wtorek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 30 g Ser topiony plastry 2 szt (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pomidor 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL) Naleśniki z serem polane sosem truskawkowym (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) Jajecznicza 100 g (JAJ, MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Mandarynka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 213,4 Białko ogółem [g] 114 Tłuszcz [g] 62,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Węglowodany ogółem [g] 304,5 suma cukrów prostych [g] 75,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Sól [g] 4,2
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Mix sałat z pomidorem i oliwą z oliwek 100 g Serek kanapkowy 50 g (MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 500 ml (GLU, MLE) Makarony z jabłkami 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy (przecierany) 200 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajecznicza 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 90 g Szynka, lisówka sucha drobiowa 40 g Sałata zielona 10 g	Mandarynka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 254,1 Białko ogółem [g] 78,6 Tłuszcz [g] 63,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 Węglowodany ogółem [g] 349,8 suma cukrów prostych [g] 84,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Sól [g] 4,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Serek kanapkowy 50 g (MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 30 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g (GLU, JAJ)	Kompot z owoców b/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL) Naleśniki pełnoziarniste z serem polane sosem truskawkowym (opiekane) 300 g (GLU, JAJ, MLE)	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) Jajecznicza 100 g (JAJ, MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Mandarynka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 430 Białko ogółem [g] 112 Tłuszcz [g] 73,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 Węglowodany ogółem [g] 333,5 suma cukrów prostych [g] 80 Błonnik pokarmowy [g] 40,7 Sól [g] 4,3

2024-11-13 środa	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Pomidor 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz ukraiński 500 ml (GLU, MLE) Łazanki z kapustą i mięsem gotowanym 300 g (GLU, GOR) Brokuł 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) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU) 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] 2 149 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Węglowodany ogółem [g] 305,8 suma cukrów prostych [g] 73 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Sól [g] 6,7
	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 (MLE) Kakao z/c 250 ml (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 Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Brokuł gotowany 200 g Ryż gotowany 250 g Sos pietruszkowy 80 g (GLU, 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 pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Twarożek z ziołami 70 g (MLE)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 244,4 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 49,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Węglowodany ogółem [g] 356,1 suma cukrów prostych [g] 73,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 Sól [g] 5,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Kakao b/c 250 ml (MLE) Pomidor 90 g	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Ryż brązowy, gotowany 250 g Brokuł gotowany 200 g Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, MLE)	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 20 g Ogórek kiszony 80 g Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL) Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 345,2 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 62,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 Węglowodany ogółem [g] 346,3 suma cukrów prostych [g] 73,4 Błonnik pokarmowy [g] 43,5 Sól [g] 7,6

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,