

1		2		3		4		5		6		7			
		Śniadanie		2. śniadanie		Obiad		Podwieczorek		Kolacja		Posiłek nocny		SUMA	
2024-07-25 czwartek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 g (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 Kotlet pożarski z kurczaka 100 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z białej rzepy i jabłka 100 g (MLE) Kminkowa z zacierką 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Surówka z kapusty włoskiej 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 ryżowa z wędliną 150 g (SOJ, MLE) Połudwica sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 40 g (GLU)		Nektarynka 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 271 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Węglowodany ogółem [g] 324,4 suma cukrów prostych [g] 59,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Sól [g] 5,1	
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (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 Udziec z kurczaka pieczony w sosie potrawkowym 200 g (GLU) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe gotowane 200 g Kminkowa z zacierką- dieta 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL)				Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Połudwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g (SOJ) Sałatka ryżowa z wędliną-dieta 150 g (SOJ, MLE, SEL)		Jabłko 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 027 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 44,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8 Węglowodany ogółem [g] 327,7 suma cukrów prostych [g] 64,6 Błonnik pokarmowy [g] 26 Sól [g] 5,1	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Kakao b/c 250 ml (MLE) Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 g (MLE) 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 Udziec z kurczaka pieczony w sosie potrawkowym 200 g (GLU) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z białej rzepy i jabłka 100 g (MLE) Kminkowa z zacierką 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Surówka z kapusty włoskiej 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) Połudwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g (SOJ) Sałatka z ryżem brązowym i wędliną 150 g (SOJ, MLE)		Nektarynka 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 176,7 Białko ogółem [g] 93,2 Tłuszcz [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Węglowodany ogółem [g] 318,2 suma cukrów prostych [g] 55,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 Sól [g] 5,5	

2024-07-26 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 owsianymi 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) Kapuśniak z kapusty kiszzonej 500 g (GLU, SEL, 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 10 g Pasta jajeczna 70 g (JAJ, MLE) Pomidor 90 g Piersź wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ)	Ciasto drożdżowe 80 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 644,5 Białko ogółem [g] 107,4 Tłuszcz [g] 85,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 Węglowodany ogółem [g] 370,4 suma cukrów prostych [g] 74 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sól [g] 4,6
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 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) Ziemniaczana 500 ml (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 Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Piersź wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ)	Chleb bułkowy 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 330,3 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 56,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 370,6 suma cukrów prostych [g] 68,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 Sól [g] 4,7
	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 Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (GLU, SOJ, 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) Kapuśniak z kapusty kiszzonej 500 g (GLU, SEL, GOR)	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 Piersź wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ)	Chleb graham 40 g (GLU) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE)

2024-07-27 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) Ogórek zielony 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)		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 złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Pomidor 90 g Salami z pieprzem mielonym Kielbasa wieprzowo-wołowa, drobno rozdrobniona, surowo-wędzona, dojrzewająca, podsuszana 30 g (SOJ, SEL, GOR)	Śliwki 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2094,5 Białko ogółem [g] 77,9 Tłuszcz [g] 80,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Węglowodany ogółem [g] 270,6 suma cukrów prostych [g] 54,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 Sól [g] 5,6
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g 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) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Makaron w sosie warzywno-mięsny (gotowanym) 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 Sałata zielona 10 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL)	Chleb bułkowy 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] 1990 Białko ogółem [g] 77,9 Tłuszcz [g] 53,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Węglowodany ogółem [g] 306,8 suma cukrów prostych [g] 40,1 Błonnik pokarmowy [g] 22 Sól [g] 4,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Połędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Ogórek zielony 80 g Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE)	Wafle ryżowe naturalne 20 g	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)	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 Pasta warzywna 70 g (SEL) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Pomidor 90 g	Śliwki 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1917,9 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 56,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 266 suma cukrów prostych [g] 57,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sól [g] 4,5

2024-07-28 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 Rosół z makaronem 500 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Kurczak ćwiartka pieczony 100 g Brokuł gotowany z bułką tartą 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	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 80 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 156,2 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 67,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 Węglowodany ogółem [g] 293,3 suma cukrów prostych [g] 50,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Sól [g] 3,8
	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 Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 30 g Kakao z/c 250 ml (MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Kurczak ćwiartka gotowany 100 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) Sałatka jarzynka - dieta 100 g (MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 80 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 124,6 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 58,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 312,8 suma cukrów prostych [g] 54,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 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 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	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g (GLU, JAJ)	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Kurczak ćwiartka pieczony 100 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g (MLE) Brokuł gotowany 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	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu i koperkiem 20 g (MLE)

2024-07-29 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) Połędwica sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 30 g (GLU)	Kompot z owoców z/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL) Naleśniki z serem, posypane cukrem pudrem 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) Paprykarz z ryby morszczuk 70 g (RYB) Kabanos wieprzowy, średnio rozdrobniony, wędzony, podsuszony w jadalnej osłonce baraniej. 30 g (SOJ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 400,2 Białko ogółem [g] 112,7 Tłuszcz [g] 71,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 329,4 suma cukrów prostych [g] 82,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 Sól [g] 4,5	
	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) Połędwica sopocka drobiowa, wędzina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ)	Kompot z owoców z/c 250 ml Ryż gotowany z jabłkiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Ziemniaczana 500 ml (GLU, MLE)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Paprykarz z ryby morszczuk -dieta 70 g (RYB) Sałata zielona 10 g Połędwica 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] [kcal] 2 065,7 Białko ogółem [g] 74,4 Tłuszcz [g] 44,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Węglowodany ogółem [g] 346,5 suma cukrów prostych [g] 79,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 Sól [g] 5,4	
	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 Połędwica sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 30 g (GLU)	Maślanka naturalna 150 ml (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Naleśniki pełnoziarniste z serem i jabłkiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, 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) Paprykarz z ryby morszczuk 70 g (RYB) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)

2024-07-30 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) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g (SOJ) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pomidor 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL) Szynka wieprzowa pieczona 80 g 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) Sałata zielona 20 g Kielbasa podhalańska pieczona z cebulą 100 g (GOR) Ser topiony plastry 2 szt (MLE) Ogórek zielony 80 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 322,6 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 94 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42 Węglowodany ogółem [g] 274,6 suma cukrów prostych [g] 61,3 Błonnik pokarmowy [g] 32 Sól [g] 6
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g (SOJ) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Kakao z/c 250 ml (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny - dieta 500 g (MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE) Marchew 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 Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Paszтет z cukinii 70 g (GLU, JAJ)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 966,9 Białko ogółem [g] 76,8 Tłuszcz [g] 49,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Węglowodany ogółem [g] 315,1 suma cukrów prostych [g] 61,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 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 Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g (SOJ) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Kakao b/c 250 ml (MLE) Pomidor 90 g	Wafle ryżowe naturalne 20 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL) Szynka wieprzowa pieczona 80 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Surówka Colesław 100 g (MLE) Sos pieczeniowy 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) Sałata zielona 20 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Paszтет z soczewicy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Ogórek zielony 80 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 168,7 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 62,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 311,3 suma cukrów prostych [g] 64,1 Błonnik pokarmowy [g] 40,5 Sól [g] 5,1

2024-07-31 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 10 g Pasta z twarogu 70 g (MLE) Pomidor 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz ukraiński 500 ml (GLU, MLE) 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) Szyńka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Sałatka brokułowa 150 g (JAJ, MLE)	Ciasto biszkoptowe 100 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 244,6 Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 62,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 324,2 suma cukrów prostych [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 Sól [g] 4,5
	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 twarogu 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, 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) Sałatka wiosenna-dieta 150 g Szyńka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)	Chleb bułkowy 40 g (GLU) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (GLU, SOJ, MLE) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 024,8 Białko ogółem [g] 81,1 Tłuszcz [g] 50,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Węglowodany ogółem [g] 313,4 suma cukrów prostych [g] 49,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 Sól [g] 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 Pasta z twarogu 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 30 g (GLU, JAJ)	Kompot z owoców b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty w sosie warzywno-mięsny (gotowanym) 300 g (GLU, SEL)	Maślanka naturalna 150 ml (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka brokułowa 150 g (JAJ, MLE) Szyńka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)	Chleb graham 40 g (GLU) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (GLU, SOJ, MLE) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 973 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Węglowodany ogółem [g] 265,9 suma cukrów prostych [g] 46,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Sól [g] 5,1

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,