

1	2	3	4	5	6	7	
	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-06-13 czwartek	Dieta Podstawowa		Kompot z owoców z/c 250 ml Piecarkowa z makaronem 500 ml (GLU, MLE, SEL) Udziec z kurczaka pieczony w sosie potrawkowym 200 g (GLU) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Buraki ćwikłowe gotowane z jabłkiem 100 g 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) Sałata zielona 10 g Szynkowa dębowa, kiełbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 90 g Południca z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g	Mus 100% wiśnia, jabłko, banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 864,3 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 44,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 282,6 suma cukrów prostych [g] 62,7 Błonnik pokarmowy [g] 30 Sól [g] 4,2
	Dieta łatwostrawna		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem 500 ml (MLE, SEL) Udziec z kurczaka pieczony w sosie potrawkowym 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 Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Południca z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Sałata zielona 10 g Masło 82% 5 g (MLE) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 123,9 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 48,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 335,3 suma cukrów prostych [g] 54,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Sól [g] 5,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g (GLU, JAJ)		Kompot z owoców b/c 250 ml Piecarkowa z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (MLE, SEL) Udziec z kurczaka pieczony w sosie potrawkowym 200 g (GLU) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Buraki ćwikłowe gotowane z jabłkiem 100 g Surówka wielowarzywna 100 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 Pomidor 90 g Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Południca z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Masło 82% 5 g (MLE) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ)

2024-06-14 piątek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Dżem brzoskwinowy o obniżonej zawartości cukru 30 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Pomidor 90 g Zupa mleczna z ryżem 300 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pulpet z ryby morskczuk gotowany 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku 200 g (GLU, SEL) Zupa jarzynowa z makaronem 500 g (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 Polędwica sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 40 g (GLU) Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU) Pomidor 90 g	Rogal maślany 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 372,8 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 62,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Węglowodany ogółem [g] 359,4 suma cukrów prostych [g] 73,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 Sól [g] 4,8
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Dżem brzoskwinowy o obniżonej zawartości cukru 30 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Zupa mleczna z ryżem 300 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem - dieta 500 g (GLU, MLE, SEL) Pulpet z ryby morskczuk gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa 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) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Polędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g (SOJ) Pasta z marchwi 70 g	Chleb bułkowy 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Masło 82% 5 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 118,3 Białko ogółem [g] 83,1 Tłuszcz [g] 50,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Węglowodany ogółem [g] 341,8 suma cukrów prostych [g] 65,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 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 Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Ser gouda, dojrzewający 30 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Pomidor 90 g	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 18 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g (MLE, SEL) Pulpet z ryby morskczuk gotowany 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku 200 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) Sałata zielona 10 g Polędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g (SOJ) Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU) Pomidor 90 g	Chleb graham 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] 2 027 Białko ogółem [g] 95,1 Tłuszcz [g] 61,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Węglowodany ogółem [g] 275,3 suma cukrów prostych [g] 38,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,9 Sól [g] 5,6

2024-06-15 sobota	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Jajecznica 100 g (JAJ, MLE) Kiełbasa żywiecka podsuszana, kiełbasa wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (GLU, SOJ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pomidor 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Żurek z kiełbasą i ziemniakami 500 g (GLU, MLE) Gołąbek siekany pieczony z mięsa wp. 300 g (JAJ) Sos pomidorowy 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) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Pasta warzywna 70 g (SEL) Sałatka z białej rzepy i jabłka 100 g (MLE)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 329,3 Białko ogółem [g] 107,4 Tłuszcz [g] 94,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Węglowodany ogółem [g] 266,5 suma cukrów prostych [g] 60,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Sól [g] 5
	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) Jajecznica na parze 100 g (JAJ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 500 ml (GLU, MLE) Risotto z kurczakiem i warzywami 300 g (SEL) Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU)		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 Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 903,9 Białko ogółem [g] 76,5 Tłuszcz [g] 43,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 Węglowodany ogółem [g] 309,6 suma cukrów prostych [g] 53,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 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 Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Pomidor 90 g Jajecznica 100 g (JAJ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Żurek z kiełbasą i ziemniakami 500 g (GLU, MLE) Gołąbek siekany pieczony z mięsa wp. 300 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE)	Chrupki kukurydziane 30 g	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) Pasta warzywna 70 g (SEL) Sałatka z białej rzepy i jabłka 100 g (MLE)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 403,7 Białko ogółem [g] 116,2 Tłuszcz [g] 90,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 Węglowodany ogółem [g] 284,3 suma cukrów prostych [g] 59,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,5 Sól [g] 6,1

2024-06-16 niedziela	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Serek wiejski ziarnisty 70 g Ogórek zielony 80 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)		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Kapusta zasmażana 100 g (GLU) Kotlet schabowy w cieście opiekany 100 g (GLU, JAJ) Warzywa w kostce gotowane 100 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) Sałatka papieska 100 g (JAJ, SEL) Kabanos wieprzowy, średnio rozdrobniony, wędzony, podsuszony w jadalnej osłonce baraniej. 30 g (SOJ)	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 130,3 Białko ogółem [g] 87,3 Tłuszcz [g] 71,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 290,8 suma cukrów prostych [g] 60,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Sól [g] 4,2
	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 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)		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Kurczak ćwiartka gotowany 100 g Warzywa w kostce gotowane 200 g (SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka z pomidora i sałaty zielonej, masłowej 100 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ)	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 876,3 Białko ogółem [g] 79,2 Tłuszcz [g] 52,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 280,4 suma cukrów prostych [g] 48,4 Błonnik pokarmowy [g] 27 Sól [g] 4,8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 70 g Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (GLU, SOJ, MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE)	Wafle ryżowe naturalne 20 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Kurczak ćwiartka pieczony 100 g Kapusta zasmażana 100 g (GLU) Warzywa w kostce gotowane 100 g (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) Sałatka papieska 100 g (JAJ, SEL) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ)	Gruszka 1 szt

2024-06-17 poniedziałek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Ser gouda, dojrzewający 30 g (MLE) Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami 500 ml (MLE, 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) Sałata zielona 10 g Paszтет z soczewicy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Pomidor 90 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 119,7 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 292,3 suma cukrów prostych [g] 72,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 4,8
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Ryż zapiekany 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 Paszтет z cukinii 70 g (GLU, JAJ) Szynka z indykiem prasowana, 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] 2 013,3 Białko ogółem [g] 70,6 Tłuszcz [g] 47 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 Węglowodany ogółem [g] 332 suma cukrów prostych [g] 72,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 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 Ser gouda, dojrzewający 30 g (MLE) Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 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 Kalafiorowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Naleśniki pełnoziarniste z serem i jabłkiem 300 g (GLU, JAJ, MLE)	Maślanka naturalna 150 ml (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) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Pomidor 90 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 237,8 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 64 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Węglowodany ogółem [g] 310,7 suma cukrów prostych [g] 73,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,2 Sól [g] 5,8

2024-06-18 wtorek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Twarożek z czosnkiem 70 g (MLE) 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) Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 90 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos własny 100 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej 100 g 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 10 g Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Papryka konserwowa 80 g	Rogal maślany 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 2 268,9 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 60,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 332,5 suma cukrów prostych [g] 50,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Sól [g] 5,6
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Twarożek z ziołami 70 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g (SOJ) Kakao z/c 250 ml (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny - dieta 500 g (MLE, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 90 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos własny 100 g (GLU) Warzywa w kostce gotowane 200 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 Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g	Rogal maślany 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 2 296,6 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 57,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 349,6 suma cukrów prostych [g] 44,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 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 Twarożek z czosnkiem 70 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g (SOJ) Kakao b/c 250 ml (MLE) Pomidor 90 g	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 18 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 90 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos własny 100 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Brokuł gotowany 100 g	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 10 g Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Papryka konserwowa 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 20 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 20 g	Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 2 178,7 Białko ogółem [g] 111,5 Tłuszcz [g] 59,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 302,3 suma cukrów prostych [g] 43,6 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 Sól [g] 6,3

2024-06-19 środa	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) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Pomidor 90 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Makaron z kurczakiem i szpinakiem 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 20 g Paprykarz z ryby morskiczuk 70 g (RYB) Polędwica sopočka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 044,1 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 42,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 318,8 suma cukrów prostych [g] 56,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,3 Sól [g] 5,1
	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) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Grycikowa 500 g (SEL) Makaron z kurczakiem i szpinakiem - dieta 300 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 Paprykarz z ryby morskiczuk - dieta 70 g (RYB) Polędwica sopočka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g (SOJ)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 822,2 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 38,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5 Węglowodany ogółem [g] 284,5 suma cukrów prostych [g] 54,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,7 Sól [g] 4,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 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. 30 g (SOJ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pomidor 90 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 g (MLE)	Chrupki kukurydziane 30 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i szpinakiem 300 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) Sałata zielona 20 g Paprykarz z ryby morskiczuk 70 g (RYB) Polędwica sopočka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 996,4 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 42,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Węglowodany ogółem [g] 299,2 suma cukrów prostych [g] 46,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,6 Sól [g] 5,9

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,