

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-16 czwartek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g ( <b>SOJ</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g ( <b>MLE</b> )		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Kapuśniak z kapusty kiszonej 500 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Schab pieczony 80 g Surówka z marchwi i chrzanu 100 g ( <b>MLE, SO2</b> ) Warzywa w kostce gotowane 100 g ( <b>SEL</b> ) Sos pieczeniowy 100 g ( <b>GLU</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z indykiem, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony, w osłonce niej 40 g ( <b>SOJ</b> ) Galaretka drobiwa z udźca z jajkiem 100 g ( <b>JAJ</b> ) Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g	Jabłko 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 922,1 <b>Białko ogółem</b> [g] 91,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 45,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 21 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 297,8 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 59,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 37,9 <b>Sól</b> [g] 4,7	
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g Pasta twarogowa ze szpinakiem- dieta 70 g ( <b>MLE</b> )		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 500 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Schab pieczony 80 g Warzywa w kostce gotowane 200 g ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Sos koperkowy- dieta 100 g ( <b>GLU, MLE</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Połędwica z indykiem, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony, w osłonce niej 40 g ( <b>SOJ</b> ) Galaretka drobiwa z udźca z jajkiem 100 g ( <b>JAJ</b> ) Sałata zielona 20 g	Jabłko 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 983,2 <b>Białko ogółem</b> [g] 91,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 39,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 20,5 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 327,3 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 52 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 32,3 <b>Sól</b> [g] 4,7	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g ( <b>MLE</b> )	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g ( <b>MLE</b> )	Kompot z owoców b/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszonej 500 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Schab pieczony 80 g Surówka z marchwi i chrzanu 100 g ( <b>MLE, SO2</b> ) Warzywa w kostce gotowane 100 g ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Sos pieczeniowy 100 g ( <b>GLU</b> )	Jogurt naturalny 1,5% 150 g ( <b>MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z indykiem, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony, w osłonce niej 40 g ( <b>SOJ</b> ) Galaretka drobiwa z udźca z jajkiem 100 g ( <b>JAJ</b> ) Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g	Jabłko 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 080,9 <b>Białko ogółem</b> [g] 102,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 50,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 24,3 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 312,3 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 72,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 41,1 <b>Sól</b> [g] 5,7	

2024-05-17 piątek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Zupa mleczna z zacierką 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Dżem brzoskwinowy o obniżonej zawartości cukru 30 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g	Kompot z owoców z/c 250 ml Morszczuk smażony w cieście z cytryną 100 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Warzywa po grecku 100 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Krupnik jęczmienny 500 g ( <b>MLE, SEL</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Ser gouda, dojrzewający 40 g ( <b>MLE</b> ) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Rozzponka 20 g Papryka świeża 80 g	Mus 100% cukinia, kiwi, szpinak, jabłko, banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 222,7 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 60,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Węglowodany ogółem [g] 323,8 suma cukrów prostych [g] 72,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Sól [g] 3,4
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Zupa mleczna z zacierką 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Dżem brzoskwinowy o obniżonej zawartości cukru 30 g	Kompot z owoców z/c 250 ml Morszczuk pieczony z warzywami 100 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Warzywa po grecku - dieta 200 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Krupnik jęczmienny - dieta 500 g ( <b>MLE, SEL</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Serek maślany do smarowania 70 g ( <b>MLE</b> ) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Rozzponka 20 g	Mus 100% cukinia, kiwi, szpinak, jabłko, banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2078,7 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 46,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 325,9 suma cukrów prostych [g] 65,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Sól [g] 3,9
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Kompot z owoców b/c 250 ml Morszczuk pieczony z warzywami 100 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Warzywa po grecku 100 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Krupnik jęczmienny 500 g ( <b>MLE, SEL</b> )	Kisiel truskawkowy b/c 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Ser gouda, dojrzewający 40 g ( <b>MLE</b> ) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Rozzponka 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Sałata zielona 10 g Serek maślany do smarowania 20 g ( <b>MLE</b> )

2024-05-18 sobota	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Paszтет pieczony, drobiowo-wieprzowy 50 g ( <b>GLU</b> ) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino 500 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Łazanki z kapustą i mięsem 300 g ( <b>GLU</b> ) Brokuł gotowany 100 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałata zielona 20 g Salami z pieprzem mielonymz Kielbasa wieprzowo-wołowa, drobno rozdrobniona, surowo-wędzona, dojrzewająca, podsuszana 30 g ( <b>SOJ, SEL, GOR</b> ) Ogórek zielony 80 g	Drożdżówka z serem 1 szt ( <b>GLU, JAJ</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 154,9 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 68 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 Węglowodany ogółem [g] 300,8 suma cukrów prostych [g] 54,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Sól [g] 5,4
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Paszтет z cukinii 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> )		Kompot z owoców z/c 250 ml Makaron w sosie warzywno-mięsny (gotowanym) 300 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Brokuł gotowany 100 g Koperkowa z ziemniakami - dieta 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałata zielona 20 g Twarożek z pomidorem i pietruszką 70 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g	Mandarynka 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 029,1 Białko ogółem [g] 79,5 Tłuszcz [g] 55,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 314,8 suma cukrów prostych [g] 56,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 Sól [g] 4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g Kakao b/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Paszтет z cukinii 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Wafle ryżowe naturalne 15,8 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa solferino 500 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty w sosie warzywno-mięsny (gotowanym) 300 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Brokuł gotowany 100 g	Kefir 1,5% 150 ml ( <b>MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Twarożek z pomidorem i pietruszką 70 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g	Mandarynka 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 974 Białko ogółem [g] 85,7 Tłuszcz [g] 58,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 278,4 suma cukrów prostych [g] 53,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sól [g] 4,1

2024-05-19 niedziela	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Jajecznica z koperkiem 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> )		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Kurczak ćwiartka pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z selera i jabłka 100 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z sałaty masłowej i śmietany 100 g ( <b>MLE</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Sałatka makaronowa 150 g	Mandarynka 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 076,2 Białko ogółem [g] 92,2 Tłuszcz [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Węglowodany ogółem [g] 281,8 suma cukrów prostych [g] 61,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Sól [g] 4,4
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g Jajecznica na parze 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> )		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Kurczak ćwiartka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z sałaty masłowej i jogurtu 200 g ( <b>MLE</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Sałatka makaronowa-dieta 150 g ( <b>GLU</b> )	Chleb bułkowy 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 20 g ( <b>SOJ</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 160,1 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 64,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Węglowodany ogółem [g] 303,9 suma cukrów prostych [g] 36,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 Sól [g] 5,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Jajecznica z koperkiem 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> )	Maślanka naturalna 150 ml ( <b>MLE</b> )	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 500 ml ( <b>SEL</b> ) Kurczak ćwiartka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z selera i jabłka 100 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z sałaty masłowej i śmietany 100 g ( <b>MLE</b> )	Chrupki kukurydziane 30 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Sałatka makaronowa 150 g	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Sałata zielona 10 g Masło 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 20 g ( <b>SOJ</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 215,5 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 73 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Węglowodany ogółem [g] 286,6 suma cukrów prostych [g] 43,6 Błonnik pokarmowy [g] 39,1 Sól [g] 6

2024-05-20 poniedziałek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z liściem, szynka wieprzowa, wędzona parzona z dodaną wodą 30 g ( <b>GLU, SOJ</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Zupa mleczna z ryżem 300 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Pasta z twarogu i cebuli 70 g ( <b>MLE</b> )		Kompot z owoców z/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Pierogi ruskie 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Surówka z marchwi i jabłka 100 g ( <b>MLE</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Mix sałat z ogórkiem, rzodkiewką i pomidorem 100 g ( <b>MLE</b> )	Sok wielowarzywny 300ml 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 <b>192,7</b> <b>Białko ogółem</b> [g] 96,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 50,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 23,3 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 345,7 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 58,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 38,3 <b>Sól</b> [g] 4,4
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ</b> ) Zupa mleczna z ryżem 300 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Pasta z twarogu i koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> )		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 500 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Pierogi z twarogiem 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Surówka z marchwi i jabłka 100 g ( <b>MLE</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Mix sałat z pomidorem 100 g ( <b>MLE</b> )	Sok wielowarzywny 300ml 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 <b>067,8</b> <b>Białko ogółem</b> [g] 90,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 56 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 27,7 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 304,7 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 69 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 22,7 <b>Sól</b> [g] 5,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Pasta z twarogu i cebuli 70 g ( <b>MLE</b> )	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Kompot z owoców b/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Pierogi żytnie 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Surówka z marchwi i jabłka 100 g ( <b>MLE</b> )	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g ( <b>MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Mix sałat z ogórkiem, rzodkiewką i pomidorem 100 g ( <b>MLE</b> )	Sok wielowarzywny 300ml 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 <b>164,9</b> <b>Białko ogółem</b> [g] 88,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 50,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 22,7 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 348,1 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 54,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 45,3 <b>Sól</b> [g] 5,1

2024-05-21 wtorek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Ser kremowy topiony w trójkącikach ze śmietanką. 1 szt ( <b>MLE</b> ) Parówki z drobiem 60 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kotlet pożarski z kurczaka 100 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Marchewka z groszkiem 100 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Surówka z ogórków kiszonych z cebulą 100 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g ( <b>SOJ</b> ) Paprykarz z ryby morszczuk 70 g ( <b>RYB</b> ) Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 1,5% 150 g ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 237,9 Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 79,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 Węglowodany ogółem [g] 287,8 suma cukrów prostych [g] 50,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sól [g] 7,2	
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Połędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta z buraka-dieta 70 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 20 g	Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem 500 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Zrazik drobiowy z udźca z kurczaka gotowany 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Marchewka gotowana 200 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g ( <b>SOJ</b> ) Paprykarz z ryby morszczuk - dieta 70 g ( <b>RYB</b> ) Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 1,5% 150 g ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2045,5 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 57,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 298,2 suma cukrów prostych [g] 55,9 Błonnik pokarmowy [g] 28 Sól [g] 5,3	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Ser gouda, dojrzewający 30 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao b/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Jabłko 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Zrazik drobiowy z udźca z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z ogórków kiszonych z cebulą 100 g Surówka wielowarzywna 100 g	Wafle suche bez dodatku cukru podpłomyki 18 g ( <b>GLU, MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g ( <b>SOJ</b> ) Paprykarz z ryby morszczuk 70 g ( <b>RYB</b> ) Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 1,5% 150 g ( <b>MLE</b> )

2024-05-22 środa	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pasta z marchwi i papryki konserwowej 70 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Wątróbka drobiowa w sosie własnym 200 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Grycikowa 500 g ( <b>SEL</b> ) Buraki ćwikłowe gotowane z chrzanem 100 g ( <b>MLE, SO2</b> ) Fasolka szparagowa gotowana z wody 100 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Kielbasa żywiecka podsuszana, kielbasa wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>GLU, SOJ</b> ) Pomidor 80 g Rozszponka 20 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 074,7 <b>Białko</b> ogółem [g] 88,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 66,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 21,1 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 284,3 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 54,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 37,4 <b>Sól</b> [g] 5,7
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Serek maślany do smarowania 70 g ( <b>MLE</b> ) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grycikowa 500 g ( <b>SEL</b> ) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Buraczki ćwikłowe gotowane 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Rozszponka 20 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 971,2 <b>Białko</b> ogółem [g] 81,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 52,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 23,6 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 295,5 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 59,4 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 25,9 <b>Sól</b> [g] 5,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pasta z marchwi i papryki konserwowej 70 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Mandarynka 2 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Grycikowa 500 g ( <b>SEL</b> ) Gulasz z kurczaka gotowany 200 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Fasolka szparagowa gotowana z wody 100 g Buraczki ćwikłowe gotowane 100 g	Kisiel truskawkowy b/c 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane na twardo 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Rozszponka 20 g Pomidor 80 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 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,