

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-09-12 czwartek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadal 30 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor 90 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL) Surówka wielowarzywna 100 g Surówka z marchwii 100 g (MLE) Filet pieczony z indyka 100 g Sos koperkowy 80 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) Kielbasa podhalańska pieczona z cebulą 80 g (GOR) Ser topiony plastry 2 szt (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2119,6 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 72,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6 Węglowodany ogółem [g] 280,5 suma cukrów prostych [g] 63,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Sól [g] 6,3	
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 30 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Krupnik jęczmienny - dieta 500 g (MLE, SEL) Surówka z marchwii 200 g (MLE) Filet pieczony z indyka 100 g Sos koperkowy 80 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka, lisówka sucha drobiowa 40 g Serek kanapkowy 40 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Chleb bułkowy 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 20 g	Wartość energetyczna [kcal] 1963,1 Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 49,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 298,1 suma cukrów prostych [g] 49 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Sól [g] 5,4	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 30 g Pomidor 90 g Kakao b/c 250 ml (MLE) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Brzoskwinia 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Filet pieczony z indyka 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL) Surówka wielowarzywna 100 g Surówka z marchwii 100 g (MLE) Sos koperkowy 80 g (GLU, 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) Szynka, lisówka sucha drobiowa 40 g Serek kanapkowy 40 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 20 g	Wartość energetyczna [kcal] 1981,5 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 53,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Węglowodany ogółem [g] 283,8 suma cukrów prostych [g] 56 Błonnik pokarmowy [g] 41,9 Sól [g] 5,6	

2024-09-13 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 zacierką 300 g (GLU, JAJ, MLE) Dżem truskawkowy o obniżonej zawartości cukrów 30 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Pomidor 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kotlet z ryby morszczuk smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku 200 g (GLU, SEL, GOR) 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 Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Pomidor 90 g Ser gouda, dojrzewający 30 g (MLE)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 147,4 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 50,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Węglowodany ogółem [g] 330,4 suma cukrów prostych [g] 79,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Sól [g] 4,2
	Dieta łatwostrawna	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 zacierką 300 g (GLU, JAJ, MLE) Dżem truskawkowy o obniżonej zawartości cukrów 30 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pulpet z ryby morszczuk gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 200 g (GLU, SEL) Zupa jarzynowa z makaronem - dieta 500 g (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 Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 137,8 Białko ogółem [g] 86,6 Tłuszcz [g] 42,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Węglowodany ogółem [g] 365,8 suma cukrów prostych [g] 79,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 Sól [g] 4,4
	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 Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Pomidor 90 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 30 g (SOJ)	Kefir 1,5% 150 ml (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Pulpet z ryby morszczuk gotowany 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku 200 g (GLU, SEL, GOR) Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU, MLE, SEL)	Mandarynka 1 szt 1 szt	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	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 871,1 Białko ogółem [g] 82,7 Tłuszcz [g] 47,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 284,6 suma cukrów prostych [g] 56,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,9 Sól [g] 5,1

2024-09-14 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 Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, 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 20 g Indyk w galarecie 40 g Ogórek zielony 80 g Salami z pieprzem mielonymz Kiełbasa wieprzowo-wołowa, drobno rozdrobniona, surowo-wędzona, dojrzewająca, podsuszana 40 g (SOJ, SEL, GOR)	Mandarynka 1 szt 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 235,8 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 78,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 294,7 suma cukrów prostych [g] 65,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,1 Sól [g] 5,6
	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 konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Twarożek z pietruszką 70 g (MLE)	Chleb bułkowy 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 20 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 040,5 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 42,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 Węglowodany ogółem [g] 332,4 suma cukrów prostych [g] 41,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,5 Sól [g] 4,8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 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 Brokuł gotowany 200 g Gołąbki siekane, pieczone 300 g (JAJ) Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, 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 Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Ogórek zielony 80 g Twarożek z pietruszką 70 g (MLE)	Mandarynka 1 szt 1 szt

2024-09-15 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 wędzony 40 g (JAJ, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem 500 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g (MLE) Kotlet schabowy w cieście opiekany 100 g (GLU, JAJ) Surówka z selera i jabłka 100 g (MLE)		Południca 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)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 096,6 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 68,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Węglowodany ogółem [g] 276,4 suma cukrów prostych [g] 58,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 Sól [g] 4,8
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g Serek maślany do smarowania 50 g (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 Dynia 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 wiosenna-dieta 150 g Południca z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 769,1 Białko ogółem [g] 81,4 Tłuszcz [g] 40,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Węglowodany ogółem [g] 275,5 suma cukrów prostych [g] 57,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Sól [g] 4,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Ser wędzony 30 g (JAJ, 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)	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (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 z kapusty pekińskiej 100 g (MLE) Surówka z selera i jabłka 100 g (MLE) Sos własny 100 g (GLU)	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 papieska 100 g (JAJ, SEL) Południca z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 20 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] 2 132,8 Białko ogółem [g] 109,7 Tłuszcz [g] 65 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Węglowodany ogółem [g] 280,6 suma cukrów prostych [g] 54,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,5 Sól [g] 6,4

2024-09-16 poniedziałek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Połędwica 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 Twarożek z szczypiorkiem 70 g (MLE) Zupa mleczna z płatkami pszennymi 300 g (GLU, MLE) Sałata zielona 10 g	Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz ukraiński 500 ml (GLU, MLE) Pierogi ruskie 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z 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) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Paszтет z soczewicy 70 g (GLU, JAJ, GOR)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 367 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 60,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 Węglowodany ogółem [g] 364,5 suma cukrów prostych [g] 74,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 Sól [g] 5,3
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Połędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ) Pasta z twarożku 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 Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Pierogi z twarogiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 100 g (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 Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Paszтет z cukinii 70 g (GLU, JAJ)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 362,3 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 62,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 358,3 suma cukrów prostych [g] 84 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 6,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Połędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ) Twarożek z szczypiorkiem 70 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Kisiel morelowy b/c 150 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Pierogi żytnie 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 100 g (MLE)	Koktajl jogurtowo-truskawkowy 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 Paszтет z soczewicy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Papryka świeża 80 g Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt

2024-09-17 wtorek	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) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Żurek z kielbasą i ziemniakami 500 g (GLU, MLE, GOR) Zrazik drobiowy z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Sos szpinakowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z białej rzepy 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) Paprykarz z ryby morskczuk 70 g (RYB) Kabanos wieprzowy, średnio rozdrobniony, wędzony, podsuszony w jadalnej osłonce baraniej 50 g (SOJ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 554,7 Białko ogółem [g] 104,4 Tłuszcz [g] 97 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Węglowodany ogółem [g] 323,8 suma cukrów prostych [g] 67,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,3 Sól [g] 5
	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) 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)		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 500 ml (GLU, MLE) Zrazik drobiowy z udźca z kurczaka gotowany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa gotowane 100 g (SEL) 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, lisówka sucha drobiowa 40 g Paprykarz z ryby morskczuk - dieta 70 g (RYB) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 181,8 Białko ogółem [g] 99,9 Tłuszcz [g] 48,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Węglowodany ogółem [g] 347,2 suma cukrów prostych [g] 58,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 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 Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)	Kefir 1,5% 150 ml (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Żurek z kielbasą i ziemniakami 500 g (GLU, MLE, GOR) Zrazik drobiowy z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Surówka z białej rzepy i jabłka 100 g (MLE) Sos szpinakowy 100 g (GLU, 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) Paprykarz z ryby morskczuk 70 g (RYB) Szynka, lisówka sucha drobiowa 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 484,7 Białko ogółem [g] 113,5 Tłuszcz [g] 81,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 Węglowodany ogółem [g] 328,4 suma cukrów prostych [g] 70,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,5 Sól [g] 5,7

2024-09-18 środa	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Papryka świeża 80 g Awanturka 70 g (MLE) Zupa mleczna z ryżem 300 g (MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 30 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino 500 g (MLE, SEL) Łazanki z kapustą i mięsem gotowanym 300 g (GLU, GOR) Mieszanka królewska gotowana 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 Pomidor 90 g Ser topiony kremowy 40 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL)	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 80 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 381,8 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 68,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Węglowodany ogółem [g] 351,2 suma cukrów prostych [g] 68,4 Błonnik pokarmowy [g] 31 Sól [g] 4,9
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Awanturka-dieta 70 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadłnej 30 g (SOJ) Zupa mleczna z ryżem 300 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 500 g (GLU, MLE, SEL) Makaron łazanka w sosie mięsno-warzywnym-dieta 300 g (GLU, SEL) Mieszanka królewska gotowana 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 Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Twarożek z ziołami 70 g (MLE)	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 80 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 415,5 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 62,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 Węglowodany ogółem [g] 371,5 suma cukrów prostych [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 23 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 Awanturka 70 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Papryka świeża 80 g	Kisiel truskawkowy b/c 150 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa solferino 500 g (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty w sosie warzywno-mięsny (gotowanym) 300 g (GLU, SEL) Mieszanka królewska gotowana 100 g	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g (GLU, JAJ)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor 90 g Twarożek z ziołami 70 g (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Twarożek z ziołami 20 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 881,2 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 54,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 253,5 suma cukrów prostych [g] 32,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Sól [g] 4,1

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,