

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2025-02-20 czwartek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 30 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem 500 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Brokuł gotowany z bułką tartą 100 g (GLU) Surówka z białej i czerwonej kapusty 100 g 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) Sałata zielona 20 g Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU) Ogórek zielony 80 g Ser wędzony 30 g (JAJ, MLE)	Mandarynka 160 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2042,2 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 59,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Węglowodany ogółem [g] 286,8 suma cukrów prostych [g] 65,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 Sól [g] 4	
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Grycikowa - dieta 500 g (MLE, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU) Brokuł gotowany 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z marchwi 70 g Kuroczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g Mix sałat z pomidorem i olejem 100 g	Chleb bułkowy 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2038,8 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 51,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Węglowodany ogółem [g] 302,6 suma cukrów prostych [g] 46,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 Sól [g] 5,5	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 30 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Wafle suche bez dodatku cukru podłomyki 40 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Brokuł gotowany 100 g Surówka z białej i czerwonej kapusty 100 g 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) Ogórek zielony 80 g Ser wędzony 30 g (JAJ, MLE) Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU) Sałata zielona 20 g	Mandarynka 160 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2002,3 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 57,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 276 suma cukrów prostych [g] 55,6 Błonnik pokarmowy [g] 35 Sól [g] 4,7	

2025-02-21 piątek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną z/c 250 g Dżem truskawkowy o obniżonej zawartości cukrów 30 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Pomidor 90 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Morszczuk smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku 200 g (GLU, SEL, GOR) Zupa ogórkowa z ryżem 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 20 g Jajecznica 100 g (JAJ) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Papryka świeża 80 g	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 078,8 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 66,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8 Węglowodany ogółem [g] 287,9 suma cukrów prostych [g] 65,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Sól [g] 4,4
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE) Dżem truskawkowy o obniżonej zawartości cukrów 30 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (GLU, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 200 g (GLU, SEL) Zupa ryżowa 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 Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Jajecznica na parze 100 g (JAJ, MLE)	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 119,7 Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 56 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Węglowodany ogółem [g] 323,5 suma cukrów prostych [g] 73,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Sól [g] 4,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/c 250 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Szynkowa dębowa, kiełbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 90 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (GLU, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku 200 g (GLU, SEL, GOR) Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 500 g (MLE, SEL)	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 20 g Jajecznica 100 g (JAJ) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Papryka świeża 80 g	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 004 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 60,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Węglowodany ogółem [g] 278,6 suma cukrów prostych [g] 49,6 Błonnik pokarmowy [g] 34 Sól [g] 5,2

2025-02-22 sobota	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Sałatka z pomidorem, polana olejem 100 g Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g Ser topiony plastry 2 szt (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pieczarkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Zrazik z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna na sypko 250 g Surówka z kapusty włoskiej 100 g (MLE) Surówka z selera i jabłka 100 g (MLE) 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) Sałata zielona 20 g Indyk w galarecie 40 g Pomidor 80 g Paszтет z ciecierzycy 70 g (GLU, JAJ, GOR)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 368,2 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 83,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Węglowodany ogółem [g] 312,7 suma cukrów prostych [g] 63 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Sól [g] 5,5
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka z pomidorem, polana olejem 100 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z udźca z kurczaka 70 g (SEL)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ziemniaczana - dieta 500 ml (GLU, MLE) Zrazik z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna na sypko 250 g Dyńia gotowana 200 g Sos koperkowy-dieta 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 Szynkowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Serek maślany do smarowania 70 g (MLE)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 262 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Węglowodany ogółem [g] 344,8 suma cukrów prostych [g] 60,7 Błonnik pokarmowy [g] 27 Sól [g] 5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Kakao b/c 250 ml (MLE) Sałatka z pomidorem, polana olejem 100 g Pasta z udźca z kurczaka 70 g (SEL)	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Pieczarkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Zrazik z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Kasza gryczana 250 g Surówka z kapusty włoskiej 100 g (MLE) Surówka z selera i jabłka 100 g (MLE) Sos koperkowy 80 g (GLU, 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 Paszтет z ciecierzycy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Pomidor 80 g Szynkowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 457,4 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 81,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 332,3 suma cukrów prostych [g] 59,8 Błonnik pokarmowy [g] 45,8 Sól [g] 5,1

2025-02-23 niedziela	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 40 g (SOJ) Zupa mleczna z ryżem 250 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml (GLU, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 250 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Marchewka z groszkiem 100 g (GLU, MLE) Surówka Coleslaw 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 jarzynowa* 150 g (MLE) Szynka z liściem, szynka wpieprzowa, wędzona parzona z dodaną wodą 40 g (GLU, SOJ)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 206,3 Białko ogółem [g] 100,4 Tłuszcz [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Węglowodany ogółem [g] 288,3 suma cukrów prostych [g] 53,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 Sól [g] 4,7
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 40 g (SOJ) Pomidor 90 g Zupa mleczna z ryżem 250 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml (GLU, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 250 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Marchewka gotowana-dieta 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka jarzynka - dieta 150 g (MLE) Szynka, lisówka sucha drobiowa 40 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2165,9 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 62,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 Węglowodany ogółem [g] 303,2 suma cukrów prostych [g] 52,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 Sól [g] 5,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 40 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 250 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka Coleslaw 200 g	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) Sałatka jarzynowa* 150 g (MLE) Szynka, lisówka sucha drobiowa 40 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynka z liściem, szynka wpieprzowa, wędzona parzona z dodaną wodą 20 g (GLU, SOJ)

2025-02-24 poniedziałek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Ser mozzarella 40 g (MLE) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Naleśniki z serem polane sosem malinowym (opiekane) 350 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 Pomidor 90 g Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL) Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 256,1 Białko ogółem [g] 111,9 Tłuszcz [g] 60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 320,5 suma cukrów prostych [g] 60,1 Błonnik pokarmowy [g] 34 Sól [g] 4,9
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ziemniaczana - dieta 500 ml (GLU, MLE) Ryż gotowany z jabłkiem - dieta 400 g (MLE) Sos jogurtowo-cynamonowy 100 g (GLU, JAJ, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Mix sałat z ziołami i olejem 100 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadłnej 40 g (SOJ) Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 277,3 Białko ogółem [g] 73,8 Tłuszcz [g] 54,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 375,2 suma cukrów prostych [g] 72,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 Sól [g] 5,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Ser mozzarella 40 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g (GLU, JAJ)	Kompot z owoców b/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Naleśniki pełnoziarniste z serem polane sosem malinowym (opiekane) 350 g (GLU, JAJ, 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 10 g Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Pomidor 90 g Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt

2025-02-25 wtorek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Rozszponka 20 g Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE) Filet pieczony z indyka, wędziona drobiowa filet 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Zupa mleczna z zacierką 250 g (GLU, JAJ, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem 500 ml (GLU, MLE, SEL) Szynka wieprzowa pieczona w sosie własnym 150 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z marchwii 100 g Surówka z białej rzepy i jabłka 100 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chłopski garnek z ziemniakami i kapustą 500 g (GOR) Chleb graham 80 g (GLU)	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 403,3 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Węglowodany ogółem [g] 337,1 suma cukrów prostych [g] 64,1 Błonnik pokarmowy [g] 36 Sól [g] 3,3
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Rozszponka 20 g Filet pieczony z indyka, wędziona drobiowa filet 40 g Pasta twarogowa ze szpinakiem-dieta 70 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z zacierką 250 g (GLU, JAJ, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem-dieta 500 ml (GLU, MLE, SEL) Szynka wieprzowa pieczona w sosie własnym-dieta 150 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z marchwii 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pierś wędziona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Sałatka ryżowa z wędliną-dieta 150 g (MLE, SEL)	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 372,3 Białko ogółem [g] 111,1 Tłuszcz [g] 62 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 351,3 suma cukrów prostych [g] 52,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sól [g] 5,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Filet pieczony z indyka, wędziona drobiowa filet 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE) Rozszponka 20 g	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Szynka wieprzowa pieczona w sosie własnym 150 g Surówka z marchwii 100 g Surówka z białej rzepy i jabłka 100 g (MLE)	Wafle ryżowe naturalne 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chłopski garnek z ziemniakami i kapustą 500 g (GOR) Chleb graham 80 g (GLU)	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu 20 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 174,9 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 74,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Węglowodany ogółem [g] 282 suma cukrów prostych [g] 45,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,1 Sól [g] 3,8

2025-02-26 środa	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 30 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Żurek z kielbasą i ziemniakami 500 g (GLU, MLE, GOR) Makaron z sosem bolognese, z łop wp. gotowaną 300 g (GLU, MLE) 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) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Sałatka z pomidorem, polana olejem 100 g Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawalców mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE)	Mandarynka 140 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 050,3 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 73,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 Węglowodany ogółem [g] 260,3 suma cukrów prostych [g] 55,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Sól [g] 4,7
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL) Kakao z/c 250 ml (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa szpinakowa z ryżem-dieta 500 ml (GLU, MLE) Makaron z sosem bolognese z łopatką wieprzową (gotowaną)-dieta 300 g (GLU) Mieszanka królewska gotowana 100 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka z pomidorem, polana olejem 100 g Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawalców mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE)	Mandarynka 140 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 016,3 Białko ogółem [g] 76,3 Tłuszcz [g] 58,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Węglowodany ogółem [g] 304,4 suma cukrów prostych [g] 49,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 Sól [g] 4,9
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ) Kakao b/c 250 ml (MLE) Papryka świeża 80 g	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Żurek z kielbasą i ziemniakami 500 g (GLU, MLE, GOR) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp. gotowaną 300 g (GLU, MLE) Mieszanka królewska gotowana 100 g	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) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawalców mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Sałatka z pomidorem, polana olejem 100 g	Mandarynka 140 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 039,3 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 241,7 suma cukrów prostych [g] 52,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 Sól [g] 5,4

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,