

1		2		3		4		5		6		7			
		Śniadanie		2. śniadanie		Obiad		Podwieczorek		Kolacja		Posiłek nocny		SUMA	
2024-09-19 czwartek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 30 g (SOJ) Ogórek zielony 80 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g				Kompot z owoców z/c 250 ml Kotlet pożarski z kurczaka 100 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Koperkowa z zacierką 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Marchewka z groszkiem 100 g (GLU, MLE) Surówka Colesław 100 g (MLE)				Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Fasolka po bretońsku 400 g (GLU, GOR)		Nektarynka 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 390 Białko ogółem [g] 107,9 Tłuszcz [g] 63,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 359,8 suma cukrów prostych [g] 61,5 Błonnik pokarmowy [g] 46,3 Sól [g] 4,3	
	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) Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g				Kompot z owoców z/c 250 ml Pulpet drobiowy gotowany 90 g (JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Koperkowa z zacierką - dieta 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Marchewka gotowana-dieta 200 g				Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Sałatka makaronowa z warzywami - dieta 100 g (GLU)		Chleb bułkowy 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Półędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, parzona, w osło 20 g (SOJ)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 009,1 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 50,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Węglowodany ogółem [g] 313 suma cukrów prostych [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 Sól [g] 6,3	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 30 g (SOJ) Ogórek zielony 80 g Kakao b/c 250 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g		Koktajl jogurtowo-truszkawkowy 150 g (MLE)		Kompot z owoców b/c 250 ml Pulpet drobiowy gotowany 90 g (JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Koperkowa z zacierką 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Surówka Colesław 100 g (MLE) Marchewka z groszkiem 100 g (GLU, MLE)		Mandarynka 1 szt 1 szt		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Fasolka po bretońsku 400 g (GLU, GOR)		Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Półędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, parzona, w osło 20 g (SOJ)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 367,1 Białko ogółem [g] 116,5 Tłuszcz [g] 59,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 Węglowodany ogółem [g] 353 suma cukrów prostych [g] 66,3 Błonnik pokarmowy [g] 51,8 Sól [g] 5,7	

2024-09-20 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 Miód 1 szt Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Pomidor 90 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Morszczuk smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku 200 g (GLU, SEL, GOR) Kalafiorowa z makaronem 500 ml (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 Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 90 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 201,1 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 54,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Węglowodany ogółem [g] 342 suma cukrów prostych [g] 85,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Sól [g] 4,3
	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 płatkami jęczmiennymi 300 g (GLU, MLE) Miód 1 szt Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 200 g (GLU, SEL) Kalafiorowa z makaronem- dieta 500 ml (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 Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2051,4 Białko ogółem [g] 81,9 Tłuszcz [g] 43,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Węglowodany ogółem [g] 346,9 suma cukrów prostych [g] 84 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 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) Filet ziołisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Pomidor 90 g	Kefir 1,5% 150 ml (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku 200 g (GLU, SEL, GOR) Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, MLE, 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) Sałata zielona 10 g Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 90 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1736 Białko ogółem [g] 85,9 Tłuszcz [g] 48,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 238,9 suma cukrów prostych [g] 43,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Sól [g] 4,7

2024-09-21 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 Makaron z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g (GLU, MLE) Pieczarkowa z ziemniakami 500 ml (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 Pasta z twarożku 70 g (MLE) Ogórek zielony 80 g Szynekowa dębowa, kiełbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 975,2 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Węglowodany ogółem [g] 263,2 suma cukrów prostych [g] 59,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,9 Sól [g] 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 udźca z kurczaka 70 g (SEL)	Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 500 ml (GLU, MLE) Makaron z kurczakiem i szpinakiem gotowanym - 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 Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Pasta z twarożku 70 g (MLE)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 936,4 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 42,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 297,9 suma cukrów prostych [g] 58,3 Błonnik pokarmowy [g] 22 Sól [g] 5,2	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) 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 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 Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g (GLU, MLE) Pieczarkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, 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 20 g Szynekowa dębowa, kiełbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Ogórek zielony 80 g Pasta z twarożku 70 g (MLE)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)

2024-09-22 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 gouda, dojrzewający 30 g (MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Mizeria 100 g (MLE) Filet drobiowy w cieście opiekany 100 g (GLU, JAJ) Surówka z białej i czerwonej kapusty 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) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2008,6 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 61,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Węglowodany ogółem [g] 275,9 suma cukrów prostych [g] 52,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 4,1
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (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 Rosół z makaronem 500 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Filet z kurczaka gotowany 100 g Surówka z sałaty masłowej i jogurtu 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) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1808,6 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 38,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Węglowodany ogółem [g] 279,5 suma cukrów prostych [g] 48,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 Sól [g] 4,8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (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)	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g (GLU, JAJ)	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Filet z kurczaka pieczony 100 g Mizeria 100 g (MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty 100 g (MLE)	Jabłko 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka jarzynowa 100 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 20 g (SOJ)

2024-09-23 poniedziałek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 30 g (SOJ) Herbata owocowa z/c 250 g Pomidor 90 g Twarożek z czosnkiem 70 g (MLE) Zupa mleczna z zacierką 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 500 g (MLE, SEL) Naleśniki z serem, posypane cukrem pudrem (opiekane) 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) Papryka świeża 80 g Ser topiony plastry 2 szt (MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Sałata zielona 20 g	Mandarynka 1 szt 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 238,8 Białko ogółem [g] 114,6 Tłuszcz [g] 57,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Węglowodany ogółem [g] 321,6 suma cukrów prostych [g] 86,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 Sól [g] 4,3
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Szynka, lisówka sucha drobiowa 30 g Pasta z twarogu 70 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Zupa mleczna z zacierką 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami-dieta 500 g (MLE, SEL) Ryż gotowany 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 Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL)	Mandarynka 1 szt 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 012,4 Białko ogółem [g] 76,9 Tłuszcz [g] 43,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Węglowodany ogółem [g] 337,8 suma cukrów prostych [g] 80,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 Sól [g] 4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 30 g (SOJ) Twarożek z czosnkiem 70 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Kefir 1,5% 150 ml (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 500 g (MLE, SEL) Naleśniki pełnoziarniste z serem i jabłkiem, opiekane 300 g (GLU, JAJ, MLE)	Koktajl jogurtowo malinowy 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta warzywna 70 g (SEL) Papryka świeża 80 g Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Sałata zielona 20 g	Mandarynka 1 szt 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 059,3 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 59,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 290,2 suma cukrów prostych [g] 71,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 Sól [g] 4,5

2024-09-24 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 szczypiorkiem 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 Zupa brokułowa z makaronem 500 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe gotowane 100 g Surówka z selera 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 morszczuk 70 g (RYB) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Brzoskwinia 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2108,3 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 50,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 326,3 suma cukrów prostych [g] 67,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 Sól [g] 4,4
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Serek kanapkowy 40 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 Zupa brokułowa z makaronem 500 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe gotowane 200 g		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) Paprykarz z ryby morszczuk - dieta 70 g (RYB) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb bułkowy 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Twarożek z pietruszką 20 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2211,9 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 56,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 344,2 suma cukrów prostych [g] 54,5 Błonnik pokarmowy [g] 30 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 Twarożek z szczypiorkiem 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 b/c 250 ml (GLU, MLE)	Kisiel morelowy b/c 150 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z selera i jabłka 100 g (MLE) Buraczki ćwikłowe gotowane 100 g	Wafle suche bez dodatku cukru podpłomyki 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) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Twarożek z pietruszką 20 g (MLE)

2024-09-25 środa	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Pasta z zielonego groszku 70 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL) Sos pieczeniowy 100 g (GLU) Schab pieczony 100 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g (MLE) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z marchwii 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) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Pomidor 90 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 024,6 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 55 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Węglowodany ogółem [g] 293,8 suma cukrów prostych [g] 57,2 Błonnik pokarmowy [g] 38,8 Sól [g] 6,2
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Pasta z twarogu 70 g (MLE) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny - dieta 500 g (MLE, SEL) Schab pieczony 100 g Sos własny 100 g (GLU) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z marchwii 200 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Sałata zielona 10 g Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 023,1 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 47,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 307,2 suma cukrów prostych [g] 62,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 Sól [g] 6,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jabłko 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Schab pieczony 100 g Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos pieczeniowy 100 g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g (MLE) Surówka z marchwii 100 g (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) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 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,