

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-07-18 czwartek	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 Kakao z/c 250 ml (MLE) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (GLU, SOJ, MLE) Ogórek zielony 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Kurczak ćwiartka pieczony 100 g Surówka Colesław 100 g (MLE) Zupa solferino 500 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z kapusty czerwonej 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) Szynka z liściem, szynka wieprzowa, wędzona parzona z dodaną wodą 40 g (GLU, SOJ) Sałatka meksykańska 150 g (MLE)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 107,9 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 66,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Węglowodany ogółem [g] 289,9 suma cukrów prostych [g] 63,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Sól [g] 5	
	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) Polędwica 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 Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Kurczak ćwiartka gotowany 100 g Warzywa gotowane 200 g (SEL) Zupa solferino - dieta 500 g (GLU, MLE, SEL)		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 ryżowa z wędliną- dieta 150 g (SOJ, MLE)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 101,4 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 49 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 337,6 suma cukrów prostych [g] 57,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Sól [g] 5,6	
	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 Polędwica 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 Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Kurczak ćwiartka pieczony 100 g Surówka Colesław 100 g (MLE) Zupa solferino 500 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z kapusty czerwonej 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) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Sałatka meksykańska 150 g (MLE)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 284,9 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 70,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 Węglowodany ogółem [g] 318,5 suma cukrów prostych [g] 72,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 Sól [g] 6,1	

2024-07-19 piątek	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) Dżem brzoskwinowy o obniżonej zawartości cukru 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Pomidor 90 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Miruna smażona 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku 200 g (GLU, SEL) Zupa brokułowa 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) Jajecznica 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 90 g	Ciasto biszkoptowe 100 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 426 Białko ogółem [g] 113,8 Tłuszcz [g] 62,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Węglowodany ogółem [g] 360,7 suma cukrów prostych [g] 77,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 Sól [g] 4,2
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300 g (GLU, MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Dżem brzoskwinowy o obniżonej zawartości cukru 40 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Miruna pieczona z warzywami 100 g (RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku-dieta 200 g (GLU, SEL) Zupa brokułowa z makaronem-diet a 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 Jajecznica na parze 100 g (JAJ, MLE) Polędwica sopocka drobiowa, wędlna drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g (SOJ)	Chleb bułkowy 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Twarożek z ziołami 20 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 171,8 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 51,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 335,7 suma cukrów prostych [g] 67 Błonnik pokarmowy [g] 28 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) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Miruna pieczona z warzywami 100 g (RYB, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku 200 g (GLU, SEL) Zupa brokułowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU, MLE, SEL)	Kisiel morelowy 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 Polędwica sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 40 g (GLU) Jajecznica 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 90 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 20 g Twarożek z ziołami 20 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 864,8 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 52,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 254,1 suma cukrów prostych [g] 29,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,5 Sól [g] 4,6

JADŁOSPIS 20.07.2024 r.

2024-07-20 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 Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Gołąbki siekane 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) Sałatka jarzynowa 100 g (MLE) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 196,4 Białko ogółem [g] 83,6 Tłuszcz [g] 66,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Węglowodany ogółem [g] 319,4 suma cukrów prostych [g] 66,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Sól [g] 6,5
	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 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) Sałatka jarzynka - dieta 100 g (MLE) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 926,1 Białko ogółem [g] 78,8 Tłuszcz [g] 37,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 Węglowodany ogółem [g] 321,5 suma cukrów prostych [g] 59 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 Sól [g] 5,7
	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)	Kefir 1,5% 150 ml (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Gołąbki siekane 300 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE)	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) Sałatka jarzynowa 100 g (MLE) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 172,7 Białko ogółem [g] 96,8 Tłuszcz [g] 52,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 329,9 suma cukrów prostych [g] 55,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,7 Sól [g] 6,1

2024-07-21 niedziela	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Pomidor 90 g Ser wędzony 30 g (JAJ, 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 Szynka wieprzowa pieczona 80 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe gotowane 100 g Pomidorowa z ryżem 500 ml (MLE, SEL) Brokuł gotowany z bułką tartą 100 g (GLU) Sos własny 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Piersz wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU)	Ciasto drożdżowe 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 186 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Węglowodany ogółem [g] 303,5 suma cukrów prostych [g] 50 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 Sól [g] 6,3
	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 Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Kakao z/c 250 ml (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny 100 g (GLU) Buraki ćwikłowe gotowane z jabłkiem 200 g Pomidorowa z ryżem - dieta 500 ml (MLE, SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Piersz wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Pomidor 90 g Twarożek z ziołami 70 g (MLE)	Chleb bułkowy 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ) Margaryna 60% 5g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 023,2 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 49,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 306,6 suma cukrów prostych [g] 60,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 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 Kakao b/c 250 ml (MLE) Ser wędzony 30 g (JAJ, MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Pomidor 90 g	Wafle ryżowe naturalne 20 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny 100 g (GLU) Buraczki ćwikłowe gotowane 100 g Pomidorowa z ryżem 500 ml (MLE, SEL) Brokuł gotowany 100 g	Jabłko 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Piersz wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU)	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 20 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ) Margaryna 60% 5g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 052,3 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 56,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Węglowodany ogółem [g] 293,5 suma cukrów prostych [g] 56,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,7 Sól [g] 6,2

2024-07-22 poniedziałek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 30 g Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kopytka z ziemniaków - gotowane 300 g (GLU, JAJ) Barszcz ukraiński 500 ml (GLU, MLE) Sos pieczarkowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i chrzanu 200 g (MLE, S02)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Paszтет z ciecierzycy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Sałata zielona 20 g Ogórek konserwowy 80 g Szynka z liściem, szynka wieprzowa, wędzona parzona z dodaną wodą 40 g (GLU, SOJ)	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 2 358,9 Białko ogółem [g] 84,3 Tłuszcz [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 378,1 suma cukrów prostych [g] 83,2 Błonnik pokarmowy [g] 49,3 Sól [g] 5,2
	Dieta łatwastrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Sałata zielona 10 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (GLU, SOJ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kopytka gotowane na słodko 300 g (GLU, JAJ, MLE) Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Surówka z marchwi i jabłka 200 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Polędwica sopočka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Paszтет z cukinii 70 g (GLU, JAJ)	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 2 291,8 Białko ogółem [g] 67,4 Tłuszcz [g] 53,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 398,8 suma cukrów prostych [g] 97,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,5 Sól [g] 5,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 30 g	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Kopytka z mąki żytniej gotowane 300 g (GLU, JAJ) Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Sos pieczarkowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i chrzanu 200 g (MLE, S02)	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 z liściem, szynka wieprzowa, wędzona parzona z dodaną wodą 40 g (GLU, SOJ) Paszтет z ciecierzycy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Sałata zielona 20 g Ogórek konserwowy 80 g	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 2 354,2 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 60,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 379,2 suma cukrów prostych [g] 74,8 Błonnik pokarmowy [g] 54,2 Sól [g] 5,8

2024-07-23 wtorek	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) Paprykarz z ryby morszczuk 70 g (RYB) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 500 g (MLE, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 90 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna na sypko 250 g Surówka z białej rzepy i jabłka 100 g (MLE) Surówka z kapusty włoskiej 100 g (MLE) Sos koperkowy 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) Sałatka makaronowa z warzywami 100 g (GLU, SOJ) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 414,1 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 65,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 369 suma cukrów prostych [g] 64 Błonnik pokarmowy [g] 39,9 Sól [g] 5,5
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Paprykarz z ryby morszczuk - dieta 70 g (RYB) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ) Kakao z/c 250 ml (MLE) Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami-dieta 500 g (MLE, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 90 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna na sypko 250 g Surówka z marchwi i jabłka 200 g (MLE) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Sałatka makaronowa z warzywami - dieta 100 g (GLU, SOJ) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 317,1 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 52,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 Węglowodany ogółem [g] 387 suma cukrów prostych [g] 68,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,4 Sól [g] 5,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Paprykarz z ryby morszczuk 70 g (RYB) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kakao b/c 250 ml (MLE)	Maślanka naturalna 150 ml (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 500 g (MLE, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 90 g (GLU, JAJ) Kasza gryczana 250 g Surówka z białej rzepy i jabłka 100 g (MLE) Surówka z kapusty włoskiej 100 g (MLE) Sos koperkowy 100 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) Sałatka z makaronem pełnoziarnistym i warzywami 100 g (SOJ) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 539,7 Białko ogółem [g] 111,1 Tłuszcz [g] 70,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 372,3 suma cukrów prostych [g] 65,7 Błonnik pokarmowy [g] 44,8 Sól [g] 6,1

2024-07-24 środa	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 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 z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE) Pomidor 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem 500 ml (GLU, MLE, SEL) Gulasz z żołądków z kurczaka 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z selera i jabłka 100 g (MLE) Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi 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 Kielbasa podhalańska pieczona z cebulą 100 g (GOR) Pomidor 90 g Ser topiony plastry 2 szt (MLE) Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g	Ciasto biszkoptowe 100 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 605,8 Białko ogółem [g] 124,8 Tłuszcz [g] 100,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,9 Węglowodany ogółem [g] 306,2 suma cukrów prostych [g] 60,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Sól [g] 6,8
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Pasta twarogowa ze szpinakiem-dieta 70 g (MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem-dieta 500 ml (GLU, MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g (GLU) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Cukinia gotowana na parze 200 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 Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ)	Chleb bułkowy 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] [kcal] 1 920,4 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 49,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 282,9 suma cukrów prostych [g] 44,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 Sól [g] 5,9
	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 Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pomidor 90 g	Wafle ryżowe naturalne 20 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi 100 g Surówka z selera i jabłka 100 g (MLE)	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 Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor 90 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ)	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 050,8 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 282,5 suma cukrów prostych [g] 50,1 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 Sól [g] 6,6

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,