

JADŁOSPIS 21.11.2024r.

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-11-21 czwartek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Połudwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ) Kakao z/c 250 ml (MLE) Ser kremowy topiony w trójkącikach ze śmietanką 2 szt (MLE) Pomidor 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Buraki ćwikłowe gotowane z jabłkiem 100 g Potrawka z kurczaka (gotowanego) z warzywami 250 g (GLU, MLE) Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL) Kalafior gotowany 100 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Fasolka po bretońsku 500 g (GLU, GOR)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 536,1 Białko ogółem [g] 117,8 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Węglowodany ogółem [g] 364,5 suma cukrów prostych [g] 81 Błonnik pokarmowy [g] 51,5 Sól [g] 6,5	
	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) Połudwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Potrawka z kurczaka (gotowanego) z warzywami-dieta 250 g (GLU, MLE) Buraki ćwikłowe gotowane z jabłkiem 200 g Krupnik jęczmienny - dieta 500 g (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 makaronowa z warzywami - dieta 100 g (GLU)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 221,9 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 58,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 330,9 suma cukrów prostych [g] 75,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Sól [g] 6,7	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Połudwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ) Kakao b/c 250 ml (MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE)	Maślanka naturalna 150 ml (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Potrawka z kurczaka (gotowanego) z warzywami 250 g (GLU, MLE) Buraki ćwikłowe gotowane z jabłkiem 100 g Kalafior gotowany 100 g Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL)	Wafle ryżowe naturalne 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Fasolka po bretońsku 500 g (GLU, GOR)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 639,9 Białko ogółem [g] 134,9 Tłuszcz [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 377 suma cukrów prostych [g] 83,1 Błonnik pokarmowy [g] 55,5 Sól [g] 6,5	

2024-11-22 piątek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu 70 g (MLE) Dżem truskawkowy o obniżonej zawartości cukrów 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Pomidor 90 g Zupa mleczna z zacierką 300 g (GLU, JAJ, 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 jarzynowa z ziemniakami 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 10 g Pasta jajeczna. 70 g (JAJ, MLE) Ogórek zielony 90 g Piers wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 344,7 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 59,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Węglowodany ogółem [g] 366,3 suma cukrów prostych [g] 95,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Sól [g] 3,9
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Zupa mleczna z zacierką 300 g (GLU, JAJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Dżem truskawkowy o obniżonej zawartości cukrów 50 g Pasta z twarogu 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 jarzynowa z ziemniakami-dieta 500 g (MLE, SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Mix sałat z ziołami i oliwą z oliwek 100 g Piers wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 243,1 Białko ogółem [g] 92,5 Tłuszcz [g] 52,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Węglowodany ogółem [g] 360,6 suma cukrów prostych [g] 93,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 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 Pasta z twarogu 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	Kefir 1,5% 150 ml (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 jarzynowa z ziemniakami 500 g (MLE, SEL)	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) Sałata zielona 10 g Pasta jajeczna. 70 g (JAJ, MLE) Ogórek zielony 90 g Piers wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 994,6 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 55,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 291,3 suma cukrów prostych [g] 51,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,6 Sól [g] 4,8

2024-11-23 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 piersi kurczaka 82 g (MLE) Pomidor 90 g Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g Ser topiony plastry 2 szt (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Schab pieczony 100 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty. 100 g (MLE) Surówka z selera i jabłka. 100 g (MLE) Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 500 g (MLE, SEL) Sos pieczeniowy 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) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE)	Mandarynka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 073,4 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 Węglowodany ogółem [g] 282,3 suma cukrów prostych [g] 67,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Sól [g] 7
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Połędwica 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) Pasta z udźca z kurczaka 70 g (SEL)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ryżowa. 500 ml (GLU, MLE) Schab pieczony 100 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Mieszanka królewska 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) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadłnej 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL)	Mandarynka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 1 921,2 Białko ogółem [g] 82,8 Tłuszcz [g] 40,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 Węglowodany ogółem [g] 316 suma cukrów prostych [g] 54,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 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 Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (GLU, SOJ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z udźca z kurczaka 70 g (SEL)	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g (GLU, JAJ)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 500 g (MLE, SEL) Schab pieczony 100 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty. 100 g (MLE) Surówka z selera i jabłka. 100 g (MLE) Sos pieczeniowy 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) Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL)	Mandarynka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 062,8 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 56 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 294,2 suma cukrów prostych [g] 55,8 Błonnik pokarmowy [g] 41,2 Sól [g] 6,1

JADŁOSPIS 24.11.2024r.

2024-11-24 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 Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Filet drobiowy w cieście opiekany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Pomidorowa z ryżem brązowym 500 ml (MLE, SEL) Mieszanka królewska gotowana 100 g Surówka z kalarepy, marchwi i jabłka 100 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Sałatka jarzynowa 100 g (MLE) Szynka, lisówka sucha drobiowa 50 g Masło 82% 12,5 g (MLE)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 995,2 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 54 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 287,1 suma cukrów prostych [g] 60,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 Sól [g] 4,7
	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 40 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Twarożek z pietruszką 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Filet z kurczaka pieczony 100 g Pomidorowa z ryżem - dieta 500 ml (MLE, SEL) Mieszanka królewska gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka, lisówka sucha drobiowa 50 g Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 807 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 35,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Węglowodany ogółem [g] 287,1 suma cukrów prostych [g] 56,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 Sól [g] 5,1
	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) Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Pomidor 90 g	Jabłko* 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Filet z kurczaka pieczony 100 g Pomidorowa z ryżem brązowym 500 ml (MLE, SEL) Mieszanka królewska gotowana 100 g Surówka z kalarepy, marchwi 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) Sałatka jarzynowa 100 g (MLE) Szynka, lisówka sucha drobiowa 50 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu 20 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 122,8 Białko ogółem [g] 107,8 Tłuszcz [g] 48,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 322,1 suma cukrów prostych [g] 86,1 Błonnik pokarmowy [g] 43,1 Sól [g] 5,8

2024-11-25 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) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata owocowa z/c 250 g Zupa mleczna z płatkami pszennymi 300 g (GLU, MLE) Ser gouda, dojrzewający 30 g (MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz ukraiński 500 ml (GLU, MLE) Kotleciki ziemniaczane (pieczone) 300 g (GLU, JAJ) Surówka z marchwi i jabłka 100 g (MLE) Sos hiszpański 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 20 g Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Ogórek zielony 80 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 371 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 69,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 356,4 suma cukrów prostych [g] 70,5 Błonnik pokarmowy [g] 39,2 Sól [g] 5,8
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Herbata owocowa z/c 250 g Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Zupa mleczna z płatkami pszennymi 300 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Kopytka gotowane na słodko 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) Mix sałat z pomidorem i oliwą z oliwek 100 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 282,3 Białko ogółem [g] 75,1 Tłuszcz [g] 67,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 351,5 suma cukrów prostych [g] 64,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 Sól [g] 6,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata owocowa b/c 250 g Ser gouda, dojrzewający 30 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)	Maślanka naturalna 150 ml (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Kotleciki ziemniaczane (pieczone) 300 g (GLU, JAJ) Surówka z marchwi i jabłka 100 g (MLE) Sos hiszpański 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) Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt

2024-11-26 wtorek	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) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, MLE, SEL) Zrazik drobiowy z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z białej rzepy i jabłka 100 g (MLE)		Herbata owocowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU) Sałata zielona 20 g Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 40 g Ogórek kiszony 80 g	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 136,9 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 72,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 Węglowodany ogółem [g] 284,7 suma cukrów prostych [g] 73,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 Sól [g] 5,3
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 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 z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem-dieta 70 g (MLE) Pomidor 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem-dieta 500 ml (GLU, MLE, SEL) Zrazik drobiowy z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa gotowane 200 g (SEL)		Herbata owocowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Sałata zielona 10 g Serek maślany do smarowania 70 g (MLE) Pomidor 90 g	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 098,5 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 57,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 315,3 suma cukrów prostych [g] 72,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sól [g] 4,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Połędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ) Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE)	Wafle ryżowe naturalne 20 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Zrazik drobiowy z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z białej rzepy i jabłka 100 g (MLE) Surówka z kapusty czerwonej 100 g	Kisiel morelowy b/c 150 g	Herbata owocowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 145,8 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 70,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 288,6 suma cukrów prostych [g] 63,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 Sól [g] 6,1

2024-11-27 środa	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu 70 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pomidor 90 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL) Kociólek meksykański 250 g Ryż brązowy, gotowany 250 g Brokuł gotowany 100 g 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 śledziowa 150 g (JAJ, MLE) Piers wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ)	Ciasto drożdżowe z malinami 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 689 Białko ogółem [g] 115 Tłuszcz [g] 86,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Węglowodany ogółem [g] 376,1 suma cukrów prostych [g] 59,1 Błonnik pokarmowy [g] 49,6 Sól [g] 4,8
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jabłko pieczone 1 szt Sałata zielona 10 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 500 ml (GLU, MLE) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g (GLU) Ryż gotowany 250 g Brokuł gotowany 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Mix sałat z pomidorem i oliwą z oliwek 100 g Piers wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g	Ciasto drożdżowe 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 498,4 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 62,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Węglowodany ogółem [g] 389,3 suma cukrów prostych [g] 58,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 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 Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Pomidor 90 g	Maślanka naturalna 150 ml (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany 200 g (GLU, SEL) Ryż brązowy, gotowany 250 g Brokuł gotowany 100 g Surówka Coleslaw 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) Sałatka śledziowa 150 g (JAJ, MLE) Piers wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ)	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 20 g (GLU, SOJ, SEL) Sałata zielona 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 515,4 Białko ogółem [g] 115,7 Tłuszcz [g] 73,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 355,9 suma cukrów prostych [g] 52,5 Błonnik pokarmowy [g] 48,2 Sól [g] 6,4

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,