

1		2		3		4		5		6		7			
		Śniadanie		2. śniadanie		Obiad		Podwieczorek		Kolacja		Posiłek nocny		SUMA	
2024-08-29 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 (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Połędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ) Ogórek zielony 80 g				Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z selera i jabłka 100 g (MLE) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Surówka z kapusty czerwonej 100 g Zupa brokułowa z makaronem 500 g (GLU, 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) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Sałatka jarzynowa 100 g (MLE)		Brzoskwinia 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 018,8 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 56,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 290,7 suma cukrów prostych [g] 61,2 Błonnik pokarmowy [g] 36 Sól [g] 4,2	
	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 (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Połędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ)				Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Szpinak gotowany 200 g Zupa brokułowa z makaronem 500 g (GLU, MLE, SEL) Sos własny 100 g (GLU)				Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g Sałatka jarzynka - dieta 100 g (MLE)		Chleb bułkowy 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w oslonce niejadalnej 20 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 966,3 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 47,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 297,2 suma cukrów prostych [g] 38,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 Sól [g] 5,4	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g Połędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ) Kakao b/c 250 ml (MLE)		Jabłko 1 szt		Kompot z owoców b/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Surówka z selera i jabłka 100 g (MLE) Zupa brokułowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Sos pieczeniowy 100 g (GLU)		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) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g Sałatka jarzynowa 100 g (MLE)		Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w oslonce niejadalnej 20 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 173,9 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 60,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Węglowodany ogółem [g] 308 suma cukrów prostych [g] 72,4 Błonnik pokarmowy [g] 42 Sól [g] 6	

2024-08-30 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 30 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 Kotlet z ryby morszczuk smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB) 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 10 g Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Pomidor 90 g Serek maślan do smarowania 70 g (MLE)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 110,3 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 48,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 328,7 suma cukrów prostych [g] 79,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 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 zacierką 300 g (GLU, JAJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Dżem brzoskwinowy o obniżonej zawartości cukru 30 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pulpet z ryby morszczuk gotowany 100 g (GLU, JAJ, RYB) 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 Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Szyńka, lisówka sucha drobiowa 40 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 260,8 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 43,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 Węglowodany ogółem [g] 379,4 suma cukrów prostych [g] 77,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Sól [g] 5
	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) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 30 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g	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 ogórkowa z ryżem brązowym 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 Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Pomidor 90 g Szyńka, lisówka sucha drobiowa 40 g	Jabłko 1 szt

2024-08-31 sobota	Dieta Podstawowa	<p>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 topiony plastry 2 szt (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców z/c 250 ml Łazanki z kapustą i mięsem gotowanym 300 g (GLU) Kalafior gotowany 200 g Koperkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Indyk w galarecie 40 g Salami z pieprzem mielonymz Kielbasa wieprzowo-wołowa, drobno rozdrobniona, surowo-wędzona, dojrzewająca, podsuszana 30 g (SOJ, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g</p>	<p>Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 332,7 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 91,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,4 Węglowodany ogółem [g] 286,6 suma cukrów prostych [g] 64 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Sól [g] 8,7</p>
	Dieta łatwostrawna	<p>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)</p>	<p>Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ziemniakami - dieta 500 ml (MLE, SEL) Makaron łazanka w sosie mięsno-warzywnym-dieta 300 g (GLU, SEL) Kalafior gotowany 200 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g</p>	<p>Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 046,4 Białko ogółem [g] 78,8 Tłuszcz [g] 57,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Węglowodany ogółem [g] 305,6 suma cukrów prostych [g] 59,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 Sól [g] 6,3</p>

2024-08-31 sobota	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)	Kisiel truskawkowy b/c 150 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Koperkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty w sosie warzywno-mięsnym (gotowanym) 300 g (GLU, SEL) Kalafior gotowany 200 g	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) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 1 865,7 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Węglowodany ogółem [g] 239,2 suma cukrów prostych [g] 56,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 7,7
2024-09-01 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) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 30 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Filet drobiowy w cieście opiekany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Pomidorowa z ryżem 500 ml (MLE, SEL) Surówka Colesław 100 g (MLE) Mizeria 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 brokułowa 150 g (JAJ, MLE) Szynkowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g	Mandarynka 1 szt 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 031 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 280,9 suma cukrów prostych [g] 60,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Sól [g] 4,3
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 30 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) Kurczak ćwiartka gotowany 100 g Pomidorowa z ryżem - dieta 500 ml (MLE, SEL) Dyńa gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynkowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Sałatka ryżowa z wędliną-dieta 150 g (MLE, SEL)	Mandarynka 1 szt 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 077 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 49,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 324,5 suma cukrów prostych [g] 62,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Sól [g] 5,3

2024-09-01 niedziela	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>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) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor 90 g</p>	<p>Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)</p>	<p>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) Surówka Colesław 100 g (MLE) Mizeria 100 g (MLE)</p>	<p>Maślanka naturalna 150 ml (MLE)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka brokułowa 150 g (JAJ, MLE) Szynkowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g</p>	<p>Mandarynka 1 szt 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1944,7 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 52,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 276,7 suma cukrów prostych [g] 63,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 Sól [g] 5,1</p>
2024-09-02 poniedziałek	Dieta Podstawowa	<p>Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 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 Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Pasztet pieczony, drobiowo wieprzowy 40 g (GLU) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300 g (GLU, MLE)</p>	<p>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)</p>			<p>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 topiony plastry 2 szt (MLE) Pomidor 90 g Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g</p>	<p>Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2190,1 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 53,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Węglowodany ogółem [g] 337,5 suma cukrów prostych [g] 70,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,7 Sól [g] 6,3</p>
	Dieta łatwostrawna	<p>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. 30 g (SOJ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Serek kanapkowy 50 g (MLE) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300 g (GLU, MLE)</p>	<p>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)</p>			<p>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 Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL)</p>	<p>Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2230,9 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 59,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Węglowodany ogółem [g] 339,7 suma cukrów prostych [g] 79,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 Sól [g] 5,8</p>

2024-09-02 poniedziałek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 40 g (GLU)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g (MLE)	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)	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) Pasta warzywna 70 g (SEL) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 108 Białko ogółem [g] 79,2 Tłuszcz [g] 52,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 334,3 suma cukrów prostych [g] 62,7 Błonnik pokarmowy [g] 43 Sól [g] 5,7
2024-09-03 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 z zielonego groszku 70 g	Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem 500 ml (GLU, MLE, SEL) Sos meksykański 100 g Schab pieczony 100 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g (MLE) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z białej rzepy i jabłka 100 g (MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem-dieta 500 ml (GLU, MLE, SEL) Schab pieczony 100 g Sos szpinakowy - dieta 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z marchwi 200 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) Szynekowa dębowa, kiełbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Sałata zielona 10 g Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Pomidor 90 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 323,4 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 71,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 Węglowodany ogółem [g] 316,5 suma cukrów prostych [g] 70,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Sól [g] 5,3
	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 twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE)					Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 317,2 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 335,9 suma cukrów prostych [g] 76,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Sól [g] 5,7

2024-09-03 wtorek	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) Polędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ) Pasta z zielonego groszku 70 g	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Schab pieczony 100 g Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos meksykański 100 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g (MLE) Surówka z białej rzepy i jabłka 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) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 944,2 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 50,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Węglowodany ogółem [g] 278,7 suma cukrów prostych [g] 64 Błonnik pokarmowy [g] 39,9 Sól [g] 5,2
2024-09-04 środa	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 30 g (SOJ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Ogórek zielony 80 g Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem 70 g (RYB, MLE) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszanej 500 g (GLU, SEL, GOR) Makaron z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 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) Fasolka po bretońsku 400 g (GLU, GOR)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 360 Białko ogółem [g] 118,9 Tłuszcz [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 Węglowodany ogółem [g] 338,6 suma cukrów prostych [g] 62,6 Błonnik pokarmowy [g] 40,8 Sól [g] 4,8
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 500 ml (GLU, MLE) Makaron z kurczakiem i szpinakiem gotowanym - dieta 300 g (GLU, MLE) 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 Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Paszтет z cukinii (pieczony) 70 g (GLU, JAJ)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 158,3 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 53,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 334,9 suma cukrów prostych [g] 55,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Sól [g] 4,7

<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">2024-09-04 środa</p>	<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem 70 g (RYB, MLE) Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Ogórek zielony 80 g</p>	<p>Kefir 1,5% 150 ml (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców b/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszonej 500 g (GLU, SEL, GOR) Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g (GLU, MLE) Mieszanka królewska gotowana 100 g</p>	<p>Kisiel morelowy b/c 150 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Fasolka po bretońsku 400 g (GLU, GOR)</p>	<p>Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Pasta z twarozku 20 g (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 084 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 60,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 281,8 suma cukrów prostych [g] 30,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,9 Sól [g] 5,4</p>
---	--	--	---------------------------------------	--	----------------------------------	---	--	---

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,