

1		2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-12 czwartek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z czosnkiem 70 g (MLE) Ogórek zielony 80 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Połudwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszonej 500 g (GLU, SEL, GOR) Gulasz z kurczaka gotowany 150 g (GLU) Kasza jęczmienna na sypko 250 g (GLU) Surówka z kapusty włoskiej 100 g (MLE) Kalaflor gotowany 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 Pomidor z cebulką 80 g Paszтет z soczewicy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Ser wędzony 30 g (JAJ, MLE)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 190,1 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 70,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 295,2 suma cukrów prostych [g] 50 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Sól [g] 4,1
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Banan (połowa) 1 szt Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Połudwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 500 g (GLU, MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 150 g (GLU) Kasza jęczmienna na sypko 250 g (GLU) Cukinia gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 006,4 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 49,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 309 suma cukrów prostych [g] 68,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 Sól [g] 5,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Połudwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ogórek zielony 80 g Kakao b/c 250 ml (MLE) Twarożek z czosnkiem 70 g (MLE) Sałata zielona 20 g	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszonej 500 g (GLU, SEL, GOR) Gulasz z kurczaka gotowany 150 g (GLU) Kasza gryczana 250 g Surówka z kapusty włoskiej 100 g (MLE) Kalaflor gotowany 100 g	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor z cebulką 80 g Sałata zielona 20 g Paszтет z soczewicy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g	Mandarynka 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 372,5 Białko ogółem [g] 110,9 Tłuszcz [g] 75,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 317 suma cukrów prostych [g] 50,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,1 Sól [g] 5,2

2025-06-13 piątek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata owocowa z/c 250 g Miód 1 szt Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Zupa mleczna z ryżem 250 g (MLE) Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem 500 g (GLU, MLE, SEL) Kotlet z ryby morszczuk smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 100 g Surówka z pora, jabłka i 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) Jajecznicza 100 g (JAJ) Roszponka 10 g Ser topiony plastry 2 szt (MLE)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 199,9 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 67,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 312,2 suma cukrów prostych [g] 88,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Sól [g] 4,2
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Salata zielona 20 g Herbata owocowa z/c 250 g Zupa mleczna z ryżem 250 g (MLE) Miód 1 szt Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem - dieta 500 g (GLU, MLE, SEL) Pulpet z ryby morszczuk, podpiekany 100 g (GLU, JAJ, RYB) 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) Roszponka 10 g Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ) Jajecznicza na parze 100 g (JAJ, MLE) Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 228,9 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 59,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 336,8 suma cukrów prostych [g] 90 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sól [g] 5,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata owocowa b/c 250 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Szynka z piersią indyczą 30 g (SOJ, SEL) Pomidor 80 g	Jabłko* 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU, MLE, SEL) Pulpet z ryby morszczuk, podpiekany 100 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z pora, jabłka i marchwii 200 g (MLE) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Roszponka 10 g Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ) Jajecznicza 100 g (JAJ) Masło 82% 12,5 g (MLE)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 011,1 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 64,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 272,5 suma cukrów prostych [g] 71 Błonnik pokarmowy [g] 36 Sól [g] 5,5

2025-06-14 sobota	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) Pasta z kukurydzy 70 g Sałata zielona 10 g Papryka świeża 80 g Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 30 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos pomidorowy 80 g (GLU, MLE) Surówka Colesław 100 g Brokuł gotowany 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 Pomidor z szczypiorkiem 80 g Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Serek kremowy topiony 1 szt (MLE) Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g	Mandarynka 120 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 114,6 Białko ogółem [g] 83,8 Tłuszcz [g] 79 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Węglowodany ogółem [g] 271,9 suma cukrów prostych [g] 58,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Sól [g] 4,7
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Połędwica miodowa 30 g (SOJ, SEL) Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 500 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU) Warzywa w paski (gotowane) 200 g (SEL) Kisiel truskawkowy b/c 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Szynka śniadaniowa 40 g (SOJ, MLE) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE)	Mandarynka 120 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 004,5 Białko ogółem [g] 78,9 Tłuszcz [g] 62,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Węglowodany ogółem [g] 289,5 suma cukrów prostych [g] 57,6 Błonnik pokarmowy [g] 30 Sól [g] 5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta warzywna 70 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Sałata zielona 10 g Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 30 g Papryka świeża 80 g	Wafle ryżowe naturalne 20 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka Colesław 100 g Brokuł gotowany 100 g Sos pomidorowy 80 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) Sałata zielona 10 g Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Pomidor z szczypiorkiem 80 g Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE)	Mandarynka 120 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 120 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 74,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 270,8 suma cukrów prostych [g] 50,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,3 Sól [g] 4,5

2025-06-15 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 80 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta twarogowo-jajeczna 70 g (JAJ, MLE, GOR) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml (GLU, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 230 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z białej kapusty z ogórkiem 100 g 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) Sałatka meksykańska 100 g Ser gouda, dojrzewający 30 g (MLE)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 208,6 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 77,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 Węglowodany ogółem [g] 275 suma cukrów prostych [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Sól [g] 3,1
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Pasta twarogowo-jajeczna - dieta 70 g (JAJ, MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem-diet a 500 ml (GLU, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 230 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Mieszanka królewska z olejem 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka ryżowa z wędliną-diet 100 g (MLE, SEL) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 30 g Sałata zielona 10 g Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 366,9 Białko ogółem [g] 113,4 Tłuszcz [g] 81,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 301,8 suma cukrów prostych [g] 60,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,7 Sól [g] 4,8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Kakao b/c 250 ml (MLE) Pasta twarogowo-jajeczna 70 g (JAJ, MLE, GOR) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g Pomidor 80 g	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 20 g (GLU, JAJ)	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Noga z kurczaka, pieczona 230 g Mieszanka królewska gotowana 100 g Surówka z białej kapusty z ogórkiem 100 g	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Sałatka meksykańska 100 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 30 g Masło 82% 12,5 g (MLE)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 084,8 Białko ogółem [g] 109,6 Tłuszcz [g] 72,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 248,3 suma cukrów prostych [g] 49,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Sól [g] 4,5

2025-06-16 poniedziałek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Połudwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Zupa mleczna z płatkami pszennymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz ukraiński 500 ml (GLU, MLE) 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) Sałatka z pomidora i rukoli z dodatkiem oleju 100 g Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Szynekowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 087,2 Białko ogółem [g] 103,1 Tłuszcz [g] 62,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 301,7 suma cukrów prostych [g] 79,6 Błonnik pokarmowy [g] 25 Sól [g] 5,3
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Połudwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g (SOJ) Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Sałata zielona 20 g Zupa mleczna z płatkami pszennymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Makaron z jabłkami 300 g (GLU, JAJ, 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) Sałatka z pomidora i rukoli z dodatkiem oleju 100 g Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Szynekowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g	Chleb bułkowy 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu 20 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 012 Białko ogółem [g] 82,9 Tłuszcz [g] 49,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 338 suma cukrów prostych [g] 74,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 Sól [g] 5,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Połudwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Barszcz ukraiński 500 ml (GLU, MLE) Naleśniki pełnoziarniste z serem polane sosem malinowym (opiekane) 350 g (GLU, JAJ, MLE)	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka z pomidora i rukoli z dodatkiem oleju 100 g Szynekowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 060,3 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 65,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 271,8 suma cukrów prostych [g] 61,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Sól [g] 5,4

2025-06-17 wtorek	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) Roszponka 10 g Pomidor 90 g Pasta z groszku 70 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Rumsztyk wieprzowy (pieczony) z cebulką 150 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z kapusty kiszonej 100 g Surówka z marchwii i chrzanu 100 g (MLE, S02)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g 4 Chleb graham 100 g (GLU) Kociótek drobiowo warzywny z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU)	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU) M śmiet	Wartość energetyczna[kcal] 2390,6 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 75,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8 Węglowodany ogółem [g] 320,3 suma cukrów prostych [g] 67,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,5 Sól [g] 4,4
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Roszponka 10 g Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem zacierka - dieta 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos szpinakowy - dieta 100 g (GLU, MLE) Surówka z marchwii 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka z piersią indyczą 40 g (SOJ, SEL) Sałata zielona 10 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2081,6 Białko ogółem [g] 84,4 Tłuszcz [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6							

2025-06-18 środa	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Ogórek zielony 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 40 g (GLU) Połędwica miodowa 30 g (SOJ, SEL) Zupa mleczna z kaszą manną 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pieczarkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Makaron z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g (GLU, MLE) Mieszanka królewska z olejem 200 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 Pomidor 80 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobni ony, parzony 30 g Ser mozzarella 30 g (MLE)	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 232,3 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 73,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 Węglowodany ogółem [g] 301,3 suma cukrów prostych [g] 52,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 Sól [g] 4,1
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Połędwica miodowa 30 g (SOJ, SEL) Twarożek z pomidorem 70 g (MLE) Zupa mleczna z kaszą manną 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ziemniaczana -dieta 500 ml (GLU, MLE) Makaron z kurczakiem i szpinakiem gotowanym -dieta 300 g (GLU, MLE) Mieszanka królewska z olejem 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobni ony, parzony 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 451,7 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 67,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 357,4 suma cukrów prostych [g] 56,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,6 Sól [g] 5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Ogórek zielony 80 g Połędwica miodowa 30 g (SOJ, SEL) Twarożek z pomidorem 70 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g	Wafle ryżowe naturalne 32 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Pieczarkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g (GLU, MLE) Mieszanka królewska z olejem 200 g	Koktajl jogurtowo-truskawkowy 200 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Ser mozzarella 30 g (MLE)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 004,2 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Węglowodany ogółem [g] 243,3 suma cukrów prostych [g] 49 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Sól [g] 3,9

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,