

JADŁOSPIS 06.02.2025r.

1		2		3		4		5		6		7			
		Śniadanie		2. śniadanie		Obiad		Podwieczorek		Kolacja		Posiłek nocny		SUMA	
2025-02-06 czwartek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Ogórek zielony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU) Sałata zielona 20 g				Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Zrazik z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Surówka z marchwi i selera 100 g (MLE) Surówka wielowarzywna 100 g 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) Sałata zielona 20 g Kiełbasa podhalańska, pieczona 100 g (GOR) Pomidor 80 g Ser gouda, dojrzewający 40 g (MLE)		Mandarynka 140 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 369,1 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 105,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,3 Węglowodany ogółem [g] 253,3 suma cukrów prostych [g] 60,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 Sól [g] 7	
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Banan (połowa) 1 szt Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Sałata zielona 10 g				Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem-dieta 500 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Zrazik z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Marchewka gotowana-dieta 200 g Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU)				Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Mix sałat z ziołami i olejem 100 g Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Polędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 50 g (SOJ)		Mandarynka 140 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 047,3 Białko ogółem [g] 86,4 Tłuszcz [g] 58,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Węglowodany ogółem [g] 302,3 suma cukrów prostych [g] 75,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Sól [g] 6,1	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU) Ogórek zielony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g		Wafle ryżowe naturalne 30 g		Kompot z owoców b/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Zrazik z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Surówka z marchwi i selera 100 g (MLE) Surówka wielowarzywna 100 g Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE)		Maślanka naturalna 150 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Polędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 50 g (SOJ)		Kiwi 140 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 068,2 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 65,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 Węglowodany ogółem [g] 277 suma cukrów prostych [g] 60,2 Błonnik pokarmowy [g] 36 Sól [g] 7	

2025-02-07 piątek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Salata zielona 10 g Herbata owocowa z/c 250 g Miód 1 szt Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Zupa mleczna z płatkami pszennymi 250 g (GLU, MLE) Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (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) Kapusta czerwona (gotowana) 200 g Zupa solferino 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) Rukola 20 g Jajecznicza 100 g (JAJ) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor 80 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 415,4 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 83,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 344,3 suma cukrów prostych [g] 101 Błonnik pokarmowy [g] 30 Sól [g] 3,7
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Salata zielona 10 g Herbata owocowa z/c 250 g Zupa mleczna z płatkami pszennymi 250 g (GLU, MLE) Miód 1 szt Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Pulpet z ryby morszczuk, podpiekany 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) 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) Pomidor 80 g Rukola 20 g Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Jajecznicza na parze 100 g (JAJ, MLE)	Chleb bułkowy 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Salata zielona 10 g Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 170,6 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 55,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 356,6 suma cukrów prostych [g] 79,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 5,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Salata zielona 10 g Herbata owocowa b/c 250 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Ser wędzony 30 g (JAJ, MLE) Połowa pomarańczy 140 g	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g (GLU, JAJ)	Kompot z owoców b/c 250 ml Pulpet z ryby morszczuk, podpiekany 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Kapusta czerwona (gotowana) 200 g Zupa solferino 500 g (MLE, SEL)	Kisiel truskawkowy b/c 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Rukola 20 g Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL) Jajecznicza 100 g (JAJ) Chleb graham 100 g (GLU) Pomidor 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Salata zielona 10 g Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 20 g (SOJ) Margaryna 60% 5 g (MLE)

2025-02-08 sobota	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z udźca z kurczaka 70 g (SEL) Sałata zielona 20 g Ser topiony plastry 3 szt (MLE) Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Makaron z sosem bolognese, z łop wp. gotowaną 300 g (GLU, MLE) Brokuł gotowany 100 g 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 Ogórek zielony 80 g Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 039 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 68,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Węglowodany ogółem [g] 268,8 suma cukrów prostych [g] 59,1 Błonnik pokarmowy [g] 28 Sól [g] 3,8
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z udźca z kurczaka 70 g (SEL) Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ziemniaczana - dieta 500 ml (GLU, MLE) Makaron z sosem bolognese z łopatką wieprzową (gotowaną)-dieta 300 g (GLU) Brokuł gotowany 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 Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Pasta twarogowa ze szpinakiem-dieta 70 g (MLE)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 048,6 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 53 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 317,4 suma cukrów prostych [g] 58,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sól [g] 4,8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Kakao b/c 250 ml (MLE) Sałata zielona 20 g Pasta z udźca z kurczaka 70 g (SEL) Pomidor 80 g	Wafle suche bez dodatku cukru podpiomyki 25 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Pieczarkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp. gotowaną 300 g (GLU, MLE) Brokuł gotowany 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) Sałata zielona 20 g Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Ogórek zielony 80 g Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 011,7 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 63,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 265 suma cukrów prostych [g] 63,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 Sól [g] 4,7

2025-02-09 niedziela	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Pasta warzywna 70 g (SEL) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 40 g (SOJ) Zupa mleczna z ryżem 250 g (MLE) Rzodkiewka 40 g	Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Noga z kurczaka, pieczona 250 g Surówka z białej rzepy i jabłka 100 g (MLE) 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) Galaretko drobiowa z udźca z jajkiem 100 g (JAJ) Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Sałata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 213 Białko ogółem [g] 106,6 Tłuszcz [g] 80,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 270,2 suma cukrów prostych [g] 49,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 Sól [g] 4	
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 40 g (SOJ) Zupa mleczna z ryżem 250 g (MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem-dieta 500 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Noga z kurczaka, gotowana 250 g Mieszanka królewska gotowana 200 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Galaretko drobiowa z udźca z jajkiem-dieta 100 g (JAJ) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 071,6 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 276,4 suma cukrów prostych [g] 42,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 Sól [g] 5,3	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 40 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g Pasta warzywna 70 g (SEL) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Rzodkiewka 40 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Noga z kurczaka, pieczona 250 g Mieszanka królewska gotowana 100 g Surówka z białej rzepy i jabłka 100 g (MLE)	Wafle ryżowe naturalne 30 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Galaretko drobiowa z udźca z jajkiem 100 g (JAJ) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Sałata zielona 20 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 20 g (SOJ)

JADŁOSPIS 10.02.2025r.

2025-02-10 poniedziałek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Papryka świeża 80 g Ser kremowy topiony w trójkącikach ze śmietanką 2 szt (MLE) Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz ukraiński 500 ml (GLU, MLE) Pierogi ruskie 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwii 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) Ogórek zielony 80 g Paprykarz z ryby morszczuk 70 g (RYB) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g	Mandarynka 140 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 201,6 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 64,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Węglowodany ogółem [g] 323,1 suma cukrów prostych [g] 70,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Sól [g] 5,6
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Połudwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Sałata zielona 10 g		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 marchwii 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Mix sałat z ziołami i olejem 100 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Paprykarz z ryby morszczuk-dieta 70 g (RYB)	Mandarynka 140 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 261,4 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 71 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 318,7 suma cukrów prostych [g] 73,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 Sól [g] 5,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Połudwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% 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 marchwii i chrzanu 200 g (MLE, S02)	Wafle ryżowe naturalne 20 g	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) Ogórek zielony 80 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g	Mandarynka 140 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 185,6 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Węglowodany ogółem [g] 326,4 suma cukrów prostych [g] 63,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Sól [g] 6,3

2025-02-11 wtorek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z ziołami 70 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem 500 g (GLU, MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym 200 g (GLU) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z białej kapusty i jabłka 200 g		Herbata z cytryną 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) Połędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g (SOJ)	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 266,6 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 65,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 314,3 suma cukrów prostych [g] 55,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sól [g] 3,8
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadłnej 40 g Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Pomidor 90 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem - dieta 500 g (GLU, MLE, SEL) Schab pieczony - dieta 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos szpinakowy 100 g (GLU, MLE) Cukinia gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Połędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g (SOJ) Sałatka jarzynka - dieta 150 g (MLE)	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 137,3 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 54,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 325,8 suma cukrów prostych [g] 50,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Sól [g] 5,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Twarożek z ziołami 70 g (MLE)	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU, MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym 200 g (GLU) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z białej kapusty i jabłka 200 g	Biszkopty wrocławskie-bez dodatku cukrów 30 g (GLU, JAJ)	Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Połędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g (SOJ) Sałatka brokułowa 150 g (JAJ, MLE)	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 034,4 Białko ogółem [g] 108,3 Tłuszcz [g] 63,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 259,6 suma cukrów prostych [g] 37,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Sól [g] 5,2

2025-02-12 środa	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Roszponka 10 g Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Ser mozzarella 40 g (MLE) Pomidor 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Filet drobiowy w cieście opiekany 100 g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty włoskiej 100 g (MLE) Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL) Kalań gotowany, posypany bułką tartą 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Indyk w galarecie 40 g Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE) Sałatka z sałaty zielonej, ogórka i pomidora, polana olejem 100 g Masło 82% 12,5 g (MLE)	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 025,2 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 69,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Węglowodany ogółem [g] 251,8 suma cukrów prostych [g] 47,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 Sól [g] 4,1
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Ser mozzarella 40 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Filet z kurczaka pieczony 100 g Warzywa w kostce gotowane 200 g (SEL) Krupnik jęczmienny-dieta 500 g (MLE, SEL) Sos koperkowy-dieta 100 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Serek kanapkowy 70 g (MLE) Sałatka z pomidorem, polana olejem 100 g	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 046,9 Białko ogółem [g] 85,9 Tłuszcz [g] 73,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Węglowodany ogółem [g] 263,3 suma cukrów prostych [g] 40,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Sól [g] 5,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Roszponka 10 g Pomidor 90 g Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Kakao b/c 250 ml (MLE) Ser mozzarella 40 g (MLE)	Jabłko 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL) Filet drobiowy w cieście opiekany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z kapusty włoskiej 100 g (MLE) Kalań gotowany 100 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Sałatka z sałaty zielonej, ogórka i pomidora, polana olejem 100 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE) Masło 82% 12,5 g (MLE)	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 153,7 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 71,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 Węglowodany ogółem [g] 274,9 suma cukrów prostych [g] 66,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 Sól [g] 5,4

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,