

1		2		3		4		5		6		7			
		Śniadanie		2. śniadanie		Obiad		Podwieczorek		Kolacja		Posiłek nocny		SUMA	
2024-08-26 poniedziałek	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) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pomidor 100 g Pasta z twarogu 70 g (MLE)				Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 500 g (MLE, SEL) Naleśniki z serem, posypane cukrem pudrem (opiekane) 300 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) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kielbasa podhalańska pieczona z cebulą 100 g (GOR) Ser kremowy topiony w trójkącikach ze śmietanką 1 szt (MLE)		Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 408,8 Białko ogółem [g] 107,1 Tłuszcz [g] 90,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,3 Węglowodany ogółem [g] 289,1 suma cukrów prostych [g] 83,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,3 Sól [g] 6,5	
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 100 g Szynka, lisówka sucha drobiowa 30 g Pasta z twarogu 70 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)				Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami-dieta 500 g (MLE, SEL) Ryż gotowany z jabłkiem 300 g (GLU, JAJ, 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 Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Paszтет z cukinii (pieczony) 70 g (GLU, JAJ)		Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 966,7 Białko ogółem [g] 68 Tłuszcz [g] 45,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Węglowodany ogółem [g] 325 suma cukrów prostych [g] 80,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Sól [g] 5,4	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	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 30 g (SOJ) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pomidor 100 g		Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 500 g (MLE, SEL) Naleśniki pełnoziarniste z serem i jabłkiem, opiekane 300 g (GLU, JAJ, 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) Sałata zielona 10 g Paszтет z soczewicy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Pomidor 90 g Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE)		Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 296,5 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 60,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 332,5 suma cukrów prostych [g] 87,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,9 Sól [g] 5,7	

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,