

1		2		3		4		5		6		7			
		Śniadanie		2. śniadanie		Obiad		Podwieczorek		Kolacja		Posiłek nocny		SUMA	
2024-08-08 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 Kakao z/c 250 ml (MLE) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (GLU, SOJ, MLE) Ogórek zielony 80 g				Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Udziec z kurczaka pieczony. 100 g Surówka z selera i jabłka 100 g (MLE) Zupa solferino 500 g (MLE, SEL) Surówka z kapusty czerwonej 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) Szynka z liściem, szynka wieprzowa, wędzona parzona z dodaną wodą 40 g (GLU, SOJ) Sałatka jarzynowa 100 g (MLE)		Mandarynka 1 szt. 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 896,8 Białko ogółem [g] 84,3 Tłuszcz [g] 47,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 293,2 suma cukrów prostych [g] 62,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 Sól [g] 4,5	
	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 Kakao z/c 250 ml (MLE) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (GLU, SOJ, MLE)				Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Udziec z kurczaka gotowany. 100 g 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) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Sałatka jarzynka - dieta 100 g (MLE)		Jabłko 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 869,1 Białko ogółem [g] 76,9 Tłuszcz [g] 39,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Węglowodany ogółem [g] 313 suma cukrów prostych [g] 60 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 Sól [g] 5	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 70 g Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (GLU, SOJ, MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE)		Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30g (GLU, JAJ)		Kompot z owoców b/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Udziec z kurczaka pieczony. 100 g Surówka z selera i jabłka 100 g (MLE) Zupa solferino 500 g (MLE, SEL) Surówka z kapusty czerwonej 100 g		Kisiel morelowy b/c 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 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 jarzynowa 100 g (MLE)		Mandarynka 1 szt. 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 991,6 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 49,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 Węglowodany ogółem [g] 309,8 suma cukrów prostych [g] 58,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,1 Sól [g] 5,4	

2024-08-09 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 płatkami jęczmiennymi 300 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Miruna smażona 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 sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 40 g (GLU) Jajecznica 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 90 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 533,1 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 77,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Węglowodany ogółem [g] 348,4 suma cukrów prostych [g] 81,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Sól [g] 5,3
	Dieta tatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300 g (GLU, 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 Miruna pieczona z warzywami 100 g (RYB, SEL) 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 Jajecznica na parze 100 g (JAJ, MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobny, parzony 40 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 551,5 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 69,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Węglowodany ogółem [g] 377,3 suma cukrów prostych [g] 82,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Sól [g] 5,2
	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, gruborozdrobny, 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 Miruna pieczona z warzywami 100 g (RYB, SEL) 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 sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 40 g (GLU) Jajecznica 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 90 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu 20 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 940,2 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 55,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Węglowodany ogółem [g] 261,8 suma cukrów prostych [g] 28,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,5 Sól [g] 5,8

2024-08-10 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 drobiem 70 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 90 g Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g Ser kremowy topiony w trójkącikach ze śmietanką 1 szt (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Gołąbki siekane, pieczone 300 g (JAJ) 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) Sałatka makaronowa z warzywami 100 g (GLU, SOJ) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 360,7 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 72 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Węglowodany ogółem [g] 339,5 suma cukrów prostych [g] 66,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 Sól [g] 7,3
	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 30 g 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 Ziemniaczana 500 ml (GLU, MLE) Risotto z kurczakiem i warzywami gotowanymi 300 g (SEL) Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka makaronowa z warzywami - dieta 100 g (GLU, SOJ) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 037,7 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 43,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3 Węglowodany ogółem [g] 330 suma cukrów prostych [g] 56,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 Sól [g] 5,8
	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)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Gołąbki siekane, pieczone 300 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE)	Jogurt naturalny 2% tł 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka z makaronem pełnoziarnistym i warzywami 100 g (GLU, SOJ) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 311,9 Białko ogółem [g] 109,8 Tłuszcz [g] 59,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 335,6 suma cukrów prostych [g] 73,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 Sól [g] 7,2

2024-08-11 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 Awanturka 70 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kurczak ćwiartka pieczony 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe gotowane 100 g Rosół z makaronem 500 ml (GLU, SEL) Surówka Colesław 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) Pomidor 90 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU)	Ciasto drożdżowe 80 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 125,6 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 69,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 Węglowodany ogółem [g] 286,4 suma cukrów prostych [g] 50,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Sól [g] 4,5
	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. 30 g (SOJ) Kakao z/c 250 ml (MLE) Awanturka-dieta 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Kurczak ćwiartka gotowany 100 g Buraki ćwikłowe gotowane z jabłkiem 200 g Rosół z makaronem 500 ml (GLU, SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 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) Pomidor 90 g Twarożek z ziołami 70 g (MLE)	Ciasto drożdżowe 80 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 193,1 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 62,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Węglowodany ogółem [g] 311,9 suma cukrów prostych [g] 58,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 Sól [g] 4,6
	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) Awanturka 70 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Pomidor 90 g	Kisiel truskawkowy b/c 150 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Kurczak ćwiartka pieczony 100 g Buraczki ćwikłowe gotowane 100 g Rosół z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, SEL) Surówka Colesław 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) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU)	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ)

2024-08-12 poniedziałek	Dieta Podstawowa	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 30 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Ser wędzony 30 g (JAJ, MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL) Sos meksykański 100 g Szynka wieprzowa pieczona 80 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g (MLE) Ziemniaki gotowane 250 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) Paprykarz z ryby morszczuk 70 g (RYB) Sałata zielona 20 g Ogórek konserwowy 80 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ)	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 384 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 76,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 Węglowodany ogółem [g] 318,2 suma cukrów prostych [g] 71,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 5,6
	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 Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ)	Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny - dieta 500 g (MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos szpinakowy - dieta 100 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 200 g (MLE) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Paprykarz z ryby morszczuk - dieta 70 g (RYB)	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 332,5 Białko ogółem [g] 90,6 Tłuszcz [g] 65,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Węglowodany ogółem [g] 343 suma cukrów prostych [g] 72,7 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) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 30 g Ser wędzony 30 g (JAJ, MLE)	Jogurt naturalny 2% tł 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Szynka wieprzowa pieczona 80 g Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos meksykański 100 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g (MLE)	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 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) Paprykarz z ryby morszczuk 70 g (RYB) Sałata zielona 20 g Ogórek konserwowy 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 20 g (SOJ)

2024-08-13 wtorek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z zielonego groszku 70 g Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g		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) Ser topiony plastry 1 szt (MLE) Kielbasa podhalańska pieczona z cebulą 100 g (GOR) Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 410,4 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 91,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,9 Węglowodany ogółem [g] 296,9 suma cukrów prostych [g] 79,5 Błonnik pokarmowy [g] 29 Sól [g] 5,4
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Pasta twarogowa ze szpinakiem-dieta 70 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Kakao z/c 250 ml (MLE) Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 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 Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL) Sałata zielona 10 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 821,4 Białko ogółem [g] 60,8 Tłuszcz [g] 43,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 306,7 suma cukrów prostych [g] 71,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sól [g] 4,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z zielonego groszku 70 g Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kakao b/c 250 ml (MLE)	Kefir 1,5% 150 ml (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)	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) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta warzywna 70 g (SEL) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Jabłko 1 szt

2024-08-14 środa	Dieta Podstawowa	<p>Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Polędwica sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 30 g (GLU) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pomidor 90 g Pasta z twarogu 70 g (MLE)</p>		<p>Kompot z owoców z/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszzonej 500 g (GLU, SEL, GOR) Makaron z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g (GLU, MLE) Mieszanka królewska gotowana 100 g</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 Paszтет z ciecierzycy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Pomidor 90 g Szyinka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)</p>	<p>Ciasto biszkoptowe z jabłkiem 80 g (GLU, JAJ)</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] 2 285,5 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 311,8 suma cukrów prostych [g] 58,3 Błonnik pokarmowy [g] 31 Sól [g] 4,8</p>
	Dieta łatwostrawna	<p>Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu 70 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Szyinka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ)</p>		<p>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</p>		<p>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 Szyinka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Paszтет z cukinii 70 g (GLU, JAJ)</p>	<p>Ciasto biszkoptowe z jabłkiem 80 g (GLU, JAJ)</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] 2 183 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 48,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Węglowodany ogółem [g] 349 suma cukrów prostych [g] 56,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,5 Sól [g] 4,6</p>
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Polędwica sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 30 g (GLU) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pomidor 90 g</p>	<p>Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)</p>	<p>Kompot z owoców b/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszzonej 500 g (GLU, SEL, GOR) Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g (GLU, MLE) Mieszanka królewska gotowana 100 g</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g (MLE)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Paszтет z ciecierzycy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Pomidor 90 g Szyinka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)</p>	<p>Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Szyinka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadalnej 20 g (GLU, SOJ, SEL)</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] 2 188,4 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Węglowodany ogółem [g] 281,8 suma cukrów prostych [g] 50,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,5 Sól [g] 6,2</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,