

JADŁOSPIS 9.01.2025 r.

1	2	3	4	5	6	7	
	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-01-09 czwartek	Dieta Podstawowa		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino 500 g (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Filet drobiowy w cieście opiekany 100 g (GLU, JAJ) Surówka z kalarepy, marchwi i jabłka 100 g (MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty 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) Salata zielona 10 g	Mandarynka 2 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 030,3 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 65,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 268,8 suma cukrów prostych [g] 60,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Sól [g] 4,1
	Dieta łatwostrawna		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 500 g (GLU, MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Szpinak gotowany 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z udźca z kurczaka 70 g (SEL) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Mix sałat z pomidorem i olejem 150 g	Chleb bułkowy 40 g (GLU) Salata zielona 10 g Margaryna 60% 5g (MLE) Połudwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 20 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 010,2 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Węglowodany ogółem [g] 271,6 suma cukrów prostych [g] 38,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 Sól [g] 7,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Maślanka naturalna 150 ml (MLE)		Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa solferino 500 g (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Filet drobiowy w cieście opiekany 100 g (GLU, JAJ) Surówka z kalarepy, marchwi i jabłka 100 g (MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty 100 g	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) Pomidor z cebulką 90 g Pasta z udźca z kurczaka 70 g (SEL) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Salata zielona 10 g	Mandarynka 2 szt

2025-01-10 piątek	Dieta Podstawowa	<p>Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną z/c 250 g Miód 1 szt Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Zupa mleczna z płatkami-pszennymi 300 g (GLU, MLE)</p>		<p>Kompot z owoców z/c 250 ml Morszczuk smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku 200 g (GLU, SEL, GOR) Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 500 g (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) Sałata zielona 20 g Jajecznica 100 g (JAJ) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g</p>	<p>Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 133 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 60,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Węglowodany ogółem [g] 342,3 suma cukrów prostych [g] 95,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 Sól [g] 6,1</p>
	Dieta łatwostrawna	<p>Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Zupa mleczna z płatkami-pszennymi 300 g (GLU, MLE) Miód 1 szt Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE)</p>		<p>Kompot z owoców z/c 250 ml Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (GLU, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 200 g (GLU, SEL) Zupa ryżowa 500 ml (GLU, MLE)</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 Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Jajecznica na parze 100 g (JAJ, MLE)</p>	<p>Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 063,4 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 48,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Węglowodany ogółem [g] 351,1 suma cukrów prostych [g] 93,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Sól [g] 7,2</p>
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/c 250 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Filet ziołisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Pomidor 90 g</p>	Jabłko* 1 szt	<p>Kompot z owoców b/c 250 ml Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (GLU, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa po grecku 200 g (GLU, SEL, GOR) Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 500 g (MLE, SEL)</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 20 g Jajecznica 100 g (JAJ) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g</p>	<p>Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Ser gouda, dojrzewający 20 g (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 066,7 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 65,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 284,3 suma cukrów prostych [g] 58 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 Sól [g] 5,8</p>

2025-01-11 sobota	Dieta Podstawowa	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) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Sałatka z pomidorem, polana olejem 100 g Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g Ser kremowy topiony w trójkącikach ze śmietanką 1 szt (MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Zrazik drobiowy z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Zupa brokułowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z białej kapusty i jabłka 100 g Buraczki zasmażane 100 g (GLU) Sos koperkowy 80 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 Paszтет z soczewicy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Ogórek konserwowy 80 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 276,4 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 82,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 292,8 suma cukrów prostych [g] 70,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Sól [g] 6,6
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka z pomidorem, polana olejem 100 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Serek maślany do smarowania 70 g (MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem-diet a 500 ml (GLU, MLE, SEL) Zrazik drobiowy z udźca z kurczaka gotowany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe gotowane 200 g Sos koperkowy 80 g (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 Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 044,5 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 59,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Węglowodany ogółem [g] 289,6 suma cukrów prostych [g] 64,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 Sól [g] 6,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Sałatka z pomidorem, polana olejem 100 g Serek maślany do smarowania 70 g (MLE)	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g (GLU, JAJ) Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik drobiowy z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe gotowane 100 g Surówka z białej kapusty i jabłka 100 g Sos koperkowy 80 g (GLU, MLE)	Kisiel morelowy b/c 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Ogórek konserwowy 80 g Paszтет z soczewicy 70 g (GLU, JAJ, GOR)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 219,9 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 74,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 295,8 suma cukrów prostych [g] 59,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,3 Sól [g] 5,9

2025-01-12 niedziela	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i pora 100 g (MLE) Noga z kurczaka, pieczona 250 g Surówka wielowarzywna 100 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) Szynka z liściem, szynka wpieprzowa, wędzona parzona z dodaną wodą 50 g (GLU, SOJ)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 064,1 Białko ogółem [g] 103,6 Tłuszcz [g] 71,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 254,6 suma cukrów prostych [g] 53,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 4,2
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor z pietruszką 90 g Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu 70 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem-diet 500 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Noga z kurczaka, gotowana 250 g Cukinia gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka jarzynka - dieta 150 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 50 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 097,2 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 63,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 280,2 suma cukrów prostych [g] 48,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Sól [g] 6,5
	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 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE)	Wafle ryżowe naturalne 20 g	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 Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i pora 100 g (MLE) Surówka wielowarzywna 100 g	Maślanka naturalna 150 ml (MLE)	Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka brokułowa 150 g (JAJ, MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 50 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (GLU, SOJ, MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 125,7 Białko ogółem [g] 113,5 Tłuszcz [g] 76 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 Węglowodany ogółem [g] 247,5 suma cukrów prostych [g] 47,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,3 Sól [g] 6

2025-01-13 poniedziałek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Połudwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Pomidor 90 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 g (GLU, MLE) Sałata zielona 10 g Ser topiony plastry 2 szt (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Kotleciki ziemniaczane (pieczone) 300 g (GLU, JAJ) Surówka z marchwi i jabłka 200 g (MLE) Sos hiszpański 100 g		Herbata z cytryną 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 Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL) Pasta z twarożku z makrelą w sosie pomidorowym 70 g (RYB, MLE)	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 776 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 83,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 Węglowodany ogółem [g] 407 suma cukrów prostych [g] 75,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,7 Sól [g] 5,6
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Połudwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 g (GLU, MLE) Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 500 ml (GLU, MLE) Kopytka gotowane na słodko 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-truska wkowy (przecierany) 100 g (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 Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL)	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 608,1 Białko ogółem [g] 85,9 Tłuszcz [g] 84,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2 Węglowodany ogółem [g] 369,8 suma cukrów prostych [g] 63,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,9 Sól [g] 6,7
	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 Ser gouda, dojrzewający 40 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Jabłko* 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Kotleciki ziemniaczane (pieczone) 300 g (GLU, JAJ) Surówka z marchwi i jabłka 200 g (MLE) Sos hiszpański 100 g	Wafle suche bez dodatku cukru podpłomyki 20 g (GLU, MLE)	Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pasta z twarożku z makrelą w sosie pomidorowym 70 g (RYB, MLE) Ogórek zielony 80 g Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL)	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 408,5 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 66,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 Węglowodany ogółem [g] 368,3 suma cukrów prostych [g] 50,1 Błonnik pokarmowy [g] 47 Sól [g] 6,1

2025-01-14 wtorek	Dieta Podstawowa	<p>Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)</p>		<p>Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym 200 g (GLU) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi 100 g Surówka z białej rzepy i jabłka* 100 g (MLE)</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chłopski garnek z ziemniakami i kapustą 500 g Chleb graham 60 g (GLU)</p>	<p>Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 131,7 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Węglowodany ogółem [g] 289,1 suma cukrów prostych [g] 68 Błonnik pokarmowy [g] 33,3 Sól [g] 5,7</p>
	Dieta łatwostrawna	<p>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 niejadalnej 50 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pomidor 90 g</p>		<p>Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny - dieta 500 g (MLE, SEL) Schab pieczony 100 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos własny 100 g (GLU) Warzywa gotowane 200 g (SEL)</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Sałatka makaronowa z warzywami - dieta 150 g (GLU)</p>	<p>Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 057,2 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 51,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 Węglowodany ogółem [g] 313,7 suma cukrów prostych [g] 61,2 Błonnik pokarmowy [g] 27 Sól [g] 8,6</p>
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g</p>	<p>Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g (GLU, JAJ)</p>	<p>Kompot z owoców b/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi 100 g Surówka z białej rzepy i jabłka* 100 g (MLE) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym 200 g (GLU)</p>	<p>Kisiel morelowy b/c 150 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chłopski garnek z ziemniakami i kapustą 500 g Chleb graham 60 g (GLU)</p>	<p>Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 216,2 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Węglowodany ogółem [g] 302,5 suma cukrów prostych [g] 60 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 Sól [g] 6,1</p>

2025-01-15 środa	Dieta Podstawowa	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. 40 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Twarożek z czosnkiem 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Żurek z kielbasą i ziemniakami* 500 g (GLU, MLE) Makaron z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g (GLU, MLE) Mieszanka królewska gotowana 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) Indyk w galarecie 50 g Sałatka z pomidorem, polana olejem 100 g Ser gouda, dojrzewający 40 g (MLE)	Ciasto drożdżowe z malinami 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 231 Białko ogółem [g] 112,4 Tłuszcz [g] 73,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7 Węglowodany ogółem [g] 288,5 suma cukrów prostych [g] 45,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 Sól [g] 4,4
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Twarożek z ziołami 70 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Makaron z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g (GLU, MLE) Mieszanka królewska gotowana 200 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 Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ) Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE)	Ciasto drożdżowe 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 070,6 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 56,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 296,1 suma cukrów prostych [g] 44,7 Błonnik pokarmowy [g] 17,7 Sól [g] 6,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Twarożek z czosnkiem 70 g (MLE) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Kakao b/c 250 ml (MLE) Pomidor 90 g	Kefir 1,5% 150 ml (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Żurek z kielbasą i ziemniakami* 500 g (GLU, MLE) Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i szpinakiem gotowanym-dieta 300 g (GLU, MLE) Mieszanka królewska gotowana 200 g	Wafle ryżowe naturalne 40 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka z pomidorem, polana olejem 100 g Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU, SOJ, SEL) Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 20 g Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 121 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Węglowodany ogółem [g] 260,5 suma cukrów prostych [g] 37,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 6,6

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,