

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2024-06-10 poniedziałek	1 - dieta podstawowa	kasza jaglana na mleku 220 ml (<u>MLE,</u>) bułka maślana 90g 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) masło 15g 1 szt (<u>MLE,</u>) dżem 2 szt 50 g Herbatniki BeBe 1 szt (<u>GLU, MLE,</u>) kakao 200 ml (<u>GLU, SOJ, MLE,</u>)	jabłka deserowe 180 g	rosół z makaronem 300 ml (<u>GLU, SEL,</u>) udko pieczone 150 g (<u>SEL,</u>) ziemniaki 200 g (<u>MLE,</u>) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) masło 15g 1 szt (<u>MLE,</u>) pasta z twarogu i szprota w pomidorach 80 g (<u>RYB, MLE,</u>) Sałatka z papryki i sałaty zielonej z oliwą 120 g herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 262,4 Białko ogółem [g] 112 Tłuszcz [g] 61,3 Węglowodany ogółem [g] 324,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 Sól [g] 7,4
	2 - dieta łatwostrawna	kasza jaglana na mleku 220 ml (<u>MLE,</u>) bułka maślana 90g 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) masło 15g 1 szt (<u>MLE,</u>) dżem 2 szt 50 g Herbatniki BeBe 1 szt (<u>GLU, MLE,</u>) kakao 200 ml (<u>GLU, SOJ, MLE,</u>)	jabłka deserowe 180 g	rosół z makaronem 300 ml (<u>GLU, SEL,</u>) udko pieczone 150 g (<u>SEL,</u>) ziemniaki 200 g (<u>MLE,</u>) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml		chleb pszenny 3 kromki 100 g (<u>GLU,</u>) masło 15g 1 szt (<u>MLE,</u>) serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 351 Białko ogółem [g] 118 Tłuszcz [g] 60,3 Węglowodany ogółem [g] 326,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,2 Sól [g] 7,4
	6 - dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z kaszą jaglaną 300 ml (<u>SEL,</u>) chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ,</u>) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	jabłka deserowe 180 g	rosół z makaronem 300 ml (<u>GLU, SEL,</u>) udko pieczone 150 g (<u>SEL,</u>) ziemniaki 200 g (<u>MLE,</u>) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) pasta z twarogu i szprota w pomidorach 80 g (<u>RYB, MLE,</u>) Sałatka z papryki i sałaty zielonej z oliwą 120 g herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) herbata 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 347,9 Białko ogółem [g] 115,9 Tłuszcz [g] 86,4 Węglowodany ogółem [g] 307 Błonnik pokarmowy [g] 33,3 Sól [g] 9

2024-06-11 wtorek	1 - dieta podstawowa	tarte ciasto na mleku 220 ml (GLU, JAJ, MLE) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) masło 15g 1 szt (MLE) parówka z szynki 2 szt + ketchup 1szt. 140 g (SOJ, SEL) pomidor 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	krupnik z kaszą jęczmienną podstawowa 300 g (GLU, MLE, SEL) pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ) sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 200 g (MLE) surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 120 g kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) masło 15g 1 szt (MLE) udziec indyczy w galarecie 70 g ogórek świeży 1 porcja 80 g jabłka deserowe 180 g herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 113,8 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 316 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 Sól [g] 12,8
	2 - dieta łatwostrawna	płatki kukurydziane na mleku 220 ml (OZI, MLE, ORZ) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówka z szynki 2 szt + ketchup 1szt. 140 g (SOJ, SEL) pomidor 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml	banan 200 g	zupa selerowa z grzankami 300 ml (GLU, MLE, SEL) pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ) sos koperkowy 50 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 200 g (MLE) jarzyna duszona 120 g (MLE, SEL) kompot owocowy 200 ml		chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) udziec indyczy w galarecie 70 g pomidor 1 porcja 80 g jabłka deserowe 180 g herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 398,1 Białko ogółem [g] 103,1 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 358 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Sól [g] 14,8
	6 - dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z tartym ciastem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) parówka z szynki 2 szt + ketchup 1szt. 140 g (SOJ, SEL) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	krupnik z kaszą jęczmienną podstawowa 300 g (GLU, MLE, SEL) pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ) sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki z wody 200 g surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 120 g kompot owocowy 200 ml	grejpfrut 200 g	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) udziec indyczy w galarecie 70 g ogórek świeży 1 porcja 80 g jabłka deserowe 180 g herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) herbata 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 291,1 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 82,2 Węglowodany ogółem [g] 332,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,9 Sól [g] 13,8

2024-06-12 środa	1 - dieta podstawowa	płatki jęczmienne na mleku 220 ml (<u>GLU, MLE,</u>) chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) masło 15g 1 szt (<u>MLE,</u>) galaretka drobiowa 150 g (<u>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) papryka 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	zupa pomidorowa z ryżem 300 g (<u>MLE, SEL,</u>) kotlet z jajka, pieczony 100 g (<u>GLU, JAJ,</u>) ziemniaki 200 g (<u>MLE,</u>) kapusta młoda gotowana diet 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) masło 15g 1 szt (<u>MLE,</u>) szynka wieprzowa z komina 50 g (<u>SOJ,</u>) pomidor 1 porcja 80 g wafle ryżowe natura 15g 1 szt (<u>GLU,</u>) herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 57,8 Węglowodany ogółem [g] 308 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Sól [g] 10,2
	2 - dieta łatwostrawna	płatki jęczmienne na mleku 220 ml (<u>GLU, MLE,</u>) chleb pszenny 3 kromki 100 g (<u>GLU,</u>) masło 15g 1 szt (<u>MLE,</u>) galaretka drobiowa 150 g (<u>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) pomidor 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	zupa pomidorowa z ryżem 300 g (<u>MLE, SEL,</u>) kotlet z jajka, pieczony 100 g (<u>GLU, JAJ,</u>) ziemniaki 200 g (<u>MLE,</u>) marchewka z wody 150 g kompot owocowy 200 ml		chleb pszenny 3 kromki 100 g (<u>GLU,</u>) masło 15g 1 szt (<u>MLE,</u>) szynka wieprzowa z komina 50 g (<u>SOJ,</u>) mus owocowy 1 Por wafle ryżowe natura 15g 1 szt (<u>GLU,</u>) herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 063,5 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 52,3 Węglowodany ogółem [g] 303,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Sól [g] 9,9
	6 - dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z płatkami jęczmiennymi 300 ml (<u>GLU, SEL,</u>) chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) galaretka drobiowa 150 g (<u>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) papryka 1 porcja 80 g herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	zupa pomidorowa z ryżem 300 g (<u>MLE, SEL,</u>) kotlet z jajka, pieczony 100 g (<u>GLU, JAJ,</u>) ziemniaki z wody 200 g kapusta młoda gotowana diet 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) kompot owocowy 200 ml	jabłka deserowe 180 g	chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) szynka wieprzowa z komina 50 g (<u>SOJ,</u>) pomidor 1 porcja 80 g wafle ryżowe natura 15g 1 szt (<u>GLU,</u>) herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) herbata 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 251,9 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 73,5 Węglowodany ogółem [g] 334,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,7 Sól [g] 11,4

2024-06-13 czwartek	1 - dieta podstawowa	ryż na mleku 220 ml (MLE) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) ser topiony 25 g 1 szt (MLE) pomidor 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml	brzoskwinia 150 g	zupa brokułowa z tartym ciastem 300 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) bitka schabowa w sosie 100 g (GLU, MLE) kasza jęczmienna 200 g (GLU, MLE) sałata zielona z oliwą 50 g kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) masło 15g 1 szt (MLE) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt (MLE) ogórek świeży 1 porcja 80 g kubuś go 1 szt herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 1 902,5 Białko ogółem [g] 88,9 Tłuszcz [g] 51,5 Węglowodany ogółem [g] 293,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 Sól [g] 7,2
	2 - dieta łatwostrawna	ryż na mleku 220 ml (MLE) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) ser topiony 25 g 1 szt (MLE) pomidor 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml	brzoskwinia 150 g	zupa jarzynowa z tartym ciastem diety 300 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) bitka schabowa w sosie 100 g (GLU, MLE) kasza jęczmienna 200 g (GLU, MLE) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml		chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt (MLE) ciastka belivita 1 porcja 50 g (GLU, SOJ, MLE) kubuś go 1 szt herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 288,1 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 57,7 Węglowodany ogółem [g] 342,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,3 Sól [g] 8
	6 - dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z ryżem 300 ml (SEL) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	koktajl truskawkowy na jogurcie 150 ml (MLE)	zupa brokułowa z tartym ciastem 300 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) bitka schabowa w sosie 100 g (GLU, MLE) kasza jęczmienna 200 g (GLU, MLE) sałata zielona z oliwą 50 g kompot owocowy 200 ml	jabłka deserowe 180 g	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt (MLE) ogórek świeży 1 porcja 80 g sok warzywny 1 szt herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) herbata 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 065,8 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 302 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 Sól [g] 9,5

2024-06-14 piątek	1 - dieta podstawowa	makaron na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) masło 15g 1 szt (MLE,) ser żółty 50 g (MLE,) pomidor 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata z cukrem 200 ml	banan 200 g	zupa krem z ciecierzycy i pomidorów z grzankami 300 ml (GLU, MLE, SEL,) ryż zapiekany z jabłkami 300 g (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,) jogurt owocowy 1 szt (MLE,) kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) masło 15g 1 szt (MLE,) sałatka śledziowa 100 g (JAJ, RYB, MLE, GOR,) papryka 1 porcja 80 g jabłka deserowe 180 g herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 316,3 Białko ogółem [g] 74,2 Tłuszcz [g] 66,9 Węglowodany ogółem [g] 374,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Sól [g] 11
	2 - dieta łatwostrawna	makaron na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) masło 15g 1 szt (MLE,) ser żółty 50 g (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	banan 200 g	zupa krem z cukinii z grzankami 250 g (GLU, MLE, SEL,) ryż zapiekany z jabłkami 300 g (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,) jogurt owocowy 1 szt (MLE,) kompot owocowy 200 ml		chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) masło 15g 1 szt (MLE,) pasta z jajka i twarogu 80 g (JAJ, MLE,) kubus go 1 szt jabłko pieczone 200 g herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 228,3 Białko ogółem [g] 82,9 Tłuszcz [g] 45 Węglowodany ogółem [g] 371,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 8,5
	6 - dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z makaronem 300 ml (GLU, SEL,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser żółty 50 g (MLE,) pomidor 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata 200 ml	jabłka deserowe 180 g	zupa krem z ciecierzycy i pomidorów z grzankami 300 ml (GLU, MLE, SEL,) rizotto mięsne dieta 300 g (MLE, SEL,) sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL,) surówka z kapusty czerwonej diety 120 g kompot owocowy 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) sałatka śledziowa 100 g (JAJ, RYB, MLE, GOR,) papryka 1 porcja 80 g herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) herbata 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 519,2 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 96,4 Węglowodany ogółem [g] 346,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Sól [g] 14,4

2024-06-15 sobota	1 - dieta podstawowa	kasza jaglana na mleku 220 ml (<u>MLE</u>) chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ</u>) masło 15g 1 szt (<u>MLE</u>) parówka z szynki 2 szt + ketchup 1szt. 140 g (<u>SOJ, SEL</u>) pomidor 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	zupa kalafiorowa z makaronem na diety 300 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>) sznyceł drobiowy, pieczone 100 g (<u>GLU, JAJ</u>) ziemniaki 200 g (<u>MLE</u>) marchewka z groszkiem 150 g (<u>MLE</u>) kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ</u>) masło 15g 1 szt (<u>MLE</u>) udziec indyczy w galarecie 70 g sałatka z ogórka świeżego i sał.zielonej z oliwą 100 g herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 081,7 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 68,9 Węglowodany ogółem [g] 304,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Sól [g] 13,1
	2 - dieta łatwostrawna	kasza jaglana na mleku 220 ml (<u>MLE</u>) chleb pszenny 3 kromki 100 g (<u>GLU</u>) masło 15g 1 szt (<u>MLE</u>) parówka z szynki 2 szt + ketchup 1szt. 140 g (<u>SOJ, SEL</u>) pomidor 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	rosół z makaronem 300 ml (<u>GLU, SEL</u>) bitka schabowa w sosie 100 g (<u>GLU, MLE</u>) ziemniaki 200 g (<u>MLE</u>) marchewka gotowana 150 g (<u>MLE</u>) kompot owocowy 200 ml		chleb pszenny 3 kromki 100 g (<u>GLU</u>) masło 15g 1 szt (<u>MLE</u>) udziec indyczy w galarecie 70 g sałata zielona 1 porcja 35 g mus owocowy 1 szt herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 208,1 Białko ogółem [g] 115,4 Tłuszcz [g] 68,9 Węglowodany ogółem [g] 295,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 12
	6 - dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z kaszą jaglaną 300 ml (<u>SEL</u>) chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE</u>) parówka z szynki 2 szt + ketchup 1szt. 140 g (<u>SOJ, SEL</u>) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	zupa kalafiorowa z makaronem na diety 300 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>) sznyceł drobiowy, pieczone 100 g (<u>GLU, JAJ</u>) ziemniaki 200 g (<u>MLE</u>) marchewka z groszkiem 150 g (<u>MLE</u>) kompot owocowy 200 ml	jabłka deserowe 180 g	chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE</u>) udziec indyczy w galarecie 70 g sałatka z ogórka świeżego i sał.zielonej z oliwą 100 g herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g (<u>GLU, SEZ</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE</u>) herbata 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 380,6 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 93 Węglowodany ogółem [g] 331,2 Błonnik pokarmowy [g] 38,2 Sól [g] 14,1

2024-06-16 niedziela	1 - dieta podstawowa	<p>płatki owsiane błyskawiczne na mleku 220 ml (<u>GLU, MLE,</u>) chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) masło 15g 1 szt (<u>MLE,</u>) serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) papryka 1 porcja 50 g ogórek świeży 1 porcja 50 g herbata z cukrem 200 ml</p>	jabłka deserowe 180 g	<p>zupa krem z groszku zielonego z grzankami 250 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) filet drobiowy gotowany 100 g sos pomidorowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) ziemniaki 200 g (<u>MLE,</u>) surówka z kapusty włoskiej z oliwą 120 g kompot owocowy 200 ml</p>		<p>chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) masło 15g 1 szt (<u>MLE,</u>) pierś z indyka gotowana 50 g sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>) herbata z cukrem 200 ml</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] 1 961,7 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 38,9 Węglowodany ogółem [g] 328 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Sól [g] 71,2</p>
	2 - dieta łatwostrawna	<p>płatki owsiane błyskawiczne na mleku 220 ml (<u>GLU, MLE,</u>) chleb pszenny 3 kromki 100 g (<u>GLU,</u>) masło 15g 1 szt (<u>MLE,</u>) serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) pomidor 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml</p>	jabłka deserowe 180 g	<p>zupa grysikowa 300 g (<u>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) filet drobiowy gotowany 100 g sos koperkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) ziemniaki 200 g (<u>MLE,</u>) jarzyna duszona 120 g (<u>MLE, SEL,</u>) kompot owocowy 200 ml</p>		<p>chleb pszenny 3 kromki 100 g (<u>GLU,</u>) masło 15g 1 szt (<u>MLE,</u>) pierś z indyka gotowana 50 g sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>) herbata z cukrem 200 ml</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] 1 934,8 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 39,8 Węglowodany ogółem [g] 300,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 Sól [g] 11,7</p>
	6 - dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>zupa z płatkami owsianymi błyskawicznymi 300 ml (<u>GLU, SEL,</u>) chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) papryka 1 porcja 50 g ogórek świeży 1 porcja 50 g herbata 200 ml</p>	jabłka deserowe 180 g	<p>zupa krem z groszku zielonego z grzankami 250 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) filet drobiowy gotowany 100 g sos pomidorowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) ziemniaki 200 g (<u>MLE,</u>) surówka z kapusty włoskiej z oliwą 120 g kompot owocowy 200 ml</p>	jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	<p>chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) pierś z indyka gotowana 50 g sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>) herbata 200 ml</p>	<p>chleb graham 2 kromki 60 g (<u>GLU, SEZ,</u>) Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>) herbata 200 ml</p>

Oznaczenia alergenów:

- GLU* - Zboża zawierające gluten,
- SKR* - Skorupiaki i pochodne,
- JAJ* - Jaja i pochodne,
- RYB* - Ryby i pochodne,
- OZI* - Orzeszki ziemne i pochodne,
- SOJ* - Soja i pochodne,
- MLE* - Mleko i pochodne,
- ORZ* - Orzechy,
- SEL* - Seler i pochodne,
- GOR* - Gorczyca i pochodne,
- SEZ* - Nasiona sezamu i pochodne,
- SO2* - Dwutlenek siarki, siarczyny,
- ŁUB* - Łubin i pochodne,
- MCK* - Mięczaki i pochodne,