

Dieta		06.cze.26 - sobota			SCANMED IŁAWA		
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)		WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]		Zupa szczawiowa [1/2/8]	---		Energia: 2555 kcal, Białko 131g, Tłuszcze 97g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 172g w tym cukry 65g, błonnik 44g, sól 4,8g	
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]		Pieczona roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], kasza bulgur 200g[1] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml		Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 120g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., ogórek zielony 60g, roszponka 10g Herbata 250ml		
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8]	---		Energia: 2349 kcal, Białko 111 Tłuszcze 84g w tym nasycone 21, węglowodany 255g w tym cukry 84g, błonnik 43g, sól 5,2g	
	pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g serek wiejski 150g [6], pomidor b/s 60g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]		Pieczona roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], kasza bulgur 200g[1] Marchewka gotowana z selerem z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml		Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 120g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml		
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych	jogurt naturalny 150g [6]		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8]	---		Energia: 2314 kcal, 113 Białko 79 Tłuszcze w tym nasycone 25, węglowodany 255g w tym cukry 88g, błonnik 41g, sól 4,9g	
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Bez Cukru	Pieczona roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], kasza bulgur 200g[1] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	Bez Cukru	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 120g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], ogórek deliser 60g, roszponka 10g Herbata 250ml		Bez Cukru
		jabłko 120g			kanapka 1 szt.		

Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		05.cze.26 - piątek			SCANMED IŁAWA	
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]		Zupa pomidorowa 350 ml [8]	---		Energia: 2450 kcal, Białko 116g, Tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 322g w tym cukry 65g, błonnik 30g, sól 4,8g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Ryba na parze zapiekana z warzywami z mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaczki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml		Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] polędwica sopočka 60g [1/5/7-10],serek deliser 1 szt. [6], rzodkiewka 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml serek homogenizowany naturalny 150g [6]	
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 150g [6]		Zupa pomidorowa 350 ml [8]	---		Energia: 2297kcal, Białko 102g, Tłuszcze 62g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 320g w tym cukry 60g, błonnik 31g, sól 5,3g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], miód 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Ryba na parze zapiekana z warzywami 140g [1/8], ziemniaczki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml		pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] polędwica sopočka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 17g[6], Pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml serek homogenizowany naturalny 150g [6]	
Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych	jogurt naturalny 150g [6]		Zupa pomidorowa 350 ml [8]	---		Energia: 2327kcal, Białko 110g, Tłuszcze 80g w tym nasycone 31,6, węglowodany 211g w tym cukry 56g, błonnik 38g, sól 4,7g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Bez Cukru	Ryba na parze zapiekana z warzywami z mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaczki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	Bez Cukru	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] polędwica sopočka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], rzodkiewka 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	kiwi 120g				serek homogenizowany naturalny 150g [6]	

Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		04.cze.26 - czwartek			SCANMED IŁAWA	
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]	Brokułowa 350ml [8]	---	---	Energia: 2327 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 101g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 211g w tym cukry 65g, błonnik 35g, sól 4,8g	
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] kiełbaska z cebulą 100g/50g [1/5/7-10], pomidor 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem i ziarnami lnu 130g[2/9] Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] ser żółty 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, ogórek zielony 60g, rukola 10g Herbata 250ml			
				Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]		
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 150g [6]	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8]	---	---	Energia: 2281 kcal, białko: 105g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 238g w tym cukry 61g, błonnik 27g, sól 4,9g	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] parówka 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor b/s 60g, rukola 10g Herbata 250ml			
				Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]		
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych	jogurt naturalny 150g [6]	Brokułowa 350ml [8]	---	---	Energia: 1974kcal, Białko 92g, Tłuszcze 94g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 161g w tym cukry 65g, błonnik 29g, sól 4,8g	
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] parówka 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem i ziarnami lnu 130g[2/9] Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] ser żółty 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, ogórek zielony 60g, rukola 10g Herbata 250ml			
	jabłko 120g		Bez Cukru	Budyń bez dodatku cukru z musem jabłkowym 250ml [1/6]		
			Bez Cukru			

Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		03.cze.26 - środa			SCANMED ŁAWA		
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)		WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]		Barszcz ukraiński z fasolą zabielaną 350g [8]	---		Energia: 2202 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 247g w tym cukry 65g, błonnik 35g, sól 4,8g	
	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., ogórek zielony 60g, sałata mix 10g		sos boloński 180g [1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g	Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g serek deliser 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g			
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml	Herbata 250ml			
				skyr 140g[6]			
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]		Zupa z botwinki z ziemniakami 350ml [8]	---		Energia: 1985 kcal, Białko 102 Tłuszcze 59g w tym nasycone 24, węglowodany 245g w tym cukry 52g, błonnik 30g, sól 5,2g	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1szt., pomidor b/s 60g, sałata mix 10g		sos boloński 180g [1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2] Seler gotowany z olejem rzepakowym 130g [8]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor B/S 60g, sałata mix 10g			
	kawa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml	Herbata 250ml			
				skyr 140g[6]			
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]		Zupa z botwinki z ziemniakami 350ml [8]	---		Energia: 2442kcal, Białko 119 Tłuszcze 78g w tym nasycone 23,5, węglowodany 286g w tym cukry 45g, błonnik 43g, sól 5,2g	
	--- Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], serek deliser 1 szt. [6], ogórek zielony 60g, sałata mix 10g		sos boloński 180g [1/5/7-10], makaron razowy 200g [1/2] Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g, serek deliser 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g			
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Bez Cukru	Kompot 250ml	Bez Cukru	Herbata 250ml	Bez Cukru	
				skyr naturalny 140g [6]			
				pomarańcza 120g			

Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		02.cze.26 - wtorek			SCANMED IŁAWA		
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)		WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]		Zupa pieczarkowa 350 ml [8]	---		Energia: 2077kcal, Białko 104g, Tłuszcze 61g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 181g w tym cukry 65g, błonnik 28g, sól 4,8g	
	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], ogórek zielony 60g, sałata roszponka 10g		Pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym 120g/80g[1/2/8], ziemniaki 200g Mizeria z jogurtem naturalnym 110g/30g[6]	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Morszczuk w galarecie 220g [2/3/8], pomidor 60g, sałata 10g			
	Kawa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml	Herbata 250ml			
				jogurt naturalny 200g [6]			
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]		Zupa z dynią i cukinią zabieleną 350 ml [1/8]	---		Energia: 2025, Białko 110, Tłuszcze 62g w tym nasycone 21, węglowodany 242g w tym cukry 80g, błonnik 30g, sól 4,7g	
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pasta z białek jaj 70g [2], pomidor b/s 60g, sałata roszponka 10g		Pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym 120g/80g[1/2/8], ziemniaki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g [1/8]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Morszczuk w galarecie bez groszku 220g [2/3/8], pomidor b/s 60g, sałata 10g			
	Kawa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml	Herbata 250ml			
				jogurt naturalny 200g [6]			
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]		Zupa jarzynowa z białą fasolą i ciecierzycą 350 ml [1/6/8]	---		Energia: 2177, Białko 108, Tłuszcze 68 w tym nasycone 30, węglowodany 177 w tym cukry 75g, błonnik 39g, sól 5,2g	
	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], ogórek zielony 60g, sałata roszponka 10g		Pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym 120g/80g[1/2/8], ziemniaki 200g Mizeria z jogurtem naturalnym 110g/30g[6]	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Morszczuk w galarecie 220g [2/3/8], pomidor 60g, sałata 10g			
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Bez Cukru	Kompot 250ml	Bez Cukru	Herbata 250ml	Bez Cukru	
		kiwi 120g		jogurt naturalny 200g[6]			

Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		01.cze.26 - poniedziałek			SCANMED IŁAWA		
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)		WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]		Zupa z ciecierzycy 350 ml [1/8]	---		Energia: 2243 kcal, Białko 96g, Tłuszcze 69g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 283g w tym cukry 65g, błonnik 31g, sól 4,8g	
	Pieczywo razowe+ kajzerka 100g[1], rama 20g[6], twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., papryka czerwona 60g, sałata mix 10g		Gulasz wieprzowy z warzywami 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, roszponka 10g			
	Kawa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml	Herbata 250ml			
				Mus tubka 100g			
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 150g [6]		Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8]	---		Energia: 2315 Białko 100, Tłuszcze 70g w tym nasycone 27, węglowodany 307g w tym cukry 93g, błonnik 31g, sól 5,2g	
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1szt., pomidor b/s 60g, sałata mix 10g		Gulasz wieprzowy z warzywami 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Marchewka gotowana z oliwą z oliwek 130g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z białek jaj 70g [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor b/s 60g, roszponka 10g			
	Kawa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml	Herbata 250ml			
				Mus tubka 100g			
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]		Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8]	---		Energia: 2336, Białko 101, Tłuszcze 77g w tym nasycone 28, węglowodany 282g w tym cukry 100g, błonnik 33g, sól 4,6g	
	Pieczywo graham 100g[1], rama 20g[6], twarożek śmietankowy 80g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], papryka czerwona 60g, sałata mix 10g		Gulasz wieprzowy z warzywami 180g [1/8], ryż brązowy 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, roszponka 10g			
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Bez Cukru	Kompot 250ml	Bez Cukru	Herbata 250ml	Bez Cukru	
		jabłko 120g		sok warzywny 300ml [8]			

Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		31.maj.26 - niedziela			SCANMED IŁAWA	
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]		Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2380 kcal, Białko 115g, Tłuszcze 91g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 194g w tym cukry 65g, błonnik 32g, sól 4,8g	
	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 70g [3/2/3/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata 10g		Kotlet schabowy wieprzowy 130g [1/2], ziemniaki 200g Buraczki duszone na ciepło 130g	Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], rzodkiew 60g, roszponka 10g		
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]		Kompot 250ml	Herbata 250ml		
				kefir 200 ml [6]		
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 150g [6]		Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2375 kcal, Białko 122g, Tłuszcze 86g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 264g w tym cukry 65g, błonnik 30g, sól 4,8g	
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 70g [3/2/3/9], pasta z białek jaj 70g [2], pomidor b/s 60g, sałata 10g		Schab z pieca w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g Buraczki duszone na ciepło 130g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, roszponka 10g		
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]		Kompot 250ml	Herbata 250ml		
				kefir 200 ml [6]		
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]		Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2269 kcal, Białko 112, Tłuszcze 88g w tym nasycone 24,3, węglowodany 175g w tym cukry 75g, błonnik 36, sól 4,7g	
	Pieczywo razowe100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 150g [3/2/3/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata 10g		Schab z pieca w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g Buraczki duszone na ciepło 130g	Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], rzodkiew 60g, roszponka 10g		
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Bez Cukru	Kompot 250ml	Herbata 250ml	Bez Cukru	
				kefir 200 ml [6]		
				mandarynka 120g		

Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		SCANMED IŁAWA			
30.maj.26 - sobota		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]	Zupa grochowa 350 ml [1/8]	---	---	Energia: 2139 kcal, Białko 84g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 170g w tym cukty 65g, błonnik 34g, sól 4,8g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g	Pyzy z mięsem 300g [1/2/5/7-10] z masłem i koperkiem 5g [6] Surówka z marchewki z olejem rzepakowym i siemieniem lnianym 130g	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Herbata 250 ml	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml		sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	---	Zupa grysikowa 350 ml [1/8]	---	---	Energia: 2470 kcal, Białko 112, Tłuszcze 68g w tym nasycone 21, węglowodany 335g w tym cukty 84g, błonnik 28g, sól 5,2g
	pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor b/s 60g, roszponka 10g	Pierogi leniwe wytrawne 300g[1/2/6], sos pomidorowy 80g[1/8] Marchewka gotowana z oliwą z oliwek 130g	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 60g, rukola 10g	Herbata 250 ml	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml		sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8]	---	---	Energia: 2044kcal, Białko 67, Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 165g w tym cukty 58g, błonnik 38g, sól 4,2g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g	Pyzy z mięsem 300g [1/2/5/7-10] z masłem i koperkiem 5g [6] Surówka z marchewki z olejem rzepakowym i siemieniem lnianym 130g	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Herbata 250 ml	
	Kawa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250 ml Bez Cukru	sok warzywny 300 ml [8]	
	jabłko 1 szt.				

Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		SCANMED IŁAWA			
29.maj.26 - piątek		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]	Zupa pomidorowa 350 ml [8]	---		Energia: 2415kcal, Białko 97g, Tłuszcze 97g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 267g w tym cukry 65g, błonnik 23g, sól 4,8g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , ogórek zielony 60g, sałata 10g	Śledź w jogurcie z cebulą i jabłkiem 180g [3/6], ziemniaki 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] ser żółty 60g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g		
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	kefir 200 ml [6]	
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 150g [6]	Zupa pomidorowa 350 ml [8]	---		Energia: 2321kcal, Białko 94g, Tłuszcze 78g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 301g w tym cukry 60g, błonnik 27g, sól 4,3g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , pomidor b/s 60g, sałata 10g	Ryba na parze w sosie pietruszkowym 100g/80g [1/6/8], ziemniaczki 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twaróg 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata mix 10g		
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	kefir 200 ml [6]	
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Zupa pomidorowa 350 ml [8]	---		Energia: 2382 kcal, Białko 93, Tłuszcze 94g w tym nasycone 30,4 węglowodany 266g w tym cukry 46g, błonnik 27g, sól 5,1g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , ogórek zielony 60g, sałata 10g	Śledź w jogurcie z cebulą i jabłkiem 180g [3/6], ziemniaki 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] twaróg 80g [6], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, sałata mix 10g		
	kawa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250ml Bez Cukru	kefir 200 ml [6]	
	mandarynka 120g				

Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		28.maj.26 - czwartek			SCANMED IŁAWA		
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)		WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]		Zupa jarzynowa 350ml [1/8]	---		Energia: 2191 kcal, Białko 106g, Tłuszcze 80g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 227g w tym cukry 65g, błonnik 38g, sól 4,8g	
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z brokuła i szynki 120g [1/5/7-10], sałata 10g		Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110g/80g[1/8], kasza bulgur 200g[1] Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g [1/8]	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., ogórek zielony 60g, sałata mix 10g			
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]		Kompot 250ml	Herbata 250ml			
		sok warzywny 300 ml [8]					
Dieta Łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 150g [6]		Zupa ziemniaczana 350ml [8]	---		Energia: 2236kcal, Białko 108g, Tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 265g w tym cukry 65g, błonnik 38g, sól 4,8g	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z białek jaj 100g [2], sałatka z selera gotowanego i szynki 120g [1/5/7-10], sałata 10g		Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110g/80g[1/8], kasza bulgur 200g[1] Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g [1/8]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata mix 10g			
	Kawa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml	Herbata 250ml			
		sok warzywny 300 ml [8]					
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]		Zupa jarzynowa 350ml [1/8]	---		Energia: 2251kcal, Białko 99g, Tłuszcze 83g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 238g w tym cukry 65g, błonnik 44g, sól 4,8g	
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z brokuła i szynki 120g [1/5/7-10], sałata 10g		Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110g/80g[1/8], kasza bulgur 200g[1] Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g [1/8]	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], ogórek zielony 60g, sałata mix 10g			
	Kawa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru		Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250ml Bez Cukru			
		sok warzywny 300 ml [8]					
		jabłko 120g					

Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki