

Dieta	07.maj.26 - czwartek		SCANMED IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6] Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa ogórkowa 350g [1/8] sos boloński 180g [1/8], makaron razowy 200g [1/2] 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 kiszony 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2447kcal, Białko 114, Tłuszcze 82g w tym nasycone 27,5, węglowodany 198g w tym cukry 50g, błonnik 33g, sól 5g
			Mus tubka 100g	
Dieta Łatwastrawna	jogurt 150g [6] pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g [1/8] sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 120g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2401 kcal, Białko 113, Tłuszcze 72g w tym nasycone 26,8, węglowodany 301g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
			Mus tubka 100g	
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych	jogurt 150g [6] Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa ogórkowa 350g [1/8] sos boloński 180g [1/8], makaron razowy 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 120g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], ogórek kiszony 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2538 kcal, 115Białko 94Tłuszcze w tym nasycone 25, węglowodany 193g w tym cukry 88g, błonnik 40g, sól 4,9g
	jabłko 120g	Bez Cukru	Bez Cukru	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		06.maj.26 - środa			SCANMED IŁAWA	
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]	Zupa krupnik z ziemniakami 350ml [1/8]	---		Energia: 2427 kcal, Białko 129g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 220g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 5,3g	
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Grillowana pierś z kurczaka 110g w sosie curry 80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopocka 60g [1/5/7-10],serek lactima1 szt. [6], rzodkiewka 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml			
		serek homogenizowany naturalny 150g [6]				
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Zupa krupnik z ziemniakami 350ml [1/8]	---		Energia: 2427 kcal, Białko 129g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 220g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 5,3g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Grillowana pierś z kurczaka 110g w sosie curry 80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt.[6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml			
		serek homogenizowany naturalny 150g [6]				
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych	jogurt 150g [6]	Zupa krupnik z ziemniakami 350ml [1/8]	---		Energia: 2234kcal, Białko 120g, Tłuszcze 73g w tym nasycone 31,6, węglowodany 201g w tym cukry 56g, błonnik 43g, 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]	Grillowana pierś z kurczaka 110g w sosie curry 80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek lactima1 szt. [6], rzodkiewka 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml			
Bez Cukru		Bez Cukru		Bez Cukru		
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		05.maj.26 - wtorek			SCANMED IŁAWA		
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)		WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]	Zupa kalafiorowa 350ml [8]	---			Energia: 2269kcal, Białko 104g, Tłuszcze 90g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 233g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g	
	pieczywo razowe + kajzerka 100g[1], rama 10g[6]	Pieczeń rzymska 110g [1/2] w sosie koperkowym 80g [1/8], ziemniaki 200g	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6]				
	Kurczak duszony z cukinią na ciepło 180g [1], sałata 10g	Surówka z czerwonej kapusty z majonezem i ziarnami lnu 130g[2/9]	wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, ogórek kiszony 60g, rukola 10g				
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml				
				Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]			
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Zupa kalafiorowa 350ml [8]	---			Energia: 2309kcal, białko: 105g, tłuszcze 93g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 247g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g	
	pieczywo jasne pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6]	Pieczeń rzymska 110g [1/2] w sosie koperkowym 80g [1/8], ziemniaki 200g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]				
	Kurczak duszony z cukinią na ciepło 180g [1], sałata 10g	Szpinak duszony 130g	wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g				
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml				
				Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]			
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych	jogurt 150g [6]	Zupa kalafiorowa 350ml [8]	---			Energia: 2282kcal, Białko 97, Tłuszcze 93g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 231g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g	
	pieczywo razowe + kajzerka 100g[1], rama 10g[6]	Pieczeń rzymska 110g [1/2] w sosie koperkowym 80g [1/8], ziemniaki 200g	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6]				
	Kurczak duszony z cukinią na ciepło 180g [1], sałata 10g	Surówka z czerwonej kapusty z majonezem i ziarnami lnu 130g[2/9]	wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, ogórek kiszony 60g, rukola 10g				
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml				
				Budyń bez dodatku cukru z musem jabłkowym 250ml [1/6]			
				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

Dieta	04.maj.26 - poniedziałek		SCANMED IŁAWA		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)		OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]		Barszcz ukraiński z fasolą 350g [8]	---	Energia: 2228 kcal, Białko 120, Tłuszcze 70g w tym nasycone 25, węglowodany 249g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 5,2g
	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., ogórek kiszony 60g, sałata mix 10g		Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g serek lactima 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml	Herbata 250ml	
				skyr 140g[6]	
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]		Buraczkowa z ziemniakami zabelana 350g [8]	---	Energia: 2108 kcal, Białko 112, Tłuszcze 77g w tym nasycone 25, węglowodany 222g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 5,2g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g		Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym i bazylią 100g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g , serek lactima 1szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml	Herbata 250ml	
				skyr 140g[6]	
Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 150g [6]		Buraczkowa z ziemniakami zabelana 350g [8]	---	Energia: 2275kcal, Białko 116 Tłuszcze 78g w tym nasycone 23,5, węglowodany 242g w tym cukry 45g, błonnik 33g, sól 5,2g
	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], serek deliser 1 szt. [6], ogórek kiszony 60g, sałata mix 10g		Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g, serek lactima 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Bez Cukru	Kompot 250ml	Herbata 250ml	Bez Cukru
	pomarańcza 120g			skyr naturalny 140g [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 tubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		03.maj.26 - niedziela			SCANMED IŁAWA		
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI		
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]	Rosół z makaronem 350ml [1/2/8]	---		Energia: 2295, Białko 123, Tłuszcze 64g w tym nasycone 30, węglowodany 285g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g		
	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata roszponka 10g	Bitka ze schabu 100g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g [2/3/8], pomidor 60g, sałata 10g				
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	jogurt naturalny 200g [6]			
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Rosół z makaronem 350ml [1/2/8]	---		Energia: 2293, Białko 123, Tłuszcze 64g w tym nasycone 30, węglowodany 285g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g		
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata roszponka 10g	Bitka ze schabu 100g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g [2/3/8], pomidor 60g, sałata 10g				
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	jogurt naturalny 200g [6]			
Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 150g [6]	Rosół z makaronem 350ml [1/2/8]	---		Energia: 2272, Białko 120, Tłuszcze 67 w tym nasycone 30, węglowodany 183g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g		
	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata roszponka 10g	Bitka ze schabu 100g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g [2/3/8], pomidor 60g, sałata 10g				
	Kawa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250ml Bez Cukru	jogurt naturalny 200g[6]			
	kiwi 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 tubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		02.maj.26 - sobota			SCANMED IŁAWA		
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)		WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]	Zupa fasolowa 350 ml [1/8]	---			Energia: 2486 Białko 79, Tłuszcze 69g w tym nasycone 28, węglowodany 351 w tym cukry 100g, błonnik 37g, sól 5,2g	
	Pieczywo razowe 100g[1], rama 20g[6], twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., papryka czerwona 60g, sałata mix 10g	Knedle z morelą 6 szt. 300g [1/2], masło 10g [6] Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]	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	jogurt 150g [6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8]	---			Energia: 2351, Białko 63, Tłuszcze 70g w tym nasycone 29 węglowodany 346g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 4,3g	
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g	Knedle z morelą 6 szt. 300g [1/2], masło 10g [6] Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]	Pieczywo pszenne 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 z ogr. Łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 150g [6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8]	---			Energia: 2383, Białko 101, Tłuszcze 79g w tym nasycone 28, węglowodany 287g 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 duszony wieprzowy z warzywami 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]	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	mus tubka 100 g			
	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 tubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta	01.maj.26 - piątek		SCANMED IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6] 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 Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Zupa pietruszkowa z ryżem 350 ml [8] Filet z ryby na parze 120g[1/2/3/8] sos cytrynowy 80g [1], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew)130g Kompot 250ml	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt. [6], rzodkiew 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2262kcal, Białko 100, Tłuszcze 80g w tym nasycone 24,3, węglowodany 200g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 4,7g
			kefir 200 ml [6]	
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 70g [3/2/3/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Zupa pietruszkowa z ryżem 350 ml [8] Filet z ryby na parze 120g[1/2/3/8] sos cytrynowy 80g [1], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew)130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2355 kcal, Białko 103, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,3, węglowodany 284g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 4,7g
			kefir 200 ml [6]	
Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt 150g [6] Pieczywo razowe100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 150g [3/2/3/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Zupa pietruszkowa z ryżem 350 ml [8] Filet z ryby na parze 120g[1/2/3/8] sos cytrynowy 80g [1], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew)130g Kompot 250ml	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt. [6], rzodkiew 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2283 kcal, Białko 94, Tłuszcze 76g w tym nasycone 24,3, węglowodany 220g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 4,7g
	gruszka 120g	Bez Cukru	Bez Cukru	Bez Cukru
			kefir 200 ml [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 tubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki