

Dieta		16.maj.26 - sobota			SCANMED IŁAWA		
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI		
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]		Zupa krupnik z ziemniakami 350 ml [1/8]	---	Energia: 2459kcal, Białko 131g, Tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 310g w tym cukry 53g, błonnik 30g, 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] połędwica 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 350 ml [1/8]	---	Energia: 2459kcal, Białko 131g, Tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 310g w tym cukry 53g, błonnik 30g, 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] połędwica 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 naturalny 150g [6]		Zupa krupnik z ziemniakami 350 ml [1/8]	---	Energia: 2336kcal, Białko 15g, Tłuszcze 79g w tym nasycone 31,6, węglowodany 199g 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	Grillowana pierś z kurczaka 110g w sosie curry 80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	Bez Cukru			
					serek homogenizowany naturalny 150g [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 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		15.maj.26 - piątek			SCANMED IŁAWA		
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI		
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]	Brokułowa 350ml [8]	---	---	Energia: 2145kcal, Białko 103g, Tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 215g w tym cukry 65g, błonnik 34g, 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]	Ryba panierowana smażona 120g [3], ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem i ziarnami lnu 130g[2/9] Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło 10g[6] ser żółty 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, ogórek kiszony 60g, rukola 10g Herbata 250ml				
				Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]			
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Brokułowa 350ml [8]	---	---	Energia: 2076kcal, białko: 93g, tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 234g w tym cukry 61g, błonnik 30g, sól 4,8g		
	pieczywo jasne pszenne 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]	Ryba na parze w sosie cytrynowym 100g/80g[3], ziemniaki 200g Szpinak duszony 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250ml				
				Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]			
Dieta z ogr. Łatwo przyswajalnych	jogurt naturalny 150g [6]	Brokułowa 350ml [8]	---	---	Energia: 1899kcal, Białko 81g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 199g w tym cukry 65g, błonnik 32g, 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]	Ryba panierowana smażona 120g [3], ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem i ziarnami lnu 130g[2/9] Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło 10g[6] ser żółty 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, ogórek kiszony 60g, rukola 10g 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	14.maj.26 - czwartek		SCANMED IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]	Barszcz ukraiński z fasolą zabielaną 350g [8]	---	Energia: 2189 kcal, Białko 120, Tłuszcze 69g w tym nasycone 25, węglowodany 246g w tym cukry 50g, błonnik 35g, 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 Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	sos boloński 180g [1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g serek lactima 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
			skyr 140g[6]	
Dieta Łatwastrawna	jogurt 150g [6]	Buraczkowa z ziemniakami 350g [8]	---	Energia: 2181 kcal, Białko 116, Tłuszcze 69g w tym nasycone 25, węglowodany 26g w tym cukry 50g, błonnik 31g, sól 5,2g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	sos boloński 180g [1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g , serek lactima 1szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
			skyr 140g[6]	
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6] ---	Buraczkowa z ziemniakami 350g [8]	---	Energia: 2424kcal, Białko 121 Tłuszcze 76g 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 kiszony 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	sos boloński 180g [1/5/7-10], makaron razowy 200g [1/2] Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g, serek lactima 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	Bez Cukru	Bez Cukru	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 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		13.maj.26 - środa			SCANMED IŁAWA			
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI			
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]		Zupa jarzynowa z białą fasolą i ciecierzycą 350 ml [1/6/8]	---				
	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], ogórek zielony 60g, sałata roszponka 10g		Kurczak w sosie curry 180g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g [1/8]		Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Morszczuk w galarecie 220g [2/3/8], pomidor 60g, sałata 10g	Energia: 1250, Białko 119, Tłuszcze 67g w tym nasycone 30, węglowodany 188g w tym cukry 75g, błonnik 36g, sól 5,2g		
	Kawa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml		Herbata 250ml			
					jogurt naturalny 200g [6]			
Dieta Łatwastrawna	jogurt 150g [6]		Zupa z dynią i cukinią zabelana 350 ml [1/8]	---				
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata roszponka 10g		Kurczak w sosie curry 180g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g [1/8]		Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Morszczuk w galarecie 220g [2/3/8], pomidor 60g, sałata 10g	Energia: 2145, Białko 111, Tłuszcze 69g w tym nasycone 30, węglowodany 255g w tym cukry 75g, błonnik 28g, sól 5,2g		
	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]	---				
	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], ogórek zielony 60g, sałata roszponka 10g		Kurczak w sosie curry 180g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g [1/8]		Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Morszczuk w galarecie 220g [2/3/8], pomidor 60g, sałata 10g	Energia: 2228, Białko 116, Tłuszcze 70 w tym nasycone 30, węglowodany 173g w tym cukry 75g, błonnik 43g, sól 5,2g		
	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		12.maj.26 - wtorek			SCANMED IŁAWA	
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]	Pieczywo razowe+ kajzerka 100g[1], rama 20g[6], twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., papryka czerwona 60g, sałata mix 10g	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8]	---	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, roszponka 10g	Energia: 2278, Białko 101, Tłuszcze 72g w tym nasycone 28, węglowodany 282g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 5,2g
	Kawa z mlekiem 250ml [6]		Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g	Kompot 250ml		
				Mus tubka 100g		
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8]	---	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, roszponka 10g	Energia: 2269, Białko 101, Tłuszcze 71g w tym nasycone 29 węglowodany 293g w tym cukry 100g, błonnik 31g, sól 4,3g
	Kawa z mlekiem 250ml [6]		Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g	Kompot 250ml		
				Mus tubka 100g		
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Pieczywo graham 100g[1], rama 20g[6], twarożek śmietankowy 80g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], papryka czerwona 60g, sałata mix 10g	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8]	---	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, roszponka 10g	Energia: 2239, Białko 108, Tłuszcze 79g w tym nasycone 28, węglowodany 272g w tym cukry 100g, błonnik 37g, sól 4,6g
	Kawa z mlekiem 250ml [6]		Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g	Kompot 250ml		
		jabłko 120g			sok warzywny 300ml [8]	
		Bez Cukru	Bez Cukru		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		11.maj.26 - poniedziałek			SCANMED IŁAWA		
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI		
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 350 ml [8]	---	---	Energia: 2340kcal, Białko 114, Tłuszcze 92g w tym nasycone 24,3, węglowodany 182g w tym cukry 75g, błonnik 39g, sól 4,7g		
	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	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 żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt. [6], rzodkiew 60g, roszonek 10g	Herbata 250ml		kefir 200 ml [6]	
Dieta Łatwastrawna	jogurt 150g [6]	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 350 ml [8]	---	---	Energia: 2433 kcal, Białko 117, Tłuszcze 92g w tym nasycone 24,3, węglowodany 266g w tym cukry 75g, błonnik 33g, sól 4,7g		
	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	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 pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt. [6], pomidor 60g, roszonek 10g	Herbata 250ml		kefir 200 ml [6]	
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 350 ml [8]	---	---	Energia: 2326 kcal, Białko 108, Tłuszcze 94g w tym nasycone 24,3, węglowodany 177g w tym cukry 75g, błonnik 38g, 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	Gulasz duszony wieprzowy z warzywami 180g [1/8], ryż brązowy 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]	Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt. [6], rzodkiew 60g, roszonek 10g	Herbata 250ml		kefir 200 ml [6]	
		Kawa z mlekiem 250 ml [6] Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250ml Bez Cukru			
		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		10.maj.26 - niedziela			SCANMED IŁAWA		
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI		
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Energia: 2358kcal, Białko 106 Tłuszcze 80g w tym nasycone 25, węglowodany 203g w tym cukty 88g, błonnik 28g, sól 4,9g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]		Udko z kurczaka pieczone 160g + sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g Buraczki duszone na ciepło 130g	Kompot 250ml			
					sok warzywny 300 ml [8]		
Dieta Łatwastrawna	jogurt 150g [6]	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Energia: 2356 kcal, Białko 108, Tłuszcze 79g w tym nasycone 26,8, węglowodany 291g w tym cukty 80,6g, błonnik 26g, sól 5,1g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]		Udko z kurczaka pieczone 160g + sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g Buraczki duszone na ciepło 130g	Kompot 250ml			
					sok warzywny 300 ml [8]		
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Energia: 2308kcal, Białko 100, Tłuszcze 84g w tym nasycone 25, węglowodany 184g w tym cukty 58g, błonnik 35g, sól 4,2g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]		Udko z kurczaka pieczone 160g + sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g Buraczki duszone na ciepło 130g	Kompot 250ml			
		jabłko 1 szt.			sok warzywny 300 ml [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		09.maj.26 - sobota			SCANMED IŁAWA		
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)		WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , ogórek zielony 60g, sałata 10g	Zupa jarzynowa 350 ml [1/8] Pyzy z mięsem 300g [1/2/5/7-10] z masłem i koperkiem 5g [6] Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 130g	---	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] ser żółty 60g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g	Energia: 2154kcal, Białko 75g, Tłuszcze 94g w tym nasycone 31,6, węglowodany 228g w tym cukry 56g, błonnik 25g, sól 4,7g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]						Kompot 250ml
				kefir 200 ml [6]			
Dieta Łatwastrawna	jogurt 150g [6]	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , pomidor 60g, sałata 10g	Zupa jarzynowa 350 ml [1/8] Pyzy z mięsem 300g [1/2/5/7-10] z masłem i koperkiem 5g [6] Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	---	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twaróg 80g [6], dżem owocowy 1szt., pomidor 60g, sałata mix 10g	Energia: 2103kcal, Białko 75g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 250g w tym cukry 53g, błonnik 23g, sól 4,3g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]						Kompot 250ml
				kefir 200 ml [6]			
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , ogórek zielony 60g, sałata 10g	Zupa jarzynowa 350 ml [1/8] Pyzy z mięsem 300g [1/2/5/7-10] z masłem i koperkiem 5g [6] Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 130g	---	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] twaróg 80g [6], serek lactima 1 szt. [6], pomidor 60g, sałata mix 10g	Energia: 2122 kcal, Białko 71, Tłuszcze 91g w tym nasycone 30,4 węglowodany 228g w tym cukry 46g, błonnik 31g, sól 5,1g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]						Kompot 250ml
		mandarynka 120g			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 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		08.maj.26 - piątek			SCANMED IŁAWA		
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI		
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]		Zupa pomidorowa z ryżem 350ml [8]	---	Energia: 2209 kcal, Białko 97g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 252g w tym cukry 65g, błonnik 33g, 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		Ryba na parze w sosie pietruszkowym 100g/80g [1/3/8], ziemniaki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g [1/8]				
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]		Kompot 250ml		Jogurt naturalny 200g [6]		
Dieta Łatwastrawna	jogurt 150g [6]		Zupa pomidorowa z ryżem 350ml [8]	---	Energia: 2210 kcal, Białko 97g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 264g w tym cukry 65g, błonnik 31g, sól 4,8g		
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z brokuła i szynki 120g [1/5/7-10], sałata 10g		Ryba na parze w sosie pietruszkowym 100g/80g [1/3/8], ziemniaki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g [1/8]				
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]		Kompot 250ml		Jogurt naturalny 200g [6]		
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]		Zupa pomidorowa z ryżem 350ml [8]	---	Energia: 2268kcal, Białko 91g, Tłuszcze 82g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 263g 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		Ryba na parze w sosie pietruszkowym 100g/80g [1/3/8], ziemniaki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g [1/8]				
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Bez Cukru	Kompot 250ml	Bez Cukru	Herbata 250ml	Bez Cukru	
	jabłko 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