

| Dieta | | 26.cze.26 - piątek | | | SCANMED IŁAWA | | |
|---|---|------------------------------|--|--------------------------|--|--|------------------|
| | | ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE) | OBIAD | KOLACJA + (KOLACJA 21) | | WARTOŚCI | |
| Dieta Podstawowa | jogurt 150g[6] | | Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] | --- | | Energia: 2140 kcal, Białko 98g, Tłuszcze 61g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 193g w tym cukry 65g, błonnik 33g, sól 4,8g | |
| | Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | | Ryba na parze zapiekana z warzywami z mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaczki 200g Surówka z buraczką z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml | | Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., ogórek zielony 60g, roszponka 10g Herbata 250ml | | |
| | | | | Mus tubka 100g | | | |
| Dieta Łatwostrawna | jogurt 150g[6] | | Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] | --- | | Energia: 2142 kcal, Białko 98g, Tłuszcze 61g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 282g w tym cukry 65g, błonnik 31g, sól 4,8g | |
| | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | | Ryba na parze zapiekana z warzywami z mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaczki 200g Surówka z buraczką z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml | | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml | | |
| | | | | Mus tubka 100g | | | |
| Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów | jogurt naturalny 150g[6] | | Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] | --- | | Energia: 2100 kcal, Białko 96 Tłuszcze 61g w tym nasycone 21, węglowodany 269g w tym cukry 84g, błonnik 31g, sól 5,2g | |
| | Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | Bez Cukru | Ryba na parze zapiekana z warzywami z mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaczki 200g Surówka z buraczką z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml | Bez Cukru | Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] wędlina 60g [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 | | 25.cze.26 - czwartek | | | SCANMED IŁAWA | |
|---|--|--|---|---|---|--|
| | | ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE) | OBIAD | KOLACJA + (KOLACJA 21) | WARTOŚCI | |
| Dieta Podstawowa | jogurt 150g[6] | Zupa szczawiowa [1/2/8] | --- | --- | Energia: 2562 kcal, Białko 123g, Tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 311g w tym cukry 65g, błonnik 33g, 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] | Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Mizeria z jogurtem 110g/30g[6] Kompot 250ml | Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopocka 60g [1/5/7-10],serek deliser 1 szt. [6], rzodkiewka 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml | | | |
| | | | | serek homogenizowany naturalny 150g [6] | | |
| Dieta Łatwostrawna | jogurt 150g[6] | Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] | --- | --- | Energia: 2562 kcal, Białko 123g, Tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 311g w tym cukry 65g, błonnik 33g, sól 4,8g | |
| | Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] | Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml | pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt.[6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml | | | |
| | | | | serek homogenizowany naturalny 150g [6] | | |
| Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów | jogurt naturalny 150g[6] | Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] | --- | --- | Energia: 2368kcal, Białko 118g, Tłuszcze 85g w tym nasycone 31,6, węglowodany 201g w tym cukry 56g, błonnik 37g, 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] | Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Mizeria z jogurtem 110g/30g[6] Kompot 250ml | Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], rzodkiewka 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml | | | |
| | | | | jabłko 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 | | 24.cze.26 - środa | | | SCANMED IŁAWA | |
|---|--|--|---|--|---|--|
| | | ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE) | OBIAD | KOLACJA + (KOLACJA 21) | WARTOŚCI | |
| Dieta Podstawowa | jogurt 150g[6] | Brokułowa 350ml [8] | Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g | --- | pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] | Energia: 2404 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 107g 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] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6] | Surówka z czerwonej kapusty z majonezem i ziarnami lnu 130g[2/9] Kompot 250ml | 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 | jogurt 150g[6] | Brokułowa 350ml [8] | Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g | --- | pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] | Energia: 2235 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 96g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 220g w tym cukry 65g, błonnik 27g, sól 4,8g |
| | pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6] | Sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml | wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250ml | Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6] | | |
| Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów | jogurt naturalny 150g[6] | Brokułowa 350ml [8] | Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g | --- | pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] | Energia: 2052kcal, Białko 98g, Tłuszcze 96g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 167g w tym cukry 65g, błonnik 30g, sól 4,8g |
| | pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6] | Surówka z czerwonej kapusty z majonezem i ziarnami lnu 130g[2/9] Kompot 250ml | ser żółty 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, ogórek zielony 60g, rukola 10g Herbata 250ml | Budyń bez dodatku cukru z musem jabłkowym 250ml [1/6] | | |
| | | jabłko 120g | 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 | | 23.cze.26 - wtorek | | | SCANMED IŁAWA | | |
|---|---|------------------------------|---|--------------------------|--|---|--|
| | | 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 | jogurt 150g[6] | | Zupa z botwinki z ziemniakami 350ml [8] | --- | | Energia: 2199 kcal, Białko 114g, Tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 262g w tym cukry 65g, błonnik 31g, sól 4,8g | |
| | pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g | | sos boloński 180g [1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g | | pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g , serek deliser 1szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g | | |
| | Kawa z mlekiem 250ml [1/6] | | 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 | |
| | | 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 | | 22.cze.26 - poniedziałek | | | SCANMED IŁAWA | | |
|--|--|------------------------------|--|---|---------------|--|--|
| | | ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE) | OBIAD | KOLACJA + (KOLACJA 21) | | WARTOŚCI | |
| Dieta Podstawowa | jogurt 150g[6] | | Zupa pieczarkowa 350 ml [8] | --- | | Energia: 2147kcal, Białko 106g, Tłuszcze 65g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 182g w tym cukry 65g, błonnik 33 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 | | Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Sałata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g | Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g [3/8], pomidor 60g, sałata 10g | | | |
| | Kawa z mlekiem 250ml [6] | | Kompot 250ml | Herbata 250ml | | | |
| | | | | kefir 200 ml [6] | | | |
| Dieta Łatwostrawna | jogurt 150g[6] | | Zupa z dynią i cukinią zabieleną 350 ml [1/8] | --- | | Energia: 2140 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 67g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 264g w tym cukry 65g, błonnik 31g, sól 4,8g | |
| | 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], ryż paraboliczny 200g Sałata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g [3/8], pomidor 60g, sałata 10g | | | |
| | Kawa z mlekiem 250ml [6] | | Kompot 250ml | Herbata 250ml | | | |
| | | | | kefir 200 ml [6] | | | |
| Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów | jogurt naturalny 150g[6] | | Zupa z dynią i cukinią zabieleną 350 ml [1/8] | --- | | Energia: 2119, Białko 102, Tłuszcze 71 w tym nasycone 30, węglowodany 161 w tym cukry 75g, błonnik 41g, 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 | | Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż brązowy 200g Sałata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g | Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g [3/8], pomidor 60g, sałata 10g | | | |
| | Kawa z mlekiem 250ml [6] | Bez Cukru | Kompot 250ml | Bez Cukru | Herbata 250ml | Bez Cukru | |
| | | pomarańcza 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 | | 21.cze.26 - niedziela | | | SCANMED IŁAWA | | |
|---|--------------------------|--|---|--------------------------|--|--|--------------|
| | | ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE) | OBIAD | KOLACJA + (KOLACJA 21) | | WARTOŚCI | |
| Dieta Podstawowa | jogurt 150g[6] | Pieczywo razowe 100g[1], rama 20g[6], twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., papryka czerwona 60g, sałata mix 10g | Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Pieczona roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], ziemniaki 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 | Energia: 2134 kcal, Białko 99g, Tłuszcze 65g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 263g w tym cukry 65g, błonnik 31g, sól 4,8g | |
| | Kawa z mlekiem 250ml [6] | | | | | | Kompot 250ml |
| | | Mus tubka 100g | | | | | |
| Dieta Łatwostrawna | jogurt 150g[6] | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g | Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Pieczona roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g | --- | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, roszponka 10g | Energia: 2126 kcal, Białko 99g, Tłuszcze 65g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 274g w tym cukry 65g, błonnik 28g, sól 4,8g | |
| | Kawa z mlekiem 250ml [6] | | | | | | 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 | Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Pieczona roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], ziemniaki 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 | Energia: 2196, Białko 107 , Tłuszcze 72g w tym nasycone 28, węglowodany 253g w tym cukry 100g, błonnik 35g, sól 4,6g | |
| | Kawa z mlekiem 250ml [6] | | | | | | Kompot 250ml |
| | | 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 | | 20.cze.26 - sobota | | | 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 | Zupa z ciecierzycy 350 ml [1/8] | --- | 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 | Energia: 2469 kcal, Białko 126g, Tłuszcze 93g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 193g w tym cukty 65g, błonnik 38g, sól 4,8g | |
| | Kawa z mlekiem 250 ml [6] | | Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110/80g, kasza jęczmienna 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g | Kompot 250ml | | | Herbata 250ml |
| | | | | | 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 | Zupa ziemniaczana 350 ml[8] | --- | pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g | Energia: 2528 kcal, Białko 123g, Tłuszcze 93g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 280g w tym cukty 65g, błonnik 34g, sól 4,8g | |
| | Kawa z mlekiem 250 ml [6] | | Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110/80g, kasza jęczmienna 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g | Kompot 250ml | | | Herbata 250ml |
| | | | | | kefir 200 ml [6] | | |
| Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów | jogurt naturalny 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 | Zupa ziemniaczana 350 ml[8] | --- | 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 | Energia: 2422 kcal, Białko 114, Tłuszcze 95g w tym nasycone 24,3, węglowodany 191g w tym cukty 75g, błonnik 39, sól 4,7g | |
| | Kawa z mlekiem 250 ml [6] | | Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110/80g, kasza jęczmienna 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g | Kompot 250ml | | | Herbata 250ml |
| | | pomarańcza 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 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

| Dieta | | 19.cze.26 - piątek | | | SCANMED IŁAWA | |
|---|---|------------------------------|---|--------------------------|--|--|
| | | ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE) | OBIAD | KOLACJA + (KOLACJA 21) | WARTOŚCI | |
| Dieta Podstawowa | jogurt 150g[6] | | Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] | --- | | Energia: 2177 kcal, Białko 92g, Tłuszcze 67g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 201g w tym cukty 65g, błonnik 28g, sól 4,8g |
| | Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g | | Filet rybny smażony 110g[1/2/3], ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszanej z olejem rzepakowym 130g | | Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g | |
| | Kawa z mlekiem 250ml [6] | | Kompot 250ml | | Herbata 250 ml | |
| | | | | | sok warzywny 300 ml [8] | |
| Dieta Łatwostrawna | jogurt 150g[6] | | Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] | --- | | Energia: 2189 kcal, Białko 94g, Tłuszcze 65g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 292g w tym cukty 65g, błonnik 29g, sól 4,8g |
| | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g | | Ryba na parze 120g w sosie pietruszkowym 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g | | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g | |
| | Kawa z mlekiem 250ml [6] | | Kompot 250ml | | Herbata 250 ml | |
| | | | | | sok warzywny 300 ml [8] | |
| Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów | jogurt naturalny 150g[6] | | Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] | --- | | Energia: 2103kcal, Białko 85, Tłuszcze 69g w tym nasycone 25, węglowodany 180g w tym cukty 58g, błonnik 37g, sól 4,2g |
| | Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g | | Ryba na parze 120g w sosie pietruszkowym 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszanej z olejem rzepakowym 130g | | Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g | |
| | Kawa z mlekiem 250ml [6] | Bez Cukru | Kompot 250ml | Bez Cukru | Herbata 250 ml | Bez Cukru |
| | 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 | | SCANMED IŁAWA | | | |
|--|--|---|--|--------------------------|--|
| 18.cze.26 - czwartek | | ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE) | OBIAD | KOLACJA + (KOLACJA 21) | WARTOŚCI |
| Dieta Podstawowa | jogurt 150g[6] | Zupa grochowa 350 ml [1/8] | --- | | Energia: 2432kcal, Białko 113g, Tłuszcze 90g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 265g w tym cukry 65g, błonnik 33g, sól 4,8g |
| | Pieczywo razowe + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , ogórek zielony 60g, sałata 10g | Pulpet wieprzowy w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], kasza bulgur 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 | Herbata 250ml | |
| | kawa z mlekiem 250ml [1/6] | Kompot 250ml | | kefir 200 ml [6] | |
| Dieta Łatwostrawna | jogurt 150g[6] | Zupa grysikowa 350 ml [1/8] | --- | | Energia: 2400 kcal, Białko 105, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 302g w tym cukry 65g, błonnik 31g, sól 4,8g |
| | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , pomidor 60g, sałata 10g | Pulpet wieprzowy w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], kasza bulgur 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g | pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twaróg 80g [6], dżem owocowy 1szt., pomidor 60g, sałata mix 10g | Herbata 250ml | |
| | kawa z mlekiem 250ml [1/6] | Kompot 250ml | | kefir 200 ml [6] | |
| Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów | jogurt naturalny 150g[6] | Zupa grysikowa 350 ml [1/8] | --- | | Energia: 2462 kcal, Białko 100, Tłuszcze 88g w tym nasycone 30,4 węglowodany 287g w tym cukry 46g, błonnik 40g, 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 | Pulpet wieprzowy w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], kasza bulgur 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 | Herbata 250ml | |
| | kawa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru | Kompot 250ml Bez Cukru | Herbata 250ml Bez Cukru | kefir 200 ml [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 | | 17.cze.26 - środa | | | SCANMED IŁAWA | |
|---|---|--------------------------------|---|--------------------------|--|---|
| | | ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE) | OBIAD | KOLACJA + (KOLACJA 21) | WARTOŚCI | |
| Dieta Podstawowa | jogurt 150g[6] | | Zupa jarzynowa 350ml [1/8] | --- | | Energia: 2179 kcal, Białko 100g, Tłuszcze 78g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 241g w tym cukry 65g, błonnik 34g, 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 | | Kotlet schabowy wieprzowy 130g [1/2], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem 100/30g[6/8] | | 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 | jogurt 150g[6] | | Zupa jarzynowa 350ml [1/8] | --- | | Energia: 2148 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 249g w tym cukry 65g, błonnik 33g, 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 | | Schab z pieca w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem 100/30g[6/8] | | pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g | |
| | Kawa z mlekiem 250 ml [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: 2207kcal, Białko 98g, Tłuszcze 78g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 248g w tym cukry 65g, błonnik 40g, 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 | | Schab z pieca w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem 100/30g[6/8] | | 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