

Dieta		16.cze.26 - wtorek			SCANMED IŁAWA		
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI		
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g[6]	Zupa ogórkowa 350g [1/8]	---		Energia: 2037kcal, Białko 98, Tłuszcze 56g w tym nasycone 27,5, węglowodany 178g w tym cukry 50g, błonnik 32g, sól 5g		
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Potrąwka z kurczaka 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Mizeria z jogurtem 110g/30g	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] Ryba po grecku 200g [3/8], ogórek zielony 60g, roszponka 10g				
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml				
				Mus tubka 100g			
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g[6]	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g [1/8]	---		Energia: 2114 kcal, Białko 101, Tłuszcze 52g w tym nasycone 26,8, węglowodany 288g w tym cukry 80,6g, błonnik 40g, sól 5,1g		
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Potrąwka z kurczaka 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g[1/8]	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Ryba po grecku 200g[3/8], pomidor 60g, roszponka 10g				
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml				
				Mus tubka 100g			
Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych	Jogurt naturalny 150g[6]	Zupa ogórkowa 350g [1/8]	---		Energia: 2180 kcal, 124 Białko 58 Tłuszcze w tym nasycone 25, węglowodany 183g w tym cukry 88g, błonnik 36g, sól 4,9g		
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Potrąwka z kurczaka 180g[1/8], ryż brązowy 200g Mizeria z jogurtem 110g/30g	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] Ryba po grecku 200g[3/8], ogórek zielony 60g, roszponka 10g				
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	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		15.cze.26 - poniedziałek			SCANMED IŁAWA	
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g[6]	Zupa fasolowa 350ml [1/8]	---		Energia: 2440 kcal, Białko 128g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 305g w tym cukry 53g, błonnik 27g, 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]	sos boloński 180g[1/8], makaron pszenny 200g[1/2] Surówka z kapusty pekińskiej z olejem słonecznikowym 100g 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 krupnik z ziemniakami 350ml [1/8]	---		Energia: 2440 kcal, Białko 128g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 305g w tym cukry 53g, błonnik 27g, 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]	sos boloński 180g[1/8], makaron pszenny 200g[1/2] Surówka z kapusty pekińskiej z olejem słonecznikowym 100g 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. łatwo przyswajalnych	Jogurt naturalny 150g[6]	Zupa krupnik z ziemniakami 350ml [1/8]	---		Energia: 2157kcal, Białko 115g, Tłuszcze 70g w tym nasycone 31,6, węglowodany 189g w tym cukry 56g, błonnik 33g, 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]	sos boloński 180g[1/8], makaron brązowy 200g[1/2] Surówka z kapusty pekińskiej z olejem słonecznikowym 100g 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]				
		pomarańcza 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		14.cze.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: 2279kcal, Białko 115g, Tłuszcze 88g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 229g w tym cukry 65g, błonnik 33g, sól 4,8g	
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] kiełbaska z cebulką 100g/50g[1/5/7-10], pomidor 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Udko pieczone 160g + sos własny 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] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250ml			
				Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]		
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g[6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---		Energia: 2250kcal, białko: 107g, tłuszcze 91g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 236g w tym cukry 61g, błonnik 29g, sól 4,8g	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Udko pieczone 160g + sos własny 80g[1/8], ziemniaki 200g Seler gotowany z oliwą z oliwek 120g[8] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[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]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---		Energia: 2291kcal, Białko 102, Tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 225g w tym cukry 65g, błonnik 37g, sól 4,8g	
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Udko pieczone 160g + sos własny 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] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 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		13.cze.26 - sobota			SCANMED IŁAWA		
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI		
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g[6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8]	---		Energia: 2316 kcal, Białko 122, Tłuszcze 77g w tym nasycone 25, węglowodany 257g w tym cukry 50g, błonnik 36g, sól 5,2g		
	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., ogórek zielony 60g, sałata mix 10g	Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z marchewki z olejem rzepakowym i siemnieniem lnianym 130g	Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g serek deliser 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g	Herbata 250ml			
		skyr 140g[6]					
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g[6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8]	---		Energia: 2293 kcal, Białko 119, Tłuszcze 76g w tym nasycone 25, węglowodany 270g w tym cukry 50g, błonnik 34g, sól 5,2g		
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g	Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z marchewki z olejem rzepakowym i siemnieniem lnianym 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g , serek deliser 1szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g	Herbata 250ml			
		skyr 140g[6]					
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny 150g[6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8]	---		Energia: 2464 kcal, Białko 120 Tłuszcze 80g w tym nasycone 23,5, węglowodany 288g w tym cukry 45g, błonnik 40g, 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	Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z marchewki z olejem rzepakowym i siemnieniem lnianym 130g	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g, serek deliser 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		12.cze.26 - piątek			SCANMED IŁAWA		
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI		
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g[6]	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata roszonek 10g	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8]	---	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, sałata 10g	Herbata 250ml	Energia: 2018, Białko 79, Tłuszcze 65g w tym nasycone 30, węglowodany 181g w tym cukry 75g, błonnik 30g, sól 5,2g
	Kawa z mlekiem 250ml [6]		Filet rybny na parze 120g[1/2/3/8], sos cytrynowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem i olejem rzepakowym i bazylią 100g	Kompot 250ml			
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g[6]	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata roszonek 10g	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8]	---	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, sałata 10g	Herbata 250ml	Energia: 2002, Białko 97, Tłuszcze 61g w tym nasycone 30, węglowodany 254g w tym cukry 75g, błonnik 30g, sól 5,2g
	Kawa z mlekiem 250ml [6]		Filet rybny na parze 120g[1/2/3/8], sos cytrynowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem i olejem rzepakowym i bazylią 100g	Kompot 250ml			
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny 150g[6]	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata roszonek 10g	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8]	---	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, sałata 10g	Herbata 250ml	Energia: 1981, Białko 94, Tłuszcze 65 w tym nasycone 30, węglowodany 152g w tym cukry 75g, błonnik 39g, sól 5,2g
	Kawa z mlekiem 250ml [6]		Filet rybny na parze 120g[1/2/3/8], sos cytrynowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem i olejem rzepakowym i bazylią 100g	Kompot 250ml			
		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	11.cze.26 - czwartek		SCANMED IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g[6]	Zupa jarzynowa z białą fasolą 350 ml [8]	---	Energia: 2322 Białko 93, Tłuszcze 74g w tym nasycone 28, węglowodany 291 w tym cukty 100g, błonnik 45g, sól 5,2g
	Pieczywo razowe 100g[1], rama 20g[6], twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., papryka czerwona 60g, sałata mix 10g	Bigos z białej kapusty 180g[1/5/7-10], ziemniaki 200g 0	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, roszonek 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			Mus tubka 100g	
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g[6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8]	---	Energia: 2217, Białko 90, Tłuszcze 71g w tym nasycone 29 węglowodany 291g w tym cukty 100g, błonnik 33g, sól 4,3g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g	Pulpet z szynki w sosie koperkowym 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] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, roszonek 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			Mus tubka 100g	
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny 150g[6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8]	---	Energia: 2287, Białko 97, Tłuszcze 78g w tym nasycone 28, węglowodany 270g w tym cukty 100g, błonnik 39, 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	Pulpet z szynki w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], ziemniaki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g[1/8]	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, roszonek 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250ml Bez Cukru	
	jabłko 120g		mus tubka 100 g	

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.cze.26 - środa			SCANMED IŁAWA		
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI		
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g[6]	Zupa grochowa 350 ml [8]	---		Energia: 2489kcal, Białko 134, Tłuszcze 94g w tym nasycone 24,3, węglowodany 190g w tym cukry 75g, błonnik 38g, 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	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 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	Jogurt 150g[6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [8]	---		Energia: 2509 kcal, Białko 124, Tłuszcze 90g w tym nasycone 24,3, węglowodany 281g w tym cukry 75g, błonnik 34g, 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	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[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]	Kompot 250ml	Herbata 250ml				
				kefir 200 ml [6]			
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny 150g[6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [8]	---		Energia: 2402 kcal, Białko 115, Tłuszcze 92g w tym nasycone 24,3, węglowodany 192g w tym cukry 75g, błonnik 39g, 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	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 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 Bez Cukru	Herbata 250ml Bez Cukru				
	gruszka 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		09.cze.26 - wtorek			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	Zupa z zielonego groszku 350g [1/8] Gołąbek francuski 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym i bazylią 100g	---	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Energia: 2294kcal, Białko 101 Tłuszcz 74g w tym nasycone 25, węglowodany 202g w tym cukry 88g, błonnik 35g, sól 4,9g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]						
					sok warzywny 300 ml [8]		
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g[6]	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g	Zupa z zielonego groszku 350g [1/8] Gołąbek francuski 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym i bazylią 100g	---	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Energia: 2292 kcal, Białko 101, Tłuszcz 74g w tym nasycone 26,8, węglowodany 290g w tym cukry 80,6g, błonnik 32g, sól 5,1g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]						
					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	Zupa z zielonego groszku 350g [1/8] Gołąbek francuski 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym i bazylią 100g	---	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Energia: 2244kcal, Białko 95, Tłuszcz 78g w tym nasycone 25, węglowodany 182g w tym cukry 58g, błonnik 41g, sól 4,2g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]						
		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	08.cze.26 - poniedziałek		SCANMED IŁAWA		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)		OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g[6]	Zupa szczawiowa 350ml [1/2/8]	---		Energia: 2450kcal, Białko 114g, Tłuszcze 104g w tym nasycone 31,6, węglowodany 243g w tym cukry 56g, błonnik 29g, sól 4,7g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym 180g[1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z kiszonej kapusty z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] ser żółty 60g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml		
				kefir 200 ml [6]	
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g[6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8]	---		Energia: 2440 kcal, Białko 114g, Tłuszcze 81g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 301g w tym cukry 53g, błonnik 30g, sól 4,3g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym 180g[1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twaróg 80g [6], dżem owocowy 1szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml		
				kefir 200 ml [6]	
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny 150g[6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8]	---		Energia: 2369 kcal, Białko 107, Tłuszcze 79g w tym nasycone 30,4 węglowodany 283g w tym cukry 46g, błonnik 35g, sól 5,1g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym 180g[1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z kiszonej kapusty z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] twaróg 80g [6], serek lactima 1 szt. [6], pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml		
	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	07.cze.26 - niedziela		SCANMED IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g[6] pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka jarzynowa 120g [2/8/9], sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Kotlet schabowy drobiowy 120g [1/2], ziemniaki 200g Mizeria z jogurtem 110g/30g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., ogórek zielony 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2071kcal, Białko 103g, Tłuszcze 69g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 233g w tym cukty 65g, błonnik 26g, sól 4,8g
				Jogurt naturalny 200g [6]
Dieta Łatwastrawna	Jogurt 150g[6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka jarzynowa 120g [2/8/9], sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110g/80g [8], ziemniaki 200g Marchewka mix gotowana na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2262kcal, Białko 104g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 258 w tym cukty 65g, błonnik 29g, sól 4,8g
				Jogurt naturalny 200g [6]
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny 150g[6] pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka jarzynowa 120g [2/8/9], sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110g/80g [8], ziemniaki 200g Mizeria z jogurtem 110g/30g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], ogórek zielony 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2213kcal, Białko 98g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 254g w tym cukty 65g, błonnik 33g, sól 4,8g
	jabłko 120g Bez Cukru		Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250ml 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