

Dieta	26.lip.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: 2388, Białko 120, Tłuszcze 74 w tym nasycone 27,5, węglowodany 195 w tym cukry 50g, błonnik 49, sól 5g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Kotlet schabowy wieprzowy 120g [½], ziemniaki 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i bazylią 130g	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		kisiel 250 ml	
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2360 kcal, Białko 124, Tłuszcze 71 w tym nasycone 26,8, węglowodany 279 w tym cukry 80,6g, błonnik 48, sól 5,1g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Schab z pieca 110g w sosie własnym 80g[1/8], ziemniaki 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i bazylią 130g	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		kisiel 250 ml	
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych	jogurt naturalny 150g [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2409 kcal, 123 Białko 71 Tłuszcze w tym nasycone 25, węglowodany 288 w tym cukry 88g, błonnik 49, sól 4,9g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Schab z pieca 110g w sosie własnym 80g[1/8], ziemniaki 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i bazylią 130g	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	
	jogurt naturalny 200g [6]	budyń b/c 200g[1/6] + kanapka (tylko dla insuliny)	kisiel 250 ml 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	25.lip.26 - sobota		SCANMED IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]	Zupa żurek z jajkiem na wędzonce 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2465 kcal, Białko 125, Tłuszcze 71 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 318 w tym cukry 53g, błonnik 30, sól 5,3g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g	Kurczak w sosie curry 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem słonecznikowym 100g	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połędwica sopocka 60g [1/5/7-10],serek deliser 1 szt. [6], rzodkiewka 60g, sałata mix 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	pomarańcza 120g		serek homogenizowany naturalny 150g [6]	
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350 ml[1/2/8]	---	Energia: 2465 kcal, Białko 125, Tłuszcze 71 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 318 w tym cukry 53g, błonnik 30, sól 5,3g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g	Kurczak w sosie curry 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem słonecznikowym 100g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt.[6], Pomidor 60g, sałata mix 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	pomarańcza 120g		serek homogenizowany naturalny 150g [6]	
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych	jogurt naturalny 150g [6]	Zupa żurek z jajkiem na wędzonce 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2375, Białko 119, Tłuszcze 79 w tym nasycone 31,6, węglowodany 214 w tym cukry 56g, błonnik 38, sól 4,7g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, sałata 10g	Kurczak w sosie curry 180g [1/8], ryż brązowy 200g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem słonecznikowym 100g	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połędwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], rzodkiewka 60g, sałata mix 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250ml Bez Cukru	
	pomarańcza 120g	sok pomidorowy 200 ml + kanapka (tylko dla insuliny)	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.lip.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: 2277, Białko 100, Tłuszcze 89 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 243 w tym cukry 65g, błonnik 30, 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]	Ryba smażona 120g [1/2/3], ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem i ziarnami Inu 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	
	jabłko 120g		Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]	
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2100, białko: 93, tłuszcze 76 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 247 w tym cukry 61g, błonnik 27, 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]	Ryba na parze 110g w sosie koperkowym 80g [1/3/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250ml	
	jabłko 120g		Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]	
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych	jogurt naturalny 150g [6]	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2156, Białko 87, Tłuszcze 80 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 240 w tym cukry 65g, błonnik 37, 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] Bez Cukru	Ryba na parze 110g w sosie koperkowym 80g [1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem i ziarnami Inu 130g[2/9] Kompot 250ml Bez Cukru	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250ml Bez Cukru	
	jabłko 120g	mus tubka 100g + kanapka (tylko dla insuliny)	Budyń bez dodatku cukru z musem jabłkowym 250ml [1/6]	

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	23.lip.26 - czwartek		SCANMED IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]	Zupa fasolowa 350ml [1/8]	---	Energia: 2436 kcal, Białko 129, Tłuszcze 72 w tym nasycone 25, węglowodany 288 w tym cukty 50g, błonnik 45, 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	Gołąbek francuski 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem 100g/30g [6/8]	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	
	pomarańcza 120g		skyr 140g[6]	
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml [1/8]	---	Energia: 2264 kcal, Białko 110, Tłuszcze 74 w tym nasycone 25, węglowodany 276 w tym cukty 50g, błonnik 34, sól 5,2g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g	Gołąbek francuski 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem 100g/30g [6/8]	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	
	pomarańcza 120g		skyr 140g[6]	
Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6] ---	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml [1/8]	---	Energia: 2431, Białko 110 Tłuszcze 78 w tym nasycone 23,5, węglowodany 293 w tym cukty 45g, błonnik 40, 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	Gołąbek francuski 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem 100g/30g [6/8]	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	galaretka b/c 250 ml + kanapka (tylko dla insuliny)	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.lip.26 - środa		SCANMED IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]	Zupa brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2312, Białko118, Tłuszcze 78g w tym nasycone 30, węglowodany 182g w tym cukty 75g, błonnik 31g, sól 5,2g
	Pieczywo razowe + kajzerka 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], kasza jaglana 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	banan 120g		sok warzywny 300 ml	
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Zupa brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2310, Białko 118, Tłuszcze 78g w tym nasycone 30, węglowodany 270g w tym cukty 75g, błonnik 28g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 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], kasza jaglana 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	banan 120g		sok warzywny 300 ml	
Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Zupa brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2290, Białko116, Tłuszcze 81 w tym nasycone 30, węglowodany 167g w tym cukty 75g, błonnik 38g, 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], kasza jaglana 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250ml Bez Cukru	
	pomarańcza 120g	sok pomidorowy 200 ml + kanapka (tylko dla insuliny)	sok warzywny 300 ml	

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.lip.26 - wtorek		SCANMED IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]	Zupa jarzynowa z białą fasolą 350 ml [8]	---	Energia: 2193 Białko84, Tłuszcze 73g w tym nasycone 28, węglowodany273 w tym cukty 100g, błonnik 38g, 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 młodej kapusty 350g[1/5/7-10], ziemniaki 200g 0	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	
	jabłko 120g		Mus tubka 100g	
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8]	---	Energia: 2231, Białko 93, Tłuszcze 71g w tym nasycone 29 węglowodany 290g w tym cukty 100g, błonnik 32g, 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 Surówka z cukinii z jogurtem naturalnym 130g[6]	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	
	jabłko 120g		Mus tubka 100g	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8]	---	Energia: 2301, Białko 101, Tłuszcze 78g w tym nasycone 28, węglowodany 269g w tym cukty 100g, błonnik 38, 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 Surówka z cukinii z jogurtem naturalnym 130g[6]	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	kefir 200 ml [6] + kanapka (tylko dla insuliny)	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	20.lip.26 - poniedziałek		SCANMED IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]	Zupa grochowa 350 ml [8]	---	Energia: 2432, Białko 129, Tłuszcze 96 w tym nasycone 24,3, węglowodany 179 w tym cukry 75g, błonnik 39, 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 wieprzowy 180g [1/8], kasza jęczmienna 200g Sałata lodowa z pomidorem z olejem rzepakowym i bazylią 100g	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	
	pomarańcza 120g		kefir 200 ml [6]	
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Zupa grysikowa 350 ml [8]	---	Energia: 2491 kcal, Białko 120, Tłuszcze 91g w tym nasycone 24,3, węglowodany 281 w tym cukry 75g, błonnik 35, 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 wieprzowy 180g [1/8], kasza jęczmienna 200g Sałata lodowa z pomidorem z olejem rzepakowym i bazylią 100g	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	
	jabłko 120g		kefir 200 ml [6]	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Zupa grysikowa 350 ml [8]	---	Energia: 2385, Białko 110, Tłuszcze 93 g w tym nasycone 24,3, węglowodany 192 w tym cukry 75g, błonnik 40, 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 wieprzowy 180g [1/8], kasza jęczmienna 200g Sałata lodowa z pomidorem z olejem rzepakowym i bazylią 100g	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	
	pomarańcza 120g	budyń b/c 150g [1/6] + kanapka (tylko dla insuliny)	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.lip.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: 2316, Białko 108 Tłuszcze 80 w tym nasycone 25, węglowodany 190 w tym cukty 88g, błonnik 30, sól 4,9g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g	Udko pieczone 160g + sos własny 80g[1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 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	
	banan 120g		sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2312 kcal, Białko 108, Tłuszcze 80 tym nasycone 25, węglowodany 278 w tym cukty 80,6g, błonnik 28, sól 5,1g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g	Udko pieczone 160g + sos własny 80g[1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 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	
	banan 120g		sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2266, Białko 102, Tłuszcze 84 w tym nasycone 25, węglowodany 171 w tym cukty 58g, błonnik 37, sól 4,2g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g	Udko pieczone 160g + sos własny 80g[1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 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.	kisiel b/c 250 ml + kanapka (tylko dla insuliny)	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	18.lip.26 - sobota		SCANMED IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	jogurt 150g [6]	Zupa krupnik 350 ml[8]	---	Energia: 2554, Białko 122, Tłuszcze 93 w tym nasycone 31,6, węglowodany 280 w tym cukty 56g, błonnik 36, sól 4,7g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g	Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110g/80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z marchewki z olejem rzepakowym i siemnieniem lnianym 130g	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	
	brzoskwinia 120g		kefir 200 ml [6]	
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Zupa krupnik 350 ml[8]	---	Energia: 2467 kcal, Białko 120, Tłuszcze 83 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 295 w tym cukty 53g, błonnik 33, sól 4,3g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g	Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110g/80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z marchewki z olejem rzepakowym i siemnieniem lnianym 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twaróg 80g [6], dżem owocowy 1szt., pomidor 60g, sałata mix 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	brzoskwinia 120g		kefir 200 ml [6]	
Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Zupa krupnik 350 ml[8]	---	Energia: 2528 kcal, Białko 115, Tłuszcze 90 w tym nasycone 30,4 węglowodany 285 w tym cukty 46g, błonnik 40, sól 5,1g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g	Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110g/80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z marchewki z olejem rzepakowym i siemnieniem lnianym 130g	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	
	pomarańcza 120g	Jabłko 1 szt 150g + kanapka (tylko dla insuliny)	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	17.lip.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: 2144, Białko 100, Tłuszcze 67 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 260 w tym cukry 65g, błonnik 31, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 60g [1/5/7-10], pomidor 60g, sałata 10g	Filet rybny na parze 120g[1/3/8], sos cytrynowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem 100g/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	
	jabłko 120g		mus tubka 100g	
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2143, Białko 100, Tłuszcze 67 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 273 w tym cukry 65g, błonnik 29, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 60g [1/5/7-10], pomidor 60g, sałata 10g	Filet rybny na parze 120g[1/3/8], sos cytrynowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem 100g/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	
	jabłko 120g		mus tubka 100g	
Dieta z ogr. Łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2201, Białko 93, Tłuszcze 70 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 271 w tym cukry 65g, błonnik 37, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 60g [1/5/7-10], pomidor 60g, sałata 10g	Filet rybny na parze 120g[1/3/8], sos cytrynowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem 100g/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	
	jabłko 120g	kisiel b/c 250ml + kanapka (tylko dla insuliny)	mus tubka 100g	

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