

Dieta	15.sie.26 - sobota		SCANMED IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	jogurt 150g[6]	Zupa szpinakowa 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2465, Białko 120, Tłuszcze 74 w tym nasycone 27,5, węglowodany 218 w tym cukry 50g, błonnik 59, sól 5g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Wątróbka smażona z cebulką 200g [1], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 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	
			kisiel 250 ml	
Dieta Łatwastrawna	jogurt 150g [6]	Zupa szpinakowa 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2400 kcal, Białko 114, Tłuszcze 67 w tym nasycone 26,8, węglowodany 311 w tym cukry 80,6g, błonnik 58, sól 5,1g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Roladka drobiowa w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 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	
			kisiel 250 ml	
Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Zupa szpinakowa 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2449 kcal, Białko 113 Tłuszcze 67 w tym nasycone 21, węglowodany 320 w tym cukry 84g, błonnik 59, sól 5,2g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Roladka drobiowa w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 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	
	jabłko 120g		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	14.sie.26 - piątek		SCANMED IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	jogurt 150g[6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml [1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z kalarepy i marchewki z jogurtem naturalnym 130g [6] Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] polędwica sopocka 60g [1/5/7-10],serek deliser 1 szt. [6], rzodkiewka 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2417 kcal, Białko 111, Tłuszcze 75 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 311 w tym cukty 53g, błonnik 33, sól 5,3g
			serek homogenizowany naturalny 150g [6]	
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml [1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z kalarepy i marchewki z jogurtem naturalnym 130g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] polędwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt.[6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2417 kcal, Białko 111, Tłuszcze 75 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 311 w tym cukty 53g, błonnik 33, sól 5,3g
			serek homogenizowany naturalny 150g [6]	
Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6] 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]	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml [1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z kalarepy i marchewki z jogurtem naturalnym 130g [6] Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] polędwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], rzodkiewka 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2327, Białko 105, Tłuszcze 83 w tym nasycone 31,6, węglowodany 207 w tym cukty 56g, błonnik 41, sól 4,7g
	pomarańcza 120g	Bez Cukru	Bez Cukru	Bez Cukru
			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	13.sie.26 - czwartek		SCANMED IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	jogurt 150g[6]	Zupa pieczarkowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2361, Białko 113, Tłuszcze 89 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 250 w tym cukry 65g, błonnik 28, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] kaszanka z cebulką 100g/50g [1/5/7-10], pomidor 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Gulasz wieprzowy z warzywami 180g[1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g 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]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2340, białko: 109, tłuszcze 79 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 281 w tym cukry 61g, błonnik 26, 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]	Gulasz wieprzowy z warzywami 180g[1/8], makaron pszenny 200g [1/2] 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	
			Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]	
Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2390, Białko 105, Tłuszcze 85 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 268 w tym cukry 65g, błonnik 40, 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]	Gulasz wieprzowy z warzywami 180g[1/8], makaron razowy 200g [1/2] Sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g 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 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	12.sie.26 - środa		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 cukry 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	
			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 cukry 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	
			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 cukry 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		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	11.sie.26 - wtorek	SCANMED IŁAWA		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	jogurt 150g[6]	Zupa brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2389, Białko 120, Tłuszcze 88 w tym nasycone 30, węglowodany 178 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 jagłana 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek 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	
			sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Zupa brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2387, Białko 120, Tłuszcze 87 w tym nasycone 30, węglowodany 266 w tym cukty 75g, błonnik 28, 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 jagłana 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek 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	
			sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta z ogr. Łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Zupa brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2366, Białko 117, Tłuszcze 91 w tym nasycone 30, węglowodany 164 w tym cukty 75g, błonnik 38, 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 jagłana 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek 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 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	10.sie.26 - poniedziałek		SCANMED IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	jogurt 150g[6]	Zupa jarzynowa z białą fasolą 350 ml [8]	---	Energia: 2308 Białko 100, Tłuszcze 73g w tym nasycone 28, węglowodany 282 w tym cukty 100g, błonnik 33, sól 5,2g
	Pieczywo razowe 100g[1], rama 20g[6], twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., papryka czerwona 60g, sałata mix 10g	Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 180g[1/8], ryż paraboliczny 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	
	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: 2266, Białko 97, Tłuszcze 72 w tym nasycone 29, węglowodany 289 w tym cukty 100g, błonnik 29, sól 4,3g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g	Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 180g[1/8], ryż paraboliczny 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	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			Mus tubka 100g	
Dieta z ogr. Łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8]	---	Energia: 2336, Białko 104, Tłuszcze 80 w tym nasycone 28, węglowodany 268 w tym cukty 100g, błonnik 36, 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	Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 180g[1/8], ryż brązowy 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	
	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	09.sie.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: 2383, Białko 119, Tłuszcze 102 w tym nasycone 24,3, węglowodany 166 w tym cukty 75g, błonnik 34, 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	Udko pieczone 160g + sos własny 80g [1/8], ziemniaki 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	
			kefir 200 ml [6]	
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2487 kcal, Białko 122, Tłuszcze 103 w tym nasycone 24,3, węglowodany 254 w tym cukty 75g, błonnik 33, 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	Udko pieczone 160g + sos własny 80g [1/8], ziemniaki 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	
			kefir 200 ml [6]	
Dieta z ogr. Łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2381, Białko 112, Tłuszcze 105 g w tym nasycone 24,3, węglowodany 165 w tym cukty 75g, błonnik 38, 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	Udko pieczone 160g + sos własny 80g [1/8], ziemniaki 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		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.sie.26 - sobota		SCANMED IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	jogurt 150g[6]	Zupa grochowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2342, Białko 120 Tłuszcze 77 w tym nasycone 25, węglowodany 185 w tym cukty 88g, błonnik 41, sól 4,9g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g	Zapiekanka ziemniaczana z kurczakiem, cukinią i szpinakiem 300g [1/6] 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	
			sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Zupa krupnik 350 ml [8]	---	Energia: 2233 kcal, Białko 110, Tłuszcze 67 tym nasycone 26,8, węglowodany 280 w tym cukty 80,6g, błonnik 34, sól 5,1g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g	Zapiekanka ziemniaczana z kurczakiem, cukinią i szpinakiem 300g [1/6] 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	
			sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta z ogr. Łatwo przyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Zupa krupnik 350 ml [8]	---	Energia: 2185, Białko 108, Tłuszcze 71 w tym nasycone 25, węglowodany 173 w tym cukty 58g, błonnik 43, sól 4,2g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g	Zapiekanka ziemniaczana z kurczakiem, cukinią i szpinakiem 300g [1/6] 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.		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	07.sie.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: 2316, Białko 103, Tłuszcze 88 w tym nasycone 31,6, węglowodany 253 w tym cukty 56g, błonnik 33, sól 4,7g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g	Ryba na parze zapiekana z warzywami i mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaki 200g Surówka z cukinii z jogurtem naturalnym 130g [6]	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	
			kefir 200 ml [6]	
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Zupa pomidorowa 350 ml[1/2/8]	---	Energia: 2229 kcal, Białko 102, Tłuszcze 78 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 268 w tym cukty 53g, błonnik 31, sól 4,3g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g	Ryba na parze zapiekana z warzywami i mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaki 200g Surówka z cukinii z jogurtem naturalnym 130g [6]	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	
			kefir 200 ml [6]	
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Zupa pomidorowa 350 ml[1/2/8]	---	Energia: 2290 kcal, Białko 96, Tłuszcze 85 w tym nasycone 30,4 węglowodany 258 w tym cukty 46g, błonnik 37, sól 5,1g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g	Ryba na parze zapiekana z warzywami i mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaki 200g Surówka z cukinii z jogurtem naturalnym 130g [6]	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		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	06.sie.26 - czwartek		SCANMED IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	jogurt 150g[6]	Zupa z selera naciowego 350 ml [1/8]	---	Energia: 2164, Białko 92, Tłuszcze 88 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 225 w tym cukry 65g, błonnik 29, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 60g [1/5/7-10], pomidor 60g, sałata 10g	Stek z mięsa mielonego z cebulką 100g/30g [1], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	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	
			mus tubka 100g	
Dieta Łatwostrawna	jogurt 150g [6]	Zupa z selera naciowego 350 ml [1/8]	---	Energia: 2196, Białko 105, Tłuszcze 76 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 261 w tym cukry 65g, błonnik 28, 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	Pulpet z mięsa wieprzowego w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	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	
			mus tubka 100g	
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	jogurt naturalny 150g [6]	Zupa z selera naciowego 350 ml [1/8]	---	Energia: 2255, Białko 99, Tłuszcze 79 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 259 w tym cukry 65g, błonnik 35, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 60g [1/5/7-10], pomidor 60g, sałata 10g	Pulpet z mięsa wieprzowego w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	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		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