

Dieta	24.wrz.26 - czwartek		SZPITAL SCANMED – IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt.(sztuka), papryka czerwona 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Barszcz ukraiński z fasolą zabieleny 350 ml(mililitry) [8] Pierś z pieca 110g (gram)w sosie koperkowym 80g (gram)[1/8],kasza bulgur 200g(gram) Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g(gram) Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6], jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt.(sztuka) [6], Pomidor 60g(gram) , roszponka 10g(gram) Herbata 250ml (mililitry)	Energia [kcal]: 2342,6 Białko [g]: 98,7 Tłuszcze [g]: 93,4 w tym nasycone [g]: 23,4 węglowodany [g]: 269,8 w tym cukry [g]: 57,1, błonnik [g]: 52,9, sól [g]: 3,5
			Mus tubka 100g(gram)	
Dieta Łatwostrawna	0 Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350g [8] Pierś z pieca 110g (gram)w sosie koperkowym 80g (gram)[1/8],kasza bulgur 200g(gram) Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne100g[1], rama 10g[6], jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia [kcal]: 2301,9 Białko [g]: 96,7 Tłuszcze [g]: 84,1 w tym nasycone [g]: 24,6, węglowodany [g]: 266,8 w tym cukry [g]: 56,8 błonnik [g]: 37,6 sól [g]: 5,9
			Mus tubka 100g	
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych	Jogurt naturalny 150g [6] Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] twarożek śmietankowy 80g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], papryka czerwona 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350g [8] Pierś z pieca 110g (gram)w sosie koperkowym 80g (gram)[1/8],kasza bulgur 200g(gram) Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g Kompot 250ml Bez Cukru	--- Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6], jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia [kcal]: 2318,4 Białko [g]: 104,1 Tłuszcze [g]: 92,4 w tym nasycone [g]: 27,1 węglowodany [g]: 252,3 w tym cukry [g]: 67,4 błonnik [g]: 49,6 sól [g]: 6,7
	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

Dieta	23.wrz.26 - środa	SZPITAL SCANMED – IŁAWA		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8]	---	Energia [kcal]: 2591 Białko [g]: 96,3, Tłuszcze [g]: 126,5 w tym nasycone [g]: 43,7 węglowodany [g]: 246 w tym cukry [g]: 51,9 błonnik [g]: 32,9, sól [g]: 9,6
	pieczywo razowe + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] kaszanek z cebulką 100g/50g [1/5/7-10], kiszony ogórek 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Naleśniki z mięsem w sosie pieczarkowym – 2 szt/80g [1,2] Warzywa na parze (fasola, marchew,groszek) z 130 g Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, papryka 60g, rukola 10g Herbata 250ml	
			Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]	
Dieta Łatwostrawna	0 Jogurt 150g [6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8]	---	Energia [kcal]: 2415 Białko [g]: 107,7, Tłuszcze [g]: 86,4 w tym nasycone [g]: 30,1 węglowodany [g]: 286,2 w tym cukry [g]: 62,7, błonnik [g]: 26,4, sól [g]: 8,4
	pieczywo jasne pszenne + kajzerka 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]	Naleśniki z mięsem w sosie pieczarkowym – 2 szt/80g [1,2] Warzywa na parze (fasola, marchew,groszek) z 130 g 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. Łatwoprzyswajalnych	Jogurt naturalny 150g [6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8]	---	Energia [kcal]: 2194,7 Białko [g]: 104,5 Tłuszcze [g]: 92,8 w tym nasycone [g]: 31 węglowodany [g]: 210,4 w tym cukry [g]: 38,8, błonnik [g]: 35,6 sól [g]: 6,8
	pieczywo razowe + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., kiszony ogórek 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Naleśniki z mięsem w sosie pieczarkowym – 2 szt/80g [1,2] Warzywa na parze (fasola, marchew,groszek) z 130 g Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, papryka 60g, rukola 10g Herbata 250ml	
			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	22.wrz.26 - wtorek	SZPITAL SCANMED – IŁAWA		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150 g [6]	Zupa szpinakowa 350 ml [1/2/8]	---	Energia [kcal]: 2325,9 Białko [g]: 123,1 Tłuszcze [g]: 81,1 w tym nasycone [g]: 31,9 węglowodany [g]:265,9 w tym cukry [g]: 79,7 błonnik [g]: 30,8, sól [g]: 10,1
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., ogórek 60g, sałata 10g	Wątróbka smażona z cebulką 200g [1], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	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	
			serek homogenizowany waniliowy 150g [6]	
Dieta Łatwostrawna	0	Zupa szpinakowa 350 ml [1/2/8]	---	Energia [kcal]: 2325,9 Białko [g]: 123,1 Tłuszcze [g]: 81,1 w tym nasycone [g]: 31,9 węglowodany [g]:265,9 w tym cukry [g]: 79,7 błonnik [g]: 30,8, sól [g]: 10,1
	Jogurt 150 g [6]	Roladka drobiowa z fileta w sosie pietruszkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt.[6], Pomidor 60g, sałata mix 10g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			serek homogenizowany waniliowy 150g [6]	
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych	Jogurt naturalny 150 g [6]	Zupa szpinakowa 350 ml [1/2/8]	---	Energia [kcal]: 2125,80 Białko [g]: 114 Tłuszcze [g]: 92,4 w tym nasycone [g]: 38, węglowodany [g]: 128,1 w tym cukry [g]: 62 błonnik [g]: 44,1, sól [g]: 8,8
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], serek deliser 1 szt. [6], ogórek 60g, sałata 10g	Roladka drobiowa z fileta w sosie pietruszkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g	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	Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250ml Bez Cukru	
	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	21.wrz.26 - poniedziałek		SZPITAL SCANMED – IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6]	Zupa jarzynowa z białą fasolą 350 ml [8]	---	Energia [kcal]: 2827,3 Białko [g]: 141,9 Tłuszcze [g]: 101,7 w tym nasycone [g]: 34,3 węglowodany [g]: 307,2 w tym cukry [g]: 51,2 błonnik [g]: 48,4 sól [g]: 3,9
	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 Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Gulasz wieprzowy z warzywami 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Sałata lodowa z pomidorem z olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	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 Herbata 250ml	
			kefir 200 ml [6]	
Dieta Łatwostrawna	0	Zupa ziemniaczana 350 ml [8]	---	Energia [kcal]: 2975,7 Białko [g]: 137,20 Tłuszcze [g]: 99,6 w tym nasycone [g]: 34,3, węglowodany [g]: 363,5 w tym cukry [g]: 54,8 błonnik [g]: 37,5, sól [g]: 6
	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 Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Gulasz wieprzowy z warzywami 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Sałata lodowa z pomidorem z olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
			kefir 200 ml [6]	
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny 150g [6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [8]	---	Energia [kcal]: 2382 Białko [g]: 125,2 Tłuszcze [g]: 101,1w tym nasycone [g]: 35,2 węglowodany [g]: 194,1 w tym cukry [g]: 72,8 błonnik [g]: 46,2 sól [g]: 3,9
	Pieczywo razowe100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 150g [3/2/3/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6] Bez Cukru	Gulasz wieprzowy z warzywami 180g [1/8], makaron razowy 200g [1/2] Sałata lodowa z pomidorem z olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml Bez Cukru	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 Herbata 250ml Bez Cukru	
	jabłko 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	20.wrz.26 - niedziela	SZPITAL SCANMED – IŁAWA		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia [kcal]: 2210,9 Białko [g]: 92,6 Tłuszcze [g]: 92,5 w tym nasycone [g]: 25,3 węglowodany [g]: 256,9 w tym cukry [g]: 46,7, błonnik [g]: 38,9, sól [g]: 2,5
	Pieczyno razowe 100g[1], rama 20g[6], twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., papryka czerwona 60g, sałata mix 10g	Udło pieczone 160g + sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g	Pieczyno 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	0 Jogurt 150g [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia [kcal]: 2286,40 Białko [g]: 94,6 Tłuszcze [g]: 91,9 w tym nasycone [g]: 25,8 węglowodany [g]: 256,7 w tym cukry [g]: 47,8 błonnik [g]: 28,3, sól [g]: 4,7
	Pieczyno pszenne 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g	Udło pieczone 160g + sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g	Pieczyno 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. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny 150g [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia [kcal]: 2303,9 Białko [g]: 100 Tłuszcze [g]: 99,6 w tym nasycone [g]: 28,2 węglowodany [g]: 243,5 w tym cukry [g]: 50 błonnik [g]: 39,6, sól [g]: 3,9
	Pieczyno graham 100g[1], rama 20g[6], twarożek śmietankowy 80g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], papryka czerwona 60g, sałata mix 10g	Udło pieczone 160g + sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g	Pieczyno 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	19.wrz.26 - sobota	SZPITAL SCANMED – IŁAWA		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6]	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml [1/8]	---	Energia [kcal]: 1866,5 Białko [g]: 113,1 Tłuszcze [g]: 60,5 w tym nasycone [g]: 21,5 węglowodany [g]: 196,60 w tym cukry [g]: 53 błonnik [g]: 39,1, sól [g]: 6,4
	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 70g [2/3/9], dżem owocowy 1 szt., ogórek zielony 60g, sałata mix 10g	Gołąbek tradycyjny 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	0	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml [1/8]	---	Energia [kcal]: 2148,4 Białko [g]: 115,3 Tłuszcze [g]: 60,2 w tym nasycone [g]: 22,2 węglowodany [g]: 273,8 w tym cukry [g]: 56,7 błonnik [g]: 32,1 sól [g]: 9,1
	Jogurt 150g [6]	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	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 70g [2/3/9], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g		Herbata 250ml	
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	skyr 140g[6]	
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny 150g [6]	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml [1/8]	---	Energia [kcal]: 2089,3 Białko [g]: 115,8 Tłuszcze [g]: 65,6 w tym nasycone [g]: 22,8 węglowodany [g]: 235,1 w tym cukry [g]: 49,8, błonnik [g]: 42,8 sól [g]: 6,6
	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 70g [2/3/9], 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	
	jabłko 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	18.wrz.26 - piątek		SZPITAL 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], papryka 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Zupa ogórkowa 350 ml [8] Pieczony kotlet z dorsza w sosie koperkowym 130g/80g [1/2/3], ziemniaki 200g Surówka z cukinii z jogurtem naturalnym 130g [6] Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250 ml	Energia [kcal]: 1780,3, Białko [g]: 95,2 Tłuszcze [g]: 55,5 w tym nasycone [g]: 19,3 węglowodany [g]: 200,3 w tym cukry [g]: 55 błonnik [g]: 43 sól [g]: 6,4
			Kefir 200 ml [6]	
Dieta Łatwastrawna	0 Jogurt 150g [6] pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Pieczony kotlet z dorsza w sosie koperkowym 130g/80g [1/2/3], ziemniaki 200g Surówka z cukinii z jogurtem naturalnym 130g [6] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250 ml	Energia [kcal]: 2061, Białko [g]: 91,2 Tłuszcze [g]: 62,1 w tym nasycone [g]: 18,7 węglowodany [g]: 267,7 w tym cukry [g]: 56,8 błonnik [g]: 33,2 sól [g]: 8,5
			Kefir 200 ml [6]	
Dieta z ogr. Łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny 150g [6] Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], papryka 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Zupa ogórkowa 350 ml [8] Pieczony kotlet z dorsza w sosie koperkowym 130g/80g [1/2/3], ziemniaki 200g Surówka z cukinii z jogurtem naturalnym 130g [6] Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250 ml	Energia [kcal]: 2039,5, Białko [g]: 99,4 Tłuszcze [g]: 65,5 w tym nasycone [g]: 21,2 węglowodany [g]: 231,8 w tym cukry [g]: 54,654,6 błonnik [g]: 53,729,6 sól [g]: 6,6
	jabłko 1 szt. 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	17.wrz.26 - czwartek		SZPITAL SCANMED – IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6]	Zupa brokułowa 350ml [8]	---	Energia [kcal]: 1973,4, Białko [g]: 98,3, Tłuszcze [g]: 73,9 w tym nasycone [g]: 25,6, węglowodany [g]: 236,8 w tym cukry [g]: 51,, błonnik [g]: 39,4 sól [g]: 4
	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], ogórek 60g, sałata roszponka 10g	Pieczona pierś z kurczaka z pomidorem i mozzarellą 120g [6], ziemniaki 200g Sałata z oliwą z oliwek 100g.	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] sałatka jarzynowa 80g [2/8], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			kisiel 250ml	
Dieta Łatwastrawna	Jogurt 150g [6]	Zupa brokułowa 350ml [8]	---	Energia [kcal]: 2059,8, Białko [g]: 100,6 Tłuszcze [g]: 73,5 w tym nasycone [g]: 26,2 węglowodany [g]: 237,9 w tym cukry [g]: 53,9 błonnik [g]: 29,6 sól [g]: 6,5
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata roszponka 10g	Pieczona pierś z kurczaka z pomidorem i mozzarellą 120g [6], ziemniaki 200g Sałata z oliwą z oliwek 100g.	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] sałatka jarzynowa 80g [2/8], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			kisiel 250ml	
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny 150 g [6]	Zupa brokułowa 350ml [8]	---	Energia [kcal]: 1933,3, Białko [g]: 92,7 Tłuszcze [g]: 71,9 w tym nasycone [g]: 23,1 węglowodany [g]: 223,8 w tym cukry [g]: 52,9 błonnik [g]: 41,1 sól [g]: 5
	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], ogórek 60g, sałata roszponka 10g	Pieczona pierś z kurczaka z pomidorem i mozzarellą 120g [6], ziemniaki 200g Sałata z oliwą z oliwek 100g.	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] sałatka jarzynowa 80g [2/8], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250ml Bez Cukru	
	jabłko 120g		kisiel 250ml	

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	16.wrz.26 - środa		SZPITAL SCANMED – IŁAWA		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	Jogurt 150 g [6]	Zupa z selera naciowego 350 ml [1/8]	---	Energia [kcal]: 1933,4, Białko [g]: 90,8 Tłuszcze [g]: 66,4 w tym nasycone [g]: 23,8 węglowodany [g]: 196,7 w tym cukry [g]: 45, błonnik [g]: 36, sól [g]: 7	
	pieczywo razowe +kajzerka 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 60g [1/5/7-10], pomidor 60g, sałata 10g	Zraz wieprzowy w sosie własnym 120g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1/4/5/8/9] Mizeria z jogurtem naturalnym 100g/30g [6]	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., papryka 60g, sałata mix 10g		
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
			mus tubka 100g		
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150 g [6]	Zupa z selera naciowego 350 ml [1/8]	---	Energia [kcal]: 2117,3 Białko [g]: 93,2 Tłuszcze [g]: 75 w tym nasycone [g]: 24,4, węglowodany [g]: 252,6 w tym cukry [g]: 52,8 błonnik [g]: 27,5, sól [g]: 9,4	
	pieczywo jasne pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 60g [1/5/7-10], pomidor 60g, sałata 10g	Zraz wieprzowy w sosie własnym 120g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1/4/5/8/9] 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. łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny 150g [6]	Zupa z selera naciowego 350 ml [1/8]	---	Energia [kcal]: 2066,3, Białko [g]: 87,7, Tłuszcze [g]: 70,2 w tym nasycone [g]: 22,2 węglowodany [g]: 209,7 w tym cukry [g]: 57,1 błonnik [g]: 42 sól [g]: 7,4	
	pieczywo razowe +kajzerka 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 60g [1/5/7-10], pomidor 60g, sałata 10g	Zraz wieprzowy w sosie własnym 120g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1/4/5/8/9] Mizeria z jogurtem naturalnym 100g/30g [6]	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], papryka 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

Dieta	15.wrz.26 - wtorek		SZPITAL SCANMED – IŁAWA	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6]	Zupa grochowa 350 ml [1/8]	---	Energia [kcal]: 2437,8 Białko [g]: 124,5 Tłuszcze [g]: 107,1 w tym nasycone [g]: 46,1 węglowodany [g]: 233,9 w tym cukry [g]: 48,7 błonnik [g]: 45,3 sól [g]: 6,7
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g	Pieczona zapiekanka ziemniaczana z kurczakiem, cukinią i szpinakiem 300g [1/6] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] ser żółty 60g [6], dżem owocowy 1 szt., papryka 60g, sałata mix 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			kefir 200 ml [6]	
Dieta Łatwastrawna	Jogurt 150g [6]	Zupa krupnik 350 ml [8]	---	Energia [kcal]: 2201, Białko [g]: 95,1, Tłuszcze [g]: 89,1 w tym nasycone [g]: 34,2 węglowodany [g]: 244,3 w tym cukry [g]: 47,6 błonnik [g]: 29,1, sól [g]: 6
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g	Pieczona zapiekanka ziemniaczana z kurczakiem, cukinią i szpinakiem 300g [1/6] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 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	
			kefir 200 ml [6]	
Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny 150g [6]	Zupa krupnik 350 ml [8]	---	Energia [kcal]: 2305,2 , Białko [g]: 96,7, Tłuszcze [g]: 97,3 w tym nasycone [g]: 40,8 węglowodany [g]: 263 w tym cukry [g]: 57,6 błonnik [g]: 49,4, sól [g]: 4,7
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g	Pieczona zapiekanka ziemniaczana z kurczakiem, cukinią i szpinakiem 300g [1/6] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] ser żółty 60g [6], serek deliser 1 szt. [6], papryka 60g, sałata mix 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250ml Bez Cukru	
	brzoskwinia 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 tubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki