Dieta	23.lis.26 - poniedziałek	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] ser żółty 50g [6], miód 1 szt. ,ogórek zielony 50g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa jarzynowa z białą fasolą 350 ml [8] Gulasz wieprzowy 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Warzywa na parze (marchewka/cukinia/seler) z olejem rzepakowym 120g [8] Kompot bez cukru 250ml	--- pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszponka 10g, Herbata bez cukru 250ml **Budyń z musem malinowym 250ml [1/6]**	Energia [kcal]: 2366,7 Białko [g]: 108,7 Tłuszcze [g]:89,5 w tym nasycone [g]: 35,4 węglowodany [g]: 256,3 w tym cukry [g]: 64,6 błonnik [g]: 39,1 sód [mg]: 2243,2
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 1 szt., pomidor 50g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa z dyniowa zabielana 350 ml [8] Gulasz wieprzowy 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Warzywa na parze (marchewka/cukinia/seler) z olejem rzepakowym 120g [8] Kompot bez cukru 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszponka 10g, Herbata bez cukru 250ml **Budyń z musem malinowym 250ml [1/6]**	Energia [kcal]: 2220,8 Białko [g]: 97,8 Tłuszcze [g]:80,1 w tym nasycone [g]: 29,8 węglowodany [g]: 264,3 w tym cukry [g]: 64,4 błonnik [g]: 32,8 sód [mg]: 2234,3
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglodowanów	Jogurt naturalny 150g [6] pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] ser żółty 50g [6], wędlina 30g [1/5/7-10],ogórek zielony 50g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6] **Jabłko 120g**	Zupa z dyniowa zabielana 350 ml [8] Gulasz wieprzowy 180g [1/8], makaron razowy 200g [1/2] Warzywa na parze (marchewka/cukinia/seler) z olejem rzepakowym 120g [8] Kompot 250ml BEZ CUKRU	--- pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszponka 10g, Herbata 250ml BEZ CUKRU **Budyń bez dodatku cukru z musem malinowym 250ml [1/6]**	Energia [kcal]: 2363 Białko [g]: 114,6 Tłuszcze [g]:93,8 w tym nasycone [g]: 36,8 węglowodany [g]: 238,6 w tym cukry [g]: 63,6 błonnik [g]: 41,3 sód [mg]: 2429

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.lis.26 - niedziela	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] Pieczywo razowe 100g[1], rama 20g[6] Parówki 2 szt [1/5/7-10], keczup 1szt. pomidor 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Faszerowana roladka z udka kurczaka w sosie własnym 120g/80g , ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] Wędlina 30g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], papryka 50g, sałata roszponka 10g, Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2173,9 Białko [g]: 100,1 Tłuszcze [g]: 88,6 w tym nasycone [g]: 32,1 węglowodany [g]: 220,8 w tym cukry [g]: 64,3 błonnik [g]: 30,5 sód [mg]: 2202,7
			serek homogenizowany naturalny 150 g [6]	
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszennne 100g[1], rama 20g[6] Parówki 2 szt [1/5/7-10], keczup 1szt. pomidor 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Faszerowana roladka z udka kurczaka w sosie własnym 120g/80g , ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Wędlina 30g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, sałata roszponka 10g, Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2165,4 Białko [g]: 100,1 Tłuszcze [g]: 88,2 w tym nasycone [g]: 32 węglowodany [g]: 232 w tym cukry [g]: 63,4 błonnik [g]: 27,5 sód [mg]: 2205,2
			serek homogenizowany naturalny 150 g [6]	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglodowanów	Jogurt naturalny 150g [6] Pieczywo razowe 100g[1], rama 20g[6] Parówki 2 szt [1/5/7-10], keczup 1szt. pomidor 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Faszerowana roladka z udka kurczaka w sosie własnym 120g/80g , ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml BEZ CUKRU	--- Pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] Wędlina 30g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], papryka 50g, sałata roszponka 10g, Herbata 250ml BEZ CUKRU	Energia [kcal]: 2129,5 Białko [g]: 100 Tłuszcze [g]:88,8 w tym nasycone [g]: 32,1 węglowodany [g]: 208,8 w tym cukry [g]: 52,2 błonnik [g]: 31 sód [mg]: 2206,3
	kiwi 120g		**serek homogenizowany naturalny 150 g [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.lis.26 - sobota	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., ogórek zielony 50g, roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa kalafiorowa 350 ml [8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110g/80g[1/8],kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z marchewki z oliwą oliwek i siemieniem lnianym 130g Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6] serek wiejski 150g [6], papryka 50g, rukola 10g Herbata bez cukru 250ml **mus tubka 100g**	Energia [kcal]: 2210,4 Białko [g]: 104,3 Tłuszcze [g]: 50,8 w tym nasycone [g]: 16,9 węglowodany [g]: 300,2 w tym cukry [g]: 43,6 błonnik [g]: 37,2 sód [mg]: 1801,1
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 50g, roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa kalafiorowa 350 ml [8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110g/80g[1/8],kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z marchewki z oliwą oliwek i siemieniem lnianym 130g Kompot bez cukru 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g Herbata bez cukru 250ml **mus tubka 100g**	Energia [kcal]: 2205,6 Białko [g]: 104,2 Tłuszcze [g]: 50,5 w tym nasycone [g]: 16,8 węglowodany [g]: 311,7 w tym cukry [g]: 44,4 błonnik [g]: 35 sód [mg]: 1802,1
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglodowanów	Jogurt naturalny 150g [6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], ogórek zielony 50g, roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6] **śliwka 120g**	Zupa kalafiorowa 350 ml [8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110g/80g[1/8],kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z marchewki z oliwą oliwek i siemieniem lnianym 130g Kompot 250ml BEZ CUKRU **Kanapka – insulina**	--- pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6] serek wiejski 150g [6], papryka 50g, rukola 10g, Herbata 250ml BEZ CUKRU **mus tubka 100g**	Energia [kcal]: 1878,9 Białko [g]: 85 Tłuszcze [g]: 63,7 w tym nasycone [g]: 24,4 węglowodany [g]: 215,3 w tym cukry [g]: 60,4 błonnik [g]:28,9 sód [mg]: 2066,9

Dieta	20.lis.26 - piątek	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6], Sałatka brokułowa 100g [9], wędlina 50g [1/5/7-10], ser żółty 30g, sałata liść 1 szt. Kakao bez cukru 200ml [6]	Zupa pomidorowa z makaronem nitki 350 ml [8] Filet rybny smażony 120g [1/2/3], ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 30g[1/5/7-10], Pomidor 50g, roszponka 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 1975,9 Białko [g]: 94,1 Tłuszcze [g]: 75,3 w tym nasycone [g]: 21,9 węglowodany [g]: 204 w tym cukry [g]: 47,4 błonnik [g]: 29,8 sód [mg]: 2027,1
			Mus tubka 100g	
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6], Sałatka brokułowa 100g [9], wędlina 50g [1/5/7-10], serek fromage 40g [6], sałata liść 1 szt. Kakao bez cukru 200ml [6]	Zupa pomidorowa z makaronem nitki 350 ml [8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g [1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 30g[1/5/7-10], Pomidor 50g, roszponka 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 1991,9 Białko [g]: 100,1 Tłuszcze [g]: 72w tym nasycone [g]: 22,6 węglowodany [g]: 221,4 w tym cukry [g]:53,4 błonnik [g]: 27,8 sód [mg]: 2168,8
			Mus tubka 100g	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglodowanów	Jogurt naturalny 150g [6] Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] Sałatka brokułowa 100g [9], wędlina 50g [1/5/7-10], serek żółty 30g [6], sałata liść 1 szt. Kakao 200ml [6] BEZ CUKRU	Zupa pomidorowa z makaronem nitki 350 ml [8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g [1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g Kompot 250ml BEZ CUKRU	--- Pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 30g[1/5/7-10], Pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml BEZ CUKRU	Energia [kcal]: 2094 Białko [g]: 106Tłuszcze [g]: 75,4 w tym nasycone [g]: 24,4 węglowodany [g]: 224,9 w tym cukry [g]: 70,3 błonnik [g]: 28,4 sód [mg]: 2521,3
	Mandarynka120g		budyń bez dodatku cukru 200g [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.lis.26 - czwartek	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] Kurczak w duszonej cukinii z marchewką mini 300g [1/8] Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa buraczkowa 350 ml [8] Pieczeń rzymska 120g w sosie pieczarkowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], maslo10g[6] Twarożek śmietankowy 120g [6], papryka 50g, sałata 10g Herbata bez cukru 250ml **Kisiel 250 ml**	Energia [kcal]: 2073,2 Białko [g]: 107,8 Tłuszcze [g]: 62,2 w tym nasycone [g]: 17,1 węglowodany [g]: 241,5 w tym cukry [g]: 64,8 błonnik [g]: 39,4 sód [mg]:1380,1"
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Kurczak w duszonej cukinii z marchewką mini 300g [1/8] Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa buraczkowa 350 ml [8] Pieczeń rzymska 120g w sosie śmietanowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g Kompot bez cukru 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Twarożek śmietankowy 120g [6], pomidor 50g, sałata 10g Herbata bez cukru 250ml **Kisiel 250 ml**	Energia [kcal]: 2010,1 Białko [g]: 107,3 Tłuszcze [g]: 61,7 w tym nasycone [g]: 17 węglowodany [g]: 240,2 w tym cukry [g]: 51,4 błonnik [g]: 36 sód [mg]: 1382,6
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglodowanów	Jogurt naturalny 150g [6] Pieczywo razowe100g[1], rama 10g[6] Kurczak w duszonej cukinii z marchewką mini 300g [1/8] Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6] **Jabłko 120g**	Zupa buraczkowa 350 ml [8] Pieczeń rzymska 120g w sosie śmietanowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml -BEZ CUKRU	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], maslo10g[6] Twarożek śmietankowy 120g [6], papryka 50g, sałata 10g Herbata 250ml -BEZ CUKRU **kisiel b/c 250 ml**	Energia [kcal]: 2018,6 Białko [g]: 107,3 Tłuszcze [g]: 62,1 w tym nasycone [g]: 17,1 węglowodany [g]: 229 w tym cukry [g]: 52,3 błonnik [g]: 39 sód [mg]: 1380,1

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.lis.26 - środa	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] Pieczywo razowe [1], rama 10g[6] Pasztet drobiowy 100 g [1/5/7-10] + dżem owocowy 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g, Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa brokułowa 350 ml [1/8] Pierogi leniwe 300g [1/2/6] + frużelina owocowa 120g Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], jajko 1 szt., ogórek zielony 50g, roszponka 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2127 Białko [g]: 108,8 Tłuszcze [g]: 57,7 w tym nasycone [g]:19,7 węglowodany [g]: 269,3 w tym cukry [g]: 94,5 błonnik [g]: 25,9 sód [mg]: 2105,3
			kefir 200 ml [6]	
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] Pasztet drobiowy 80 g [1/5/7-10] + dżem owocowy 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g, Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa brokułowa 350 ml [1/8] Pierogi leniwe 300g [1/2/6] + frużelina owocowa 120g Kompot bez cukru 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], jajko 1 szt., pomidor 50g, roszponka 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2127,5 Białko [g]: 109,1 Tłuszcze [g]: 57,5 w tym nasycone [g]: 19,7 węglowodany [g]: 281,6 w tym cukry [g]: 95,1 błonnik [g]: 23,6 sód [mg]: 2103,8
			kefir 200 ml [6]	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych	Jogurt naturalny 150g [6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] Pasztet drobiowy 80 g [1/5/7-10], wędlina 20g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g, Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa brokułowa 350 ml [1/8] Pierogi leniwe 300g [1/2/6] + frużelina owocowa bez cukru 120g Kompot 250ml – BEZ CUKRU	--- Pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], jajko 1 szt., ogórek zielony 50g, roszponka 10g Herbata 250ml – BEZ CUKRU	Energia [kcal]: 2087,3 Białko [g]: 113,2 Tłuszcze [g]: 58,8 w tym nasycone [g]: 20,1 węglowodany [g]: 251,7 w tym cukry [g]: 75,7 błonnik [g]: 26,9 sód [mg]: 2231,8
	Kiwi 1 szt		**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.lis.26 - wtorek	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] pieczywo razowe + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], wędlina 50g [1/5/7-10], sałata liść 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml [6]	Zupa z ciecierzycy 350 ml [8] Kotlet mielony smażony 120g [1/2], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem 100/30g[6/8] Kompot bez cukru 250ml	--- pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] Galaretka z łososiem 180g [2/3/8], papryka 50g, sałata mix 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2284,2 Białko [g]: 133,9 Tłuszcze [g]: 77,3 w tym nasycone [g]: 23,2 węglowodany [g]: 239,7 w tym cukry [g]:68,9 błonnik [g]: 36,8 sód [mg]: 2447,3
			Serek homogenizowany waniliowy 150g [6]	
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g [6] pieczywo jasne pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], wędlina 50g [1/5/7-10], sałata liść 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml [6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml [8] Pulpet wieprzowy 120g w sosie pomidorowym 80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem 100/30g[6/8] Kompot bez cukru 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] Galaretka z łososiem 180g [2/3/8], pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2276,1 Białko [g]: 128 Tłuszcze [g]: 73,2 w tym nasycone [g]: 22,6 węglowodany [g]: 261,8 w tym cukry [g]: 66,8 błonnik [g]: 34,7 sód [mg]: 2634
			Serek homogenizowany waniliowy 150g [6]	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny 150g [6] pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], wędlina 50g [1/5/7-10], sałata liść 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml [6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml [8] Pulpet wieprzowy 120g w sosie pomidorowym 80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem 100/30g[6/8] Kompot 250ml - BEZ CUKRU	--- pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] Galaretka z łososiem 180g [2/3/8], papryka 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml - BEZ CUKRU	Energia [kcal]: 2245,6 Białko [g]: 127,2 Tłuszcze [g]: 72,4 w tym nasycone [g]: 22,3 węglowodany [g]: 244,2 w tym cukry [g]: 67,1 błonnik [g]: 37,9 sód [mg]: 2400
	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	16.lis.26 - poniedziałek	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] Kiełbaska z cebulą 100g/50g [1/5/7-10], ogórek kiszony 50g, sałata 10g Kakao bez cukru 200ml	Zupa grochowa 350 ml [1/8] sos boloński 180g[1/8], makaron pszenny 200g[1/2] Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6] szynka 30g[1/5/7-10], ser żółty 50g [6], papryka 50g, roszponka 10g, Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2543,8 Białko [g]: 150,2 Tłuszcze [g]:91,9 w tym nasycone [g]: 35,4 węglowodany [g]: 246,8 w tym cukry [g]: 54,9 błonnik [g]:46,8 sód [mg]: 3621,5
			sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Parówki 2 szt. [1/5/7-10], keczup 1 szt., pomidor 50g, sałata 10g Kakao bez cukru 200ml	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8] sos boloński 180g[1/8], makaron pszenny 200g[1/2] Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot bez cukru 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] szynka 30g[1/5/7-10], twaróg 70g [6], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 1971,6 Białko [g]: 100 Tłuszcze [g]: 68,4 w tym nasycone [g]: 23,6 węglowodany [g]: 225,4 w tym cukry [g]: 51,4 błonnik [g]: 28 sód [mg]: 1949,7
			sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglodowanów	Jogurt 150g [6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] Parówki 2 szt. [1/5/7-10], keczup 1 szt., ogórek kiszony 50g, sałata 10g Kakao bez cukru 200ml	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8] sos boloński 180g[1/8], makaron razowy 200g[1/2] Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml – BEZ CUKRU	--- pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6] szynka 30g[1/5/7-10], ser żółty 50g [6], papryka 50g, roszponka 10g, Herbata 250ml - BEZ CUKRU	Energia [kcal]: 2158 Białko [g]: 117 Tłuszcze [g]:80,9 w tym nasycone [g]: 32,6 węglowodany [g]: 215,1 w tym cukry [g]: 59 błonnik [g]: 32,8 sód [mg]: 2607,4
	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	15.lis.26 - niedziela	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Kotlet schabowy wieprzowy 120g [1/2], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] Jajko 2 szt [2], ogórek zielony 50g, sałata roszponka 10g, Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2016,4 Białko [g]: 94,5 Tłuszcze [g]: 70,5 w tym nasycone [g]: 16,1 węglowodany [g]: 223,6 w tym cukry [g]: 49,5 błonnik [g]: 34,1 sód [mg]: 1355,5
			Kisiel 250 ml	
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca w sosie własnym 100g/80g [1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Jajko 2 szt [2], pomidor 50g, sałata roszponka 10g, Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2009,3 Białko [g]: 104,2 Tłuszcze [g]: 63,9 w tym nasycone [g]: 16 węglowodany [g]: 238,4 w tym cukry [g]:50,4 błonnik [g]: 33 sód [mg]: 1713,4
			Kisiel 250 ml	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglodowanów	Jogurt naturalny 150g [6] Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca w sosie własnym 100g/80g [1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml – BEZ CUKRU	--- Pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] Jajko 2 szt. [2], ogórek zielony 50g, sałata roszponka 10g, Herbata 250ml – BEZ CUKRU	Energia [kcal]: 1946,4 Białko [g]: 103,4 Tłuszcze [g]: 63,9 w tym nasycone [g]: 15,9 węglowodany [g]: 211,1 w tym cukry [g]:37,8 błonnik [g]:35,6 sód [mg]: 1714,9
	Mandarynka 120g		**kisiel b/c 250 ml**	

Dieta	14.lis.26 - sobota	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] wędlina [1/5/7-10] 50g, serek deliser 1 szt. [6], ogórek kiszony 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8] Kurczak po tajsku 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Surówka z cukinii z oliwą z oliwek 130g Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], maslo10g[6] wędlina [1/5/7-10] 50g, dżem owocowy 1 szt., papryka 50g, sałata mix 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 1886,4 Białko [g]: 96 Tłuszcze [g]:54,1 w tym nasycone [g]: 19,2 węglowodany [g]: 229,9 w tym cukry [g]: 45,2 błonnik [g]: 27 sód [mg]:1868,7
			skyr 140g[6]	
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] wędlina [1/5/7-10] 50g, serek deliser 1 szt. [6], pomidor 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8] Kurczak po tajsku 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Surówka z cukinii z oliwą z oliwek 130g Kompot bez cukru 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wędlina [1/5/7-10] 50g , dżem owocowy 1 szt., Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 1871,8 Białko [g]: 95,8 Tłuszcze [g]:54 w tym nasycone [g]: 19,1 węglowodany [g]: 239,2 w tym cukry [g]: 45,6 błonnik [g]: 24,2 sód [mg]:1523,7
			skyr 140g[6]	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny 150g [6] Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] wędlina [1/5/7-10] 50g, serek deliser 1 szt. [6], ogórek kiszony 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8] Kurczak po tajsku 180g [1/8], ryż brązowy 200g Surówka z cukinii z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml – BEZ CUKRU	--- Pieczywo żytnie razowe 100g [1], maslo10g[6] wędlina [1/5/7-10] 50g, ser żółty 50g [6], papryka 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml - BEZ CUKRU	Energia [kcal]: 1997,5 Białko [g]: 109,7 Tłuszcze [g]:65,8 w tym nasycone [g]: 26 węglowodany [g]: 218 w tym cukry [g]: 35,8 błonnik [g]: 26,7 sód [mg]:2317,4
	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