Dieta	13.lis.26 - piątek	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 kiszony 50g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa koperkowa z makaronem 350 ml [1/2/8] Śledź w sosie jabłkowo-porowym 100g/80g [3/6], ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z cykorią i marchewką z olejem słonecznikowym 130g 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	Energia [kcal]: 2287,7 Białko [g]: 95,2 Tłuszcze [g]: 96 w tym nasycone [g]: 39,9 węglowodany [g]: 238,8 w tym cukry [g]: 71,6 błonnik [g]: 32 sód [mg]: 3153,4
	Jabłko 120g		**Budyń z musem malinowym 250ml [1/6]**	
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 koperkowa z makaronem 350 ml [1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z cykorią i marchewką z olejem słonecznikowym 130g 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	Energia [kcal]: 2169,8 Białko [g]: 91 Tłuszcze [g]: 77,8 w tym nasycone [g]: 32,1 węglowodany [g]: 265,5 w tym cukry [g]: 72,2 błonnik [g]: 31,3 sód [mg]: 2032,3
	Jabłko 120g		**Budyń z musem malinowym 250ml [1/6]**	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglodowanów	Jogurt naturalny 150g [6] pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] ser żółty 50g [6], wędlina 50g [1/5/7-10],ogórek kiszony 50g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa koperkowa z makaronem 350 ml [1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z cykorią i marchewką z olejem słonecznikowym 130g 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	Energia [kcal]: 2238,8 Białko [g]: 104,8 Tłuszcze [g]: 88,6 w tym nasycone [g]: 39,1 węglowodany [g]: 323,7 w tym cukry [g]: 71 błonnik [g]: 33,6 sód [mg]: 2834,4
	Jabłko 120g		**Budyń bez dodatku cukru z musem malinowym 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.lis.26 - czwartek	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] Wędlina 30g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], papryka 50g, sałata roszponka 10g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml [6]	Zupa jarzynowa z białą fasolą 350 ml [8] Bitka drobiowa z udka kurczaka w sosie własnym 110g/80g [1/8], kasza jaglana 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] Pasta z twarogu i łososia 120g [3/6], pomidor 50g, sałata 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2847,8 Białko [g]: 147 Tłuszcze [g]: 81,3 w tym nasycone [g]: 25,2 węglowodany [g]: 355,4 w tym cukry [g]: 100,9 błonnik [g]: 35,6 sód [mg]: 1311,2
	Banan 120g		**serek homogenizowany naturalny 150 g [6]**	
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] Wędlina 30g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, sałata roszponka 10g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml [6]	Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml [8] Bitka drobiowa z udka kurczaka w sosie własnym 110g/80g [1/8], kasza jaglana 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Pasta z twarogu i łososia 120g [3/6], pomidor 50g, sałata 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2792,8 Białko [g]: 141,5 Tłuszcze [g]: 80,5 w tym nasycone [g]: 25,1 węglowodany [g]: 361,6 w tym cukry [g]: 99,3 błonnik [g]: 28,6 sód [mg]: 1298,1
	Banan 120g		**serek homogenizowany naturalny 150 g [6]**	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglodowanów	Jogurt naturalny 150g [6] Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] Wędlina 30g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], papryka 50g, sałata roszponka 10g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml [6]	Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml [8] Bitka drobiowa z udka kurczaka w sosie własnym 110g/80g [1/8], kasza jaglana 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml BEZ CUKRU	--- Pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] Pasta z twarogu i łososia 120g [3/6], pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml BEZ CUKRU	Energia [kcal]: 2754,5 Białko [g]: 141 Tłuszcze [g]: 80,7 w tym nasycone [g]: 25,1 węglowodany [g]: 339 w tym cukry [g]: 89,1 błonnik [g]: 32,1 sód [mg]: 1296,8
	gruszka 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	11.lis.26 - środa	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 kiszony 50g, roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa z selera naciowego z ryżem 350 ml [8] Babka ziemniaczana 300g [1/2], sos pieczarkowy 80g [8] Warzywa na parze (cukinia, marchew, seler) z olejem rzepakowym 130g Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6] serek wiejski 150g [6], papryka 50g, rukola 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 1983,9 Białko [g]: 88,7 Tłuszcze [g]: 59,6 w tym nasycone [g]: 17,5 węglowodany [g]: 243,3 w tym cukry [g]: 56,2 błonnik [g]: 33,8 sód [mg]: 2873,5
	Śliwka 120g		**mus tubka 100g**	
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 z selera naciowego z ryżem 350 ml [8] Gołąbek francuski z indyka 120g w sosie pomidorowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Warzywa na parze (cukinia, marchew, seler) z olejem rzepakowym 130g Kompot bez cukru 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 1854,2 Białko [g]: 91,2 Tłuszcze [g]: 47,2 w tym nasycone [g]: 17,4 węglowodany [g]: 248,1 w tym cukry [g]: 58,9 błonnik [g]: 29,8 sód [mg]: 1876,4
	Jabłko 120g		**mus tubka 100g**	
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 kiszony 50g, roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa z selera naciowego z ryżem 350 ml [8] Gołąbek francuski z indyka 120g w sosie pomidorowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Warzywa na parze (cukinia, marchew, seler) z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml BEZ CUKRU	--- pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6] serek wiejski 150g [6], papryka 50g, rukola 10g, Herbata 250ml BEZ CUKRU	Energia [kcal]:1873,1 Białko [g]: 92,5 Tłuszcze [g]: 52,5 w tym nasycone [g]: 20,9 węglowodany [g]: 228,2 w tym cukry [g]: 47,9 błonnik [g]: 31,8 sód [mg]: 2221,1
	śliwka 120g		**mus tubka 100g**	

Dieta	10.lis.26 - wtorek	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] Pieczywo razowe 50g + kajzerka 50g[1], rama 10g[6], Sałatka brokułowa z szynką 100g [1/5/7-10], ser żółty 30g, ogórek zielony 50g, sałata mix 10g Kakao bez cukru 200ml [6] **Mandarynka 120g**	Zupa żurek z jajkiem 350 ml [1/2/8] Gulasz wieprzowy z warzywami 180g [1/8], kasza bulgur 200g [1] Sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 50g, roszponka 10g Herbata bez cukru 250ml **Mus tubka 100g**	Energia [kcal]: 2004,8 Białko [g]: 110,9 Tłuszcze [g]: 71,3 w tym nasycone [g]: 28,5 węglowodany [g]: 199,8 w tym cukry [g]: 45,8 błonnik [g]: 37,6 sód [mg]: 2016,9
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6], Sałatka brokułowa z szynką 100g [1/5/7-10], serek fromage 40g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g Kakao bez cukru 200ml [6] **Mandarynka 120g**	Zupa ziemniaczana 350 ml [8] Gulasz wieprzowy z warzywami 180g [1/8], kasza bulgur 200g [1] Sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 50g, roszponka 10g Herbata bez cukru 250ml **Mus tubka 100g**	Energia [kcal]: 1966,4 Białko [g]: 98,7 Tłuszcze [g]: 66,2 w tym nasycone [g]: 24,6 węglowodany [g]: 217,3 w tym cukry [g]: 45,3 błonnik [g]: 37,6 sód [mg]: 1627,1
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglodowanów	Jogurt naturalny 150g [6] Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] Sałatka brokułowa z szynką 100g [1/5/7-10], ser żółty 30g, ogórek zielony 50g, sałata mix 10g Kakao 200ml [6] BEZ CUKRU **Mandarynka120g**	Zupa żurek z jajkiem 350 ml [1/2/8] Gulasz wieprzowy z warzywami 180g [1/8], kasza bulgur 200g [1] Sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml BEZ CUKRU	--- Pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml BEZ CUKRU **budyń bez dodatku cukru 200g [6]**	Energia [kcal]: 1966,3 Białko [g]: 110 Tłuszcze [g]: 70,1 w tym nasycone [g]: 28,1 węglowodany [g]: 190,4 w tym cukry [g]: 45,2 błonnik [g]: 38,4 sód [mg]: 1785,4

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.lis.26 - poniedziałek	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] parówki 2 szt . [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , pomidor 50g, roszponka 10g Herbata bez cukru 250ml **Jabłko 120g**	Zupa grochowa 350 ml [8] Udko z kurczaka pieczone w sosie własnym 130g/80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z marchewki z oliwą oliwek i siemieniem lnianym 130g Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], maslo10g[6] Twarożek z koperkiem 120g [6], pomidor 50g, sałata 10g Herbata bez cukru 250ml **Kisiel 250 ml**	Energia [kcal]: 2656,3 Białko [g]: 142,5 Tłuszcze [g]: 101,8 w tym nasycone [g]: 34,6 węglowodany [g]: 258,1 w tym cukry [g]: 57,3 błonnik [g]: 52,8 sód [mg]: 2068
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] parówki 2 szt . [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 50g, roszponka 10g Herbata bez cukru 250ml **Jabłko 120g**	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Udko z kurczaka pieczone w sosie własnym 130g/80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z marchewki z oliwą oliwek i siemieniem lnianym 130g Kompot bez cukru 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Twarożek z koperkiem 120g [6], pomidor 50g, sałata 10g Herbata bez cukru 250ml **Kisiel 250 ml**	Energia [kcal]: 2299 Białko [g]: 110,7 Tłuszcze [g]: 83,5 w tym nasycone [g]: 27,6 węglowodany [g]: 258,3 w tym cukry [g]: 56,2 błonnik [g]: 38,5 sód [mg]: 1828,5
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglodowanów	Jogurt naturalny 150g [6] Pieczywo razowe100g[1], rama 10g[6] parówki 2 szt . [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , pomidor 50g, roszponka 10g Herbata bez cukru 250ml **Jabłko 120g**	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Udko z kurczaka pieczone w sosie własnym 130g/80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z marchewki z oliwą oliwek i siemieniem lnianym 130g Kompot 250ml -BEZ CUKRU	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], maslo10g[6] Twarożek z koperkiem 120g [6], pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml -BEZ CUKRU **kisiel b/c 250 ml**	Energia [kcal]: 2237,1 Białko [g]: 115 Tłuszcze [g]: 84,9 w tym nasycone [g]: 31,4 węglowodany [g]: 227,3 w tym cukry [g]: 52,3 błonnik [g]: 33,7 sód [mg]: 1911,8

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.lis.26 - niedziela	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] Pieczywo razowe [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]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Duszone buraczki na ciepło 130g 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]: 2168,6 Białko [g]: 113,5 Tłuszcze [g]: 65,2 w tym nasycone [g]: 23 węglowodany [g]: 256,3 w tym cukry [g]: 82,4 błonnik [g]: 29,1 sód [mg]: 2713,7
	Banan 120g		**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]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Duszone buraczki na ciepło 130g 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]: 2170,1 Białko [g]: 113,7 Tłuszcze [g]: 65 w tym nasycone [g]: 23 węglowodany [g]: 269,1 w tym cukry [g]: 83,9 błonnik [g]: 26,8 sód [mg]: 2366,2
	Banan 120g		**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 250ml [1/6] – BEZ CUKRU	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Duszone buraczki na ciepło 130g 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]: 2128,9 Białko [g]: 117,9 Tłuszcze [g]: 66,3 w tym nasycone [g]: 23,4 węglowodany [g]: 238,7 w tym cukry [g]: 63,6 błonnik [g]: 30,1 sód [mg]: 2840,2
	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	07.lis.26 - sobota	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], wędlina 30g [1/5/7-10], sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml [6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8] sos boloński [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot bez cukru 250ml	--- pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] Galaretka wieprzowa ze schabu z jajkiem 180g [2], papryka 50g, sałata mix 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2275,2 Białko [g]: 143,4 Tłuszcze [g]: 62,9 w tym nasycone [g]: 23,2 węglowodany [g]: 256,7 w tym cukry [g]: 79,3 błonnik [g]: 34,8 sód [mg]: 1336,4
	Jabłko 120g		**Serek homogenizowany waniliowy 150g [6]**	
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], wędlina 30g [1/5/7-10], sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml [6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8] sos boloński [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot bez cukru 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] Galaretka wieprzowa ze schabu z jajkiem 180g [2], pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2266,7 Białko [g]: 143,4 Tłuszcze [g]: 62,5 w tym nasycone [g]: 23,1 węglowodany [g]: 267,9 w tym cukry [g]: 78,4 błonnik [g]: 31,8 sód [mg]: 1338,9
	Jabłko 120g		**Serek homogenizowany waniliowy 150g [6]**	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglodowanów	Jogurt naturalny 150g [6] pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], wędlina 30g [1/5/7-10], sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml [6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8] sos boloński [1/8], makaron razowy 200g [1/2] Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml - BEZ CUKRU	--- pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] Galaretka wieprzowa ze schabu z jajkiem 180g [2], papryka 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml - BEZ CUKRU	Energia [kcal]: 2351,2Białko [g]: 148,4 Tłuszcze [g]: 65,3 w tym nasycone [g]: 23,5 węglowodany [g]: 263,5 w tym cukry [g]: 79,5 błonnik [g]: 41 sód [mg]: 1344,4
	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	06.lis.26 - piątek	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] Kaszanka z cebulą 100g/50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata 10g Kakao bez cukru 200 ml [6]	Zupa pomidorowa z makaronem nitki 350 ml [1/2/8] Gołabek rybny 120g w sosie koperkowym 80g [1/2/3/8], ziemniaki 200g sałata lodowa z oliwą z oliwek i bazylią 100g 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]: 2218,3 Białko [g]: 101,7 Tłuszcze [g]: 92,3 w tym nasycone [g]: 36,7 węglowodany [g]: 219,4 w tym cukry [g]: 65,2 błonnik [g]: 34,5 sód [mg]: 3236,6
	Pomarańcza 120g		**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 200 ml [6]	Zupa pomidorowa z makaronem nitki 350 ml [1/2/8] Kotlet rybny pieczony 120g w sosie koperkowym 80g [1/2/3/8], ziemniaki 200g sałata lodowa z oliwą z oliwek i bazylią 100g 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]: 1940,1 Białko [g]: 88,1 Tłuszcze [g]: 69,9 w tym nasycone [g]: 23,6 węglowodany [g]: 227,6 w tym cukry [g]: 58,4 błonnik [g]: 30,1 sód [mg]: 2888,1
	Pomarańcza 120g		**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., pomidor 50g, sałata 10g Kakao bez cukru 200 ml [6]	Zupa pomidorowa z makaronem nitki 350 ml [1/2/8] Kotlet rybny pieczony 120g w sosie koperkowym 80g [1/2/3/8], ziemniaki 200g sałata lodowa z oliwą z oliwek i bazylią 100g 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]: 2044,9 Białko [g]: 100,4 Tłuszcze [g]: 79,3 w tym nasycone [g]: 32,1 węglowodany [g]: 210 w tym cukry [g]: 56,6 błonnik [g]: 29,5 sód [mg]: 2398,6
	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	05.lis.26 - czwartek	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] Jajko 2 szt [2], ogórek zielony 50g, sałata roszponka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa brokułowa 350 ml [1/2/8] Bigos z białej kapusty 350g [1/5/7-10], ziemniaki 200g Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 1955,7 Białko [g]: 107,5 Tłuszcze [g]: 62,6 w tym nasycone [g]: 19,1 węglowodany [g]: 214,6 w tym cukry [g]: 64,6 błonnik [g]: 33,6 sód [mg]: 2030,3
	Banan 120g		**Kisiel 250 ml**	
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Jajko 2 szt [2], pomidor 50g, sałata roszponka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa brokułowa 350 ml [1/2/8] Filet z kurczaka w sosie śmietanowym 110g/80g [1/8], ziemniaki 200g Marchewka mini na parze z sezamem z oliwą z oliwek 130g [10] Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 1963,2 Białko [g]: 102,7 Tłuszcze [g]: 72,3 w tym nasycone [g]: 24,2 węglowodany [g]: 212,6 w tym cukry [g]: 60,4 błonnik [g]: 26,2 sód [mg]: 1373,6
	Banan 120g		**Kisiel 250 ml**	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglodowanów	Jogurt naturalny 150g [6] Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] Jajko 2 szt. [2], ogórek zielony 50g, sałata roszponka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa brokułowa 350 ml [1/2/8] Filet z kurczaka w sosie śmietanowym 110g/80g [1/8], ziemniaki Marchewka mini na parze z sezamem z oliwą z oliwek 130g [10] Kompot 250ml – BEZ CUKRU	--- Pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g Herbata 250ml – BEZ CUKRU	Energia [kcal]: 1899,3 Białko [g]: 102 Tłuszcze [g]: 72,3 w tym nasycone [g]: 24,1 węglowodany [g]: 184,8 w tym cukry [g]: 46,9 błonnik [g]: 28,8 sód [mg]: 1721,1
	Mandarynka 120g		**kisiel b/c 250 ml**	

Dieta	04.lis.26 - środa	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] Pieczywo żytnie razowe + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina [1/5/7-10] 50g, serek deliser 1 szt. [6], ogórek zielony 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa z ciecierzycy 350ml [8] Pierogi ruskie 300g [1/2] + masełko 5g [6] 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]: 2088,6 Białko [g]: 96,6 Tłuszcze [g]: 62,8 w tym nasycone [g]: 22,9 węglowodany [g]: 264,9 w tym cukry [g]: 58,1 błonnik [g]: 26,9 sód [mg]: 2109,3
	Gruszka 120g		skyr 140g[6]	
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne + kajzerka 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 koper. z ziemniak. 350ml [8] Pierogi ruskie 300g [1/2] + masełko 5g [6] 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]: 2000,9 Białko [g]: 98,8 Tłuszcze [g]: 64,3 w tym nasycone [g]: 23,5 węglowodany [g]: 255,9 w tym cukry [g]: 56,5 błonnik [g]: 22,6 sód [mg]: 1775,8
	Jabłko 120g		skyr 140g[6]	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglodowanów	Jogurt naturalny 150g [6] Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] wędlina [1/5/7-10] 50g, serek deliser 1 szt. [6], ogórek zielony 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8] Pierogi ruskie 300g [1/2] + masełko 5g [6] 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]: 2087,6Białko [g]: 102,9Tłuszcze [g]: 74,9 w tym nasycone [g]: 30 węglowodany [g]: 228,3 w tym cukry [g]: 46,1 błonnik [g]: 25,3 sód [mg]: 2338
	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