Dieta	03.gru.26 - czwartek	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] Pieczeń rzymska w sosie pieczarkowym 120g/80g [1/2/8], 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 drobiowy 120g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2026,4 Białko [g]:101 Tłuszcze [g]: 67,2 w tym nasycone [g]: 27,5 węglowodany [g]: 228,9 w tym cukry [g]: 40,9 błonnik [g]: 33,1 sód [mg]:2429,6
			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] Pieczeń rzymska w sosie śmietanowym 120g/80g [1/2/8], 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 drobiowy 120g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 1918,9 Białko [g]: 95,5 Tłuszcze [g]: 57,1 w tym nasycone [g]: 21,2 węglowodany [g]: 242,3 w tym cukry [g]: 42,3 błonnik [g]: 30,8 sód [mg]: 2078,1
			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] Pieczeń rzymska w sosie śmietanowym 120g/80g [1/2/8], 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 drobiowy 120g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml BEZ CUKRU	Energia [kcal]: 2086,1 Białko [g]: 101,5 Tłuszcze [g]: 67,7 w tym nasycone [g]: 27,5 węglowodany [g]: 241 w tym cukry [g]: 52,6 błonnik [g]: 35,5 sód [mg]: 2432
	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	02.gru.26 - środa	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 warzyw 120g [6/8], pomidor 50g, sałata 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 1843,5 Białko [g]: 105,2 Tłuszcze [g]: 59,3 w tym nasycone [g]: 17,8 węglowodany [g]: 192 w tym cukry [g]: 31,1 błonnik [g]: 30,9 sód [mg]: 1295,4
			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 cukiniowa 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 warzyw 120g [6/8], pomidor 50g, sałata 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 1751,4 Białko [g]: 99,9 Tłuszcze [g]: 55,6 w tym nasycone [g]: 17,6 węglowodany [g]: 195,5 w tym cukry [g]:29,5 błonnik [g]:23,6 sód [mg]: 1167,5
			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 cukiniowa 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 warzyw 120g [6/8], pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml BEZ CUKRU	Energia [kcal]: 1821 Białko [g]: 100,6 Tłuszcze [g]: 55,8 w tym nasycone [g]: 17,6 węglowodany [g]: 210,3 w tym cukry [g]: 41,4 błonnik [g]: 26,1 sód [mg]: 1169,9
	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	01.gru.26 - wtorek	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] Pieczywo razowe + kajzerka 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 barszcz ukraiński z białą fasolą 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 razowe 100g [1], maslo10g[6] serek wiejski 150g [6], rzodkiewka 50g, rukola 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2014,2 Białko [g]: 95,4 Tłuszcze [g]: 53,9 w tym nasycone [g]: 16 węglowodany [g]: 255,1 w tym cukry [g]:54,3 błonnik [g]:40,8 sód [mg]: 3104,3
			mus tubka 100g	
Dieta łatwostrawna	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne + kajzerka 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 buraczkowa 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]: 1739,3 Białko [g]: 84,7 Tłuszcze [g]:45,7 w tym nasycone [g]: 16,2 węglowodany [g]: 230,8 w tym cukry [g]:43,6 błonnik [g]: 27,5 sód [mg]: 2210,3
			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 buraczkowa 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], rzodkiewka 50g, rukola 10g, Herbata 250ml BEZ CUKRU	Energia [kcal]: 1779,2 Białko [g]:85,7 Tłuszcze [g]: 50,3 w tym nasycone [g]: 19,3 węglowodany [g]: 216,6 w tym cukry [g]: 43,7 błonnik [g]: 32,1 sód [mg]: 2325,9
	śliwka 120g		**mus tubka 100g**	

Dieta	30.lis.26 - poniedziałek	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 [6], sałata liść 1 szt. Kakao bez cukru 200ml [6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [8] gulasz wieprzowy z warzywami 180g [1/8], kasza bulgur 200g [1] Surówka colesław 120g [6/9] Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 50g [1/5/7-10], Pomidor 50g, roszponka 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2030,3Białko [g]: 105,8 Tłuszcze [g]: 67,8 w tym nasycone [g]: 22,6 węglowodany [g]: 214,8 w tym cukry [g]: 30,2 błonnik [g]: 45,4 sód [mg]: 2085,6
			kisiel 250ml	
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 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], wędlina 50g [1/5/7-10], Pomidor 50g, roszponka 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 1966,3 Białko [g]: 105,1 Tłuszcze [g]: 64,6 w tym nasycone [g]: 22,6 węglowodany [g]: 219,7 w tym cukry [g]: 32,1 błonnik [g]:41,3 sód [mg]: 1825,8
			kisiel 250ml	
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], ser żółty 30g [6], sałata liść 1 szt. Kakao 200ml [6] BEZ CUKRU	Zupa ziemniaczana 350 ml [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], wędlina 50g [1/5/7-10], Pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml BEZ CUKRU	Energia [kcal]: 1952,6 Białko [g]: 107,2 Tłuszcze [g]: 64,1 w tym nasycone [g]: 24 węglowodany [g]: 205 w tym cukry [g]: 50,2 błonnik [g]: 41,1 sód [mg]: 2134,9
	Mandarynka120g		jogurt naturalny 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	29.lis.26 - niedziela	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. , papryka 50g, roszponka 10g Herbata bez cukru 250ml	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] 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], masło 10g[6] Twarożek z koperkiem 120g [6], pomidor 50g, sałata 10g Herbata bez cukru 250ml **mus tubka 100g**	Energia [kcal]: 1922,3 Białko [g]: 96,9 Tłuszcze [g]: 75,8 w tym nasycone [g]:26,1 węglowodany [g]:186,4 w tym cukry [g]: 22,8 błonnik [g]: 31,3 sód [mg]: 1889,3
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	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] 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], masło 10g[6] Twarożek z koperkiem 120g [6], pomidor 50g, sałata 10g Herbata bez cukru 250ml **mus tubka 100g**	Energia [kcal]: 1913,8 Białko [g]: 96,9 Tłuszcze [g]: 75,4 w tym nasycone [g]:26 węglowodany [g]: 197,6 w tym cukry [g]: 21,9 błonnik [g]: 28,3 sód [mg]: 1891,8
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. , papryka 50g, roszponka 10g Herbata bez cukru 250ml **Jabłko 120g**	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] 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], masło 10g[6] Twarożek z koperkiem 120g [6], pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml -BEZ CUKRU **kisiel b/c 250 ml**	Energia [kcal]: 1982,3 Białko [g]: 97,4 Tłuszcze [g]: 76,3 w tym nasycone [g]:26,1 węglowodany [g]: 198,5 w tym cukry [g]: 34,5 błonnik [g]: 33,7 sód [mg]: 1891,7

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	28.lis.26 - sobota	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] Pieczywo razowe [1], rama 10g[6] Pasztet wieprzowy 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 dyniowa z ziemniakami 350 ml [8] Kurczak po tajsku 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Surówka z selera z jogurtem naturalnym 130g [6/8] Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6] Galaretka rybna 180g [2/3/8], ogórek zielony 50g, sałata mix 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2030,5 Białko [g]: 105 Tłuszcze [g]: 70,6 w tym nasycone [g]: 25,8 węglowodany [g]: 215 w tym cukry [g]:44,8 błonnik [g]: 29,7 sód [mg]: 2669
			kefir 200 ml [6]	
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] Pasztet wieprzowy 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 dyniowa z ziemniakami 350 ml [8] Kurczak po tajsku 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Surówka z selera z jogurtem naturalnym 130g [6/8] Kompot bez cukru 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] Galaretka rybna 180g [2/3/8], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2031 Białko [g]: 105,3 Tłuszcze [g]: 70,4 w tym nasycone [g]: 25,8 węglowodany [g]: 277,3w tym cukry [g]: 45,4 błonnik [g]:27,4 sód [mg]: 1253,3
			kefir 200 ml [6]	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych	Jogurt naturalny 150g [6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] Pasztet wieprzowy 100 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	Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml [8] Kurczak po tajsku 180g [1/8], ryż brązowy 200g Surówka z selera z jogurtem naturalnym 130g [6/8] Kompot 250ml – BEZ CUKRU	--- Pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6] Galaretka rybna 180g [2/3/8], ogórek zielony 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml – BEZ CUKRU	Energia [kcal]: 2089,2 Białko [g]: 110,3 Tłuszcze [g]: 71,9 w tym nasycone [g]: 25,6 węglowodany [g]: 220,1 w tym cukry [g]:46,4 błonnik [g]: 32 sód [mg]: 2795,5
	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	27.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 jarzynowa 150g [2/8/9], wędlina 50g [1/5/7-10], sałata liść 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml [6]	Zupa grochowa 350ml [1/8] Pulpet z dorsza i łososia w sosie śmietanowym 120g/80g [1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot bez cukru 250ml	--- pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 120g [3/8], pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2374 Białko [g]: 147 Tłuszcze [g]: 79,3 w tym nasycone [g]: 27,5 węglowodany [g]: 238 w tym cukry [g]:47,5 błonnik [g]: 45,8 sód [mg]: 2789,5
			Serek homogenizowany waniliowy 150g [6]	
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] sałatka jarzynowa 150g [2/8/9], wędlina 50g [1/5/7-10], sałata liść 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml [6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [8] Pulpet z dorsza i łososia w sosie śmietanowym 120g/80g [1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot bez cukru 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 120g [3/8], pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2005 Białko [g]: 115,5 Tłuszcze [g]:63,4 w tym nasycone [g]: 21,2 węglowodany [g]: 230,5 w tym cukry [g]: 44,1 błonnik [g]:31,3 sód [mg]: 2449,4
			Serek homogenizowany waniliowy 150g [6]	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglodowanów	Jogurt naturalny 150g [6] pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] sałatka jarzynowa 150g [2/8/9], wędlina 50g [1/5/7-10], sałata liść 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml [6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [8] Pulpet z dorsza i łososia w sosie śmietanowym 120g/80g [1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml - BEZ CUKRU	--- pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 120g [3/8], pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml - BEZ CUKRU	Energia [kcal]: 1957,5 Białko [g]: 108,6 Tłuszcze [g]: 61,6 w tym nasycone [g]: 19,8 węglowodany [g]: 210,6 w tym cukry [g]: 36,4 błonnik [g]: 36,3 sód [mg]: 2391,8
	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	26.lis.26 - czwartek	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], pomidor 50g, sałata 10g Kakao bez cukru 200 ml [6]	Zupa z selera naciowego 350 ml [8] sos boloński [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] 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], pomidor 50g, roszponka 10g, Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 1952,9 Białko [g]: 110,2 Tłuszcze [g]: 68,4 w tym nasycone [g]: 29,3 węglowodany [g]: 198,7 w tym cukry [g]: 43,7 błonnik [g]: 30,6 sód [mg]: 2699,1
			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 z selera naciowego 350 ml [8] sos boloński [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] 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]: 1829,4 Białko [g]: 93,1 Tłuszcze [g]: 62,9 w tym nasycone [g]: 23,4 węglowodany [g]:211,4 w tym cukry [g]: 42,7 błonnik [g]: 26 sód [mg]: 1853,2
			sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglodanów	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 z selera naciowego 350 ml [8] sos boloński [1/8], makaron razowy 200g [1/2] 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], pomidor 50g, roszponka 10g, Herbata 250ml - BEZ CUKRU	Energia [kcal]: 2124,3 Białko [g]: 120,9 Tłuszcze [g]: 74 w tym nasycone [g]: 31,4 węglowodany [g]: 217,3w tym cukry [g]: 64,2 błonnik [g]: 35,5 sód [mg]: 2710,7
	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	25.lis.26 - środa	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] Filet z kurczaka w sosie pietruszkowym 110g/80g [1/8], kasza Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot bez cukru 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], rzodkiewka 50g, rukola 10g Herbata bez cukru 250ml	Energia [kcal]: 2340,3 Białko [g]: 112,3 Tłuszcze [g]:57,6 w tym nasycone [g]: 15,8 węglowodany [g]: 308,2 w tym cukry [g]: 39,1 błonnik [g]: 40,3 sód [mg]: 1744,6
			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 pietruszkowym 110g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g 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]: 2334,3 Białko [g]: 112,4 Tłuszcze [g]: 57,2 w tym nasycone [g]: 15,7 węglowodany [g]: 319,7 w tym cukry [g]: 38,8 błonnik [g]: 37,6 sód [mg]: 1745,6
			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 pietruszkowym 110g/80g [1/8], kasza Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml – BEZ CUKRU	--- Pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], rzodkiewka 50g, rukola 10g Herbata 250ml – BEZ CUKRU	Energia [kcal]: 2394,3 Białko [g]: 113 Tłuszcze [g]:57,8 w tym nasycone [g]: 15,8 węglowodany [g]: 319,4 w tym cukry [g]:50,1 błonnik [g]: 42,6 sód [mg]: 1745,8
	Mandarynka 120g		**kisiel b/c 250 ml**	

Dieta	24.lis.26 - wtorek	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 szczawiowa 350ml [1/2/8] Pulpet wieprzowy 120g w sosie pomidorowym 80g [1/2/8], ziemniaki 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]: 1979,9 Białko [g]: 115,6 Tłuszcze [g]: 68,4 w tym nasycone [g]: 28,8 węglowodany [g]: 206,6 w tym cukry [g]: 32,3 błonnik [g]: 27 sód [mg]: 2409,3
			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] Pulpet wieprzowy 120g w sosie pomidorowym 80g [1/2/8], ziemniaki 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]: 1748,3 Białko [g]: 95,5 Tłuszcze [g]: 54,6 w tym nasycone [g]: 20,9 węglowodany [g]: 209,2 w tym cukry [g]:30,6 błonnik [g]: 23,4 sód [mg]: 2292
			skyr 140g[6]	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglodanów	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] Pulpet wieprzowy 120g w sosie pomidorowym 80g [1/2/8], ziemniaki 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]: 1896 Białko [g]: 109 Tłuszcze [g]: 65,7 w tym nasycone [g]: 27,4 węglowodany [g]: 194,7 w tym cukry [g]:32,8 błonnik [g]: 28,5 sód [mg]: 2510,6
	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