Dieta	03.lis.26 - wtorek	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 pieczarkowa 350 ml [8] Faszerowana roladka z udka kurczaka w sosie własnym 120g/80g , kasza jęczmienna 200g [1] 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	Energia [kcal]: 2556,6 Białko [g]: 127,4 Tłuszcze [g]:102 w tym nasycone [g]: 43,5węglowodany [g]: 255,3 w tym cukry [g]: 72,2 błonnik [g]: 38,4 sód [mg]: 2473,2
	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 z dyniowa zabielana 350 ml [8] Faszerowana roladka z udka kurczaka w sosie własnym 120g/80g , kasza jęczmienna 200g [1] 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	Energia [kcal]: 2327,4 Białko [g]: 107 Tłuszcze [g]:85 w tym nasycone [g]: 31,8 węglowodany [g]: 269,5 w tym cukry [g]: 71 błonnik [g]: 33,4 sód [mg]: 2404,9
	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 30g [1/5/7-10],ogórek zielony 50g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Zupa z dyniowa zabielana 350 ml [8] Faszerowana roladka z udka kurczaka w sosie własnym 120g/80g , kasza jęczmienna 200g [1] 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	Energia [kcal]: 2393,6 Białko [g]: 118,8 Tłuszcze [g]:96,3 w tym nasycone [g]: 38,5 węglowodany [g]: 237 w tym cukry [g]: 70 błonnik [g]: 35,7 sód [mg]: 2591,6
	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.lis.26 - poniedziałek	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]	Zupa kalafiorowa 350 ml [8] Gulasz wieprzowy 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Surówka z buraczka 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]: 2266 Białko [g]: 119,2 Tłuszcze [g]:87,2 w tym nasycone [g]: 34,5 węglowodany [g]: 227,6 w tym cukry [g]: 76,8 błonnik [g]: 29,3 sód [mg]: 1866,1
	Banan 120g		**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]	Zupa kalafiorowa 350 ml [8] Gulasz wieprzowy 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Surówka z buraczka 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]: 2257,5 Białko [g]: 119,2 Tłuszcze [g]:86,8 w tym nasycone [g]: 34,4 węglowodany [g]: 238,8 w tym cukry [g]: 75,9 błonnik [g]: 26,3 sód [mg]: 1868,6
	Banan 120g		**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]	Zupa kalafiorowa 350 ml [8] Gulasz wieprzowy 180g [1/8], makaron razowy 200g [1/2] Surówka z buraczka 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]: 2142,6 Białko [g]: 117,5 Tłuszcze [g]:87,5 w tym nasycone [g]: 34,3 węglowodany [g]: 196,8 w tym cukry [g]: 64,9 błonnik [g]: 32,1 sód [mg]: 1867,7
	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	01.lis.26 - niedziela	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] **Śliwka 120g**	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Pieczeń rzymska 120g w sosie pieczarkowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g 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]: 1759,3 Białko [g]: 85 Tłuszcze [g]: 60,5 w tym nasycone [g]: 20,9 węglowodany [g]: 191,9 w tym cukry [g]: 52,3 błonnik [g]:28,5 sód [mg]: 2191,8
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] **Jabłko 120g**	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Pieczeń rzymska 120g w sosie śmietanowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g 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]: 1753,4 Białko [g]: 83,4 Tłuszcze [g]: 58,3 w tym nasycone [g]: 20,9 węglowodany [g]: 209,7 w tym cukry [g]: 52,8 błonnik [g]:24,9 sód [mg]: 2042,7
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**	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Pieczeń rzymska 120g w sosie śmietanowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g 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	31.paź.26 - sobota	SCANMED		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Jogurt 150g [6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6], Sałatka brokułowa z szynką 100g [1/5/7-10], ser żółty 30g, ogórek 50g, sałata mix 10g Kakao bez cukru 200ml [6] **Mandarynka 120g**	Barszcz ukraiński z fasolą zabielany 350g [8] Kurczak po tajsku 180g [1/8], ryż paraboliczny 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 **Mus tubka 100g**	Energia [kcal]: 2318,8 Białko [g]: 110,8 Tłuszcze [g]: 79,6 w tym nasycone [g]: 22,4 węglowodany [g]: 253,4 w tym cukry [g]: 60,4 błonnik [g]: 41,4 sód [mg]: 2481,5
Dieta Łatwostrawna	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 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 buraczkowa 350g [8] Kurczak po tajsku 180g [1/8], ryż paraboliczny 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 **Mus tubka 100g**	Energia [kcal]: 2048,7 Białko [g]: 100,5 Tłuszcze [g]: 71,1 w tym nasycone [g]: 22,6 węglowodany [g]: 233,4 w tym cukry [g]:49,9 błonnik [g]: 27,9 sód [mg]: 1661,6
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 50g, sałata mix 10g Kakao 200ml [6] BEZ CUKRU **Mandarynka120g**	Zupa buraczkowa 350g [8] Kurczak po tajsku 180g [1/8], ryż brązowy 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 **budyń bez dodatku cukru 200g [6]**	Energia [kcal]: 2596,4 Białko [g]: 116,1 Tłuszcze [g]: 77,7 w tym nasycone [g]: 25,2 węglowodany [g]: 323,5 w tym cukry [g]: 68,2 błonnik [g]: 44,8 sód [mg]: 1835,6

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	30.paź.26 - piątek	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] **Jabłko 120g**	Zupa pomidorowa z makaronem nitki 350 ml [8] Śledź w sosie jabłkowo-porowym 100g/80g [3/6], 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]: 2120,4 Białko [g]: 102,5 Tłuszcze [g]: 72,8 w tym nasycone [g]: 18,9 węglowodany [g]: 242,1 w tym cukry [g]: 76,7 błonnik [g]: 37,1 sód [mg]: 2145,4
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] **Jabłko 120g**	Zupa pomidorowa z makaronem nitki 350 ml [8] Kotlet rybny z pieca w sosie pietruszkowym 120g/80g [1/2/3/8], ziemniaki 80g 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]: 2064,7 Białko [g]: 105,6 Tłuszcze [g]: 63,8 w tym nasycone [g]: 17,5 węglowodany [g]: 250,4 w tym cukry [g]: 59,4 błonnik [g]: 37,3 sód [mg]: 1594,4
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 pomidorowa z makaronem nitki 350 ml [8] Śledź w sosie jabłkowo-porowym 100g/80g, 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]: 2071,4 Białko [g]: 102,4 Tłuszcze [g]: 72,9 w tym nasycone [g]: 18,9 węglowodany [g]: 223,6 w tym cukry [g]: 64,2 błonnik [g]: 38,4 sód [mg]: 2145,4

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	29.paź.26 - czwartek	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]	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]: 2218,7 Białko [g]: 115,4 Tłuszcze [g]: 60,6 w tym nasycone [g]: 21,6 węglowodany [g]: 279,1 w tym cukry [g]: 104,3 błonnik [g]: 25,9 sód [mg]: 2189,1
	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]	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]: 2219,2Białko [g]: 115,7 Tłuszcze [g]: 60,4 w tym nasycone [g]: 21,6 węglowodany [g]: 291,4 w tym cukry [g]: 104,9 błonnik [g]: 23,6 sód [mg]: 2187,6
	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 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]: 2179 Białko [g]: 119,8 Tłuszcze [g]: 61,7 w tym nasycone [g]: 22 węglowodany [g]: 261,5 w tym cukry [g]: 85,5 błonnik [g]: 26,6 sód [mg]: 21315,6
	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	28.paź.26 - środa	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 10g, 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]: 2375,9 Białko [g]: 140,5 Tłuszcze [g]:80,2 w tym nasycone [g]: 25,1 węglowodany [g]: 249,5 w tym cukry [g]: 78,7 błonnik [g]: 36,8 sód [mg]: 2531,10
	Jabłko 120g		**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 10g, 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]: 2367,8 Białko [g]: 134,6 Tłuszcze [g]: 76,1 w tym nasycone [g]: 24,5 węglowodany [g]: 271,6 w tym cukry [g]: 76,6 błonnik [g]: 34,7 sód [mg]: 2717,8
	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 50g [1/5/7-10], sałata 10g, 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]: 2337,3 Białko [g]: 133,8 Tłuszcze [g]: 75,3 w tym nasycone [g]: 24,2 węglowodany [g]: 254 w tym cukry [g]: 76,9 błonnik [g]: 37,9 sód [mg]: 2483,8
	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	27.paź.26 - wtorek	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 50g, sałata 10g Kakao bez cukru 200ml	Zupa grochowa 350 ml [1/8] Schab z pieca w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza bulgur 200g [1] Surówka z kapusty kiszonej 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]: 2487 Białko [g]: 151,6 Tłuszcze [g]:93,8 w tym nasycone [g]: 35,7 węglowodany [g]: 222,1 w tym cukry [g]: 46,9 błonnik [g]: 52 sód [mg]: 3534,7
	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 200ml	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8] Schab z pieca w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza bulgur 200g [1] 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]: 2455,3 Białko [g]: 121,9 Tłuszcze [g]: 72,6 w tym nasycone [g]: 24,4 węglowodany [g]: 290,9 w tym cukry [g]: 51,5 błonnik [g]: 49,9 sód [mg]: 2162,2
	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 200ml	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8] Schab z pieca w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza bulgur 200g [1] 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]: 2106,3Białko [g]: 125,4 Tłuszcze [g]: 79,4 w tym nasycone [g]: 31,8 węglowodany [g]: 192,5 w tym cukry [g]: 55,6 błonnik [g]: 35,3 sód [mg]: 2981,6
	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	26.paź.26 - poniedziałek	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]	Zupa krupnik 350 ml [1/8] sos boloński 180g[1/8], makaron pszenny 200g[1/2] 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]: 2090,7 Białko [g]: 105,9 Tłuszcze [g]: 64,6 w tym nasycone [g]: 17,3 węglowodany [g]: 241,7 w tym cukry [g]: 66,1 błonnik [g]: 35,9 sód [mg]: 1552,9
	Banan 120g		**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]	Zupa krupnik 350 ml [1/8] sos boloński 180g[1/8], makaron pszenny 200g[1/2] 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]: 2091,2 Białko [g]: 106,2 Tłuszcze [g]: 64,4 w tym nasycone [g]: 17,3 węglowodany [g]: 254 w tym cukry [g]: 66,7 błonnik [g]: 33,6 sód [mg]: 1551,4
	Banan 120g		**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]	Zupa krupnik 350 ml [1/8] sos boloński 180g[1/8], makaron razowym 200g[1/2] 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]: 2215,3 Białko [g]: 113,9 Tłuszcze [g]: 67,3 w tym nasycone [g]: 17,6 węglowodany [g]: 256,3 w tym cukry [g]: 54,5 błonnik [g]: 43,2 sód [mg]: 1560,9
	Mandarynka 120g		**kisiel b/c 250 ml**	

Dieta	25.paź.26 - niedziela	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 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka pieczone w sosie własnym 130g/80g [1/8], 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]: 2019,2Białko [g]: 110 Tłuszcze [g]: 73,1 w tym nasycone [g]: 25,1 węglowodany [g]: 209,3 w tym cukry [g]: 55,8 błonnik [g]: 27 sód [mg]: 2069,2
	Gruszka 120g		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]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka pieczone w sosie własnym 130g/80g [1/8], 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]: 2003,6 Białko [g]: 106,9 Tłuszcze [g]: 73w tym nasycone [g]: 25 węglowodany [g]: 218,1 w tym cukry [g]: 55,3 błonnik [g]: 24,2 sód [mg]: 2070,2
	Jabłko 120g		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 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml [1/6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka pieczone w sosie własnym 130g/80g [1/8], 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]: 2130,3 Białko [g]: 123,7 Tłuszcze [g]: 84,8 w tym nasycone [g]: 31,9 węglowodany [g]: 197,4 w tym cukry [g]: 46,4 błonnik [g]: 26,7 sód [mg]: 2517,9
	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