

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-05-11</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW</b>		
Chleb graham, bułka z ziarnami 100 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka got. z kurczaka ( drob. parzona) 40 g ( <b>JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Ser żółty Gouda 40 g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka pieczona (szyunka wp. wędz.parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Ogórek świeży 60 g, Pasta z ciecierzycy 60 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Kiwi 100 g, <b>II Śniadanie:</b> Chleb graham 40 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło 5 g ( <b>MLEKO</b> ), Jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJA</b> ),	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 450 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ), Gulasz z łopatki wieprzowej duszony 100g/100ml 200 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g, Salata zielona z olejem 80 g, Ryż brazowy na sypko 150 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Sok pomidorowy 1 szt,	Pasta z twarogu (półt) i jaj 80 g ( <b>JAJA, MLEKO</b> ), Polędwica sopocka ( wp. wędzona parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Rzodkiew biała z jabłkiem 60 g ( <b>MLEKO</b> ), Salata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 60 g, Chleb graham 110 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, <b>Posiłek nocny:</b> Maślanka 1 szt ( <b>MLEKO</b> ), Wafle ryżowe 20 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2274.36 kcal; Białko ogółem: 107.35 g; Tłuszcz: 85.55 g; Węglowodany ogółem: 261.30 g; Błonnik poka mowy: 37.89 g; WW: 26.09 Por; Sód: 3599.89 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.24 g;		
<b>sobota 2024-05-11</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA</b>		
Chleb graham 110 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka got. z kurczaka ( drob. parzona) 40 g ( <b>JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Ser żółty Gouda 40 g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka pieczona (szyunka wp. wędz.parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Pasta z ciecierzycy 60 g, Ogórek świeży 60 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Kiwi 100 g, <b>II Śniadanie:</b> Chleb graham 40 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło 5 g ( <b>MLEKO</b> ), Jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJA</b> ), Salata lodowa 10 g,	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 450 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ), Gulasz z łopatki wieprzowej duszony 100g/100ml 200 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g, Salata zielona z olejem 80 g, Ryż brazowy na sypko 150 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, <b>Podwieczorek:</b> Sok pomidorowy 1 szt, Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g ( <b>GLUTEN</b> ),	Pasta z twarogu (półt) i jaj 80 g ( <b>JAJA, MLEKO</b> ), Polędwica sopocka ( wp. wędzona parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Rzodkiew biała z jabłkiem 60 g ( <b>MLEKO</b> ), Salata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 60 g, Chleb graham 110 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, <b>Posiłek nocny:</b> Maślanka 1 szt ( <b>MLEKO</b> ), Wafle ryżowe 20 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2442.44 kcal; Białko ogółem: 111.28 g; Tłuszcz: 86.66 g; Węglowodany ogółem: 295.75 g; Błonnik poka mowy: 42.56 g; WW: 29.53 Por; Sód: 3844.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.42 g;		
<b>sobota 2024-05-11</b>		
<b>Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurudzianą 300 ml ( <b>MLEKO</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe . 10 g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka pieczona (szyunka wp. wędz.parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Szyunka got. z kurczaka ( drob. parzona) 40 g ( <b>JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Ser żółty Gouda 40 g ( <b>MLEKO</b> ), Pomidor z kielkami 60 g, Herbata z cytryną 250 ml,	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 450 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ), Gulasz z łopatki wieprzowej duszony 100g/100ml 200 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ), Salata zielona z olejem 80 g, Ryż na sypko 200 g, Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Banan 150 g,	Pasta z twarogu (półt) i jaj 80 g ( <b>JAJA, MLEKO</b> ), Polędwica sopocka ( wp. wędzona parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Rzodkiew biała z jabłkiem 60 g ( <b>MLEKO</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g ( <b>GLUTEN</b> ), Salata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 60 g, Masło porcjowe . 10 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną 250 ml, <b>Posiłek nocny:</b> Maślanka 1 szt ( <b>MLEKO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2504.99 kcal; Białko ogółem: 108.18 g; Tłuszcz: 73.96 g; Węglowodany ogółem: 351.19 g; Błonnik poka mowy: 31.99 g; WW: 34.80 Por; Sód: 3458.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.96 g;		
<b>sobota 2024-05-11</b>		
<b>Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurudzianą 300 ml ( <b>MLEKO</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka got. z kurczaka ( drob. parzona) 40 g ( <b>JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Ser żółty Gouda 40 g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka pieczona (szyunka wp. wędz.parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Pasta z ciecierzycy 60 g, Ogórek świeży 60 g, Herbata z cytryną 250 ml, Kiwi 100 g,	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 450 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ), Gulasz z łopatki wieprzowej duszony 100g/100ml 200 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ), Surówka z k. pekińskiej z majonezem 120 g ( <b>JAJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ), Salata zielona z olejem 80 g, Ryż na sypko 200 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Banan 150 g,	Pasta z twarogu (półt) i jaj 80 g ( <b>JAJA, MLEKO</b> ), Polędwica sopocka ( wp. wędzona parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Rzodkiew biała z jabłkiem 60 g ( <b>MLEKO</b> ), Salata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 60 g, Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną 250 ml, <b>Posiłek nocny:</b> Maślanka 1 szt ( <b>MLEKO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2696.99 kcal; Białko ogółem: 111.71 g; Tłuszcz: 78.73 g; Węglowodany ogółem: 377.20 g; Błonnik poka mowy: 33.06 g; WW: 37.58 Por; Sód: 3450.84 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.30 g;		





Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-05-13		Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb graham 80 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJA</b> ), Szynka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g ( <b>SOJA, SELER</b> ), Sos jogurtowy 30 g ( <b>JAJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ), Sałata lodowa 10 g, Papryka świeża 60 g, <b>II Śniadanie:</b> Bułka grahamka 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZESZKI, SEZAM</b> ), Masło 5 g ( <b>MLEKO</b> ), Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 40 g ( <b>JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Sałata lodowa 0.1 g,	Zupa jarzynowa diet. 450 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ), Filet z łososia pieczony na maśle 120 g ( <b>GLUTEN, RYBY, MLEKO, GORCZYCA</b> ), Ćwikła z jabłkiem 120 g, Surówka z k. włoskiej i marchwi 100 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Pomarańcza 1 szt,	Flaczki z kurczaka 350 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g, Chleb graham 80 g ( <b>GLUTEN</b> ), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 60 g, Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, <b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywny 1 szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2469.17 kcal; Białko ogółem: 120.85 g; Tłuszcz: 93.08 g; Węglowodany ogółem: 279.28 g; Błonnik pokarmowy: 38.85 g; WW: 27.88 Por; Sód: 1691.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.06 g;		
poniedziałek 2024-05-13		Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 6 POSIŁKOWA
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb graham 80 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJA</b> ), Sos jogurtowy 30 g ( <b>JAJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ), Szynka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g ( <b>SOJA, SELER</b> ), Papryka świeża 60 g, Sałata lodowa 10 g, <b>II Śniadanie:</b> Bułka grahamka 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZESZKI, SEZAM</b> ), Masło 5 g ( <b>MLEKO</b> ), Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 40 g ( <b>JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Sałata lodowa 0.1 g,	Zupa jarzynowa diet. 450 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ), Filet z łososia pieczony na maśle 120 g ( <b>GLUTEN, RYBY, MLEKO, GORCZYCA</b> ), Surówka z k. włoskiej i marchwi 100 g, Ćwikła z jabłkiem 120 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, <b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 1 szt,	Flaczki z kurczaka 350 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ), Chleb graham 80 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 60 g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywny 1 szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2469.17 kcal; Białko ogółem: 120.85 g; Tłuszcz: 93.08 g; Węglowodany ogółem: 279.28 g; Błonnik pokarmowy: 38.85 g; WW: 27.88 Por; Sód: 1691.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.06 g;		
poniedziałek 2024-05-13		Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ), Chleb bałtonowski, 7-ziaren, bułka alpejska 120 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe . 10 g ( <b>MLEKO</b> ), Jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJA</b> ), Sos jogurtowy 30 g ( <b>JAJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ), Szynka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g ( <b>SOJA, SELER</b> ), Sałatka z marchewki, jaj i kukurydzy 80 g ( <b>JAJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ), Sałata lodowa 10 g, Herbata z cytryną 250 ml, Jogurt skyr 1 szt,	Zupa jarzynowa diet. 450 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ), Filet z łososia pieczony na maśle 120 g ( <b>GLUTEN, RYBY, MLEKO, GORCZYCA</b> ), Surówka z k. włoskiej i marchwi 100 g, Ćwikła z jabłkiem 120 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Pomarańcza 1 szt,	Flaczki z kurczaka 350 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham 90 g ( <b>GLUTEN</b> ), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 60 g, Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g, Masło porcjowe . 10 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną 250 ml, Jabłko 150 g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywny 1 szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2713.85 kcal; Białko ogółem: 130.70 g; Tłuszcz: 94.41 g; Węglowodany ogółem: 345.50 g; Błonnik pokarmowy: 37.74 g; WW: 34.33 Por; Sód: 1968.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.27 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-05-13</b>		
<b>Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml ( <b>GLUTEN , MLEKO</b> ), Chleb bałtonowski, 7-ziaren , bułka alpejska 120 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJA</b> ), Sos jogurtowy 30 g ( <b>JAJA, MLEKO , GORCZYCA</b> ), Szyunka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g ( <b>SOJA, SELER</b> ), Sałatka z marchewki , jaj i cebulki 80 g ( <b>JAJA, MLEKO , GORCZYCA</b> ), Sałata lodowa 10 g , Herbata z cytryną 250 ml , Jogurt skyr 1 szt ,	Zupa jarzynowa 450 ml ( <b>GLUTEN , MLEKO</b> ), Filet z łososia pieczony na maśle 120 g ( <b>GLUTEN , RYBY, MLEKO , GORCZYCA</b> ), Surówka z k. włoskiej i marchwi 100 g , Ćwikła z jabłkiem 120 g , Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml , Pomarańcza 1 szt ,	Flaczki z kurczaka 350 g ( <b>GLUTEN , SELER</b> ), Szyunkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g , Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g , Chleb bałtonowski, chleb graham 90 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną 250 ml , Jabłko 150 g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywny 1 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2821.61 kcal; Białko ogółem: 129.65 g; Tłuszcz: 103.16 g; Węglowodany ogółem: 343.56 g; Błonnik pokarmowy: 36.87 g; WW: 34.20 Por; Sód: 1951.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.28 g;		
<b>poniedziałek 2024-05-13</b>		
<b>Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml ( <b>GLUTEN , MLEKO</b> ), Chleb bałtonowski, 7-ziaren , bułka alpejska 120 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJA</b> ), Sos jogurtowy 30 g ( <b>JAJA, MLEKO , GORCZYCA</b> ), Szyunka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g ( <b>SOJA, SELER</b> ), Sałatka z marchewki, jaj i kukurydzy 80 g ( <b>JAJA, MLEKO , GORCZYCA</b> ), Sałata lodowa 10 g , Herbata z cytryną 250 ml , Jogurt skyr 1 szt ,	Zupa jarzynowa diet. 450 ml ( <b>GLUTEN , MLEKO</b> ), Filet z łososia pieczony na maśle 120 g ( <b>GLUTEN , RYBY, MLEKO , GORCZYCA</b> ), Surówka z k. włoskiej i marchwi 100 g , Ćwikła z jabłkiem 120 g , Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml , Pomarańcza 1 szt ,	Flaczki z kurczaka 350 g ( <b>GLUTEN , SELER</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham 90 g ( <b>GLUTEN</b> ), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 60 g , Szyunkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g , Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną 250 ml , Jabłko 150 g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywny 1 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2785.85 kcal; Białko ogółem: 129.62 g; Tłuszcz: 98.01 g; Węglowodany ogółem: 346.76 g; Błonnik pokarmowy: 37.74 g; WW: 34.53 Por; Sód: 1968.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.27 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW</b>		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb graham, bułka z ziarnami 100 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka z liściem(wędzonka wieprz. wędz. parzona) 50 g ( <b>SOJA</b> ), Połędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 30 g , Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g ( <b>MLEKO</b> ), Nowalijki na sałacie zielonej 100 g , Sałata mix 10 g , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 1 szt ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml ( <b>GLUTEN , MLEKO , SELER</b> ), Udko z kurczaka pieczone 150 g ( <b>GORCZYCA</b> ), Surówka z marchwi i jabłka 120 g ( <b>MLEKO</b> ), Bukiet warzyw z wody 80 g ( <b>SELER</b> ), Ryż brazowy na sypko 200 g , Kompot wielowocowy bez cukru 200 ml , <b>Podwieczorek:</b> Sok pomidorowy 200 ml ,	Ser żółty Edam 50 g ( <b>MLEKO</b> ), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona) 40 g ( <b>GLUTEN , SOJA, SELER</b> ), Pomidor z kiełkami 60 g , Szyunka z liściem(wędzonka wieprz. wędz. parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Chleb graham 110 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 1 szt , Wafle ryżowe 20 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2313.07 kcal; Białko ogółem: 144.66 g; Tłuszcz: 84.66 g; Węglowodany ogółem: 250.73 g; Błonnik pokarmowy: 37.22 g; WW: 25.18 Por; Sód: 2917.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.95 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA</b>		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb graham, bułka z ziarnami 100 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka z liściem(wędzonka wieprz. wędz. parzona) 50 g ( <b>SOJA</b> ), Połędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 30 g , Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g ( <b>MLEKO</b> ), Nowalijki na sałacie zielonej 100 g , Sałata mix 10 g , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 1 szt ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml ( <b>GLUTEN , MLEKO , SELER</b> ), Udko z kurczaka pieczone 150 g ( <b>GORCZYCA</b> ), Surówka z marchwi i jabłka 120 g ( <b>MLEKO</b> ), Bukiet warzyw z wody 80 g ( <b>SELER</b> ), Ryż brazowy na sypko 200 g , Kompot wielowocowy bez cukru 200 ml , <b>Podwieczorek:</b> Sok pomidorowy 200 ml ,	Ser żółty Edam 50 g ( <b>MLEKO</b> ), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona) 40 g ( <b>GLUTEN , SOJA, SELER</b> ), Szyunka z liściem(wędzonka wieprz. wędz. parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Pomidor z kiełkami 60 g , Chleb graham 110 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 1 szt , Wafle ryżowe 20 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2313.07 kcal; Białko ogółem: 144.66 g; Tłuszcz: 84.66 g; Węglowodany ogółem: 250.73 g; Błonnik pokarmowy: 37.22 g; WW: 25.18 Por; Sód: 2917.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.95 g;		



Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-05-15</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA</b>		
Chleb graham 110 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Ser biały w plastrach 50 g ( <b>MLEKO</b> ), Ser mozzarella 50 g, Szyunka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO</b> ), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g, Pomidor z kielkami 60 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, <b>II Śniadanie:</b> Chleb graham 40 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło 5 g ( <b>MLEKO</b> ), Pomidor 50 g, Sałata zielona 1 g,	Zupa selerowa z makaronem z natką pietruszki 450 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ), Filet z kurczaka pieczony z jarzynami 130 g ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Fasolka szparagowa z wody 150 g, Sałatka wiosenna diet 100 g ( <b>JAJA, MLEKO</b> ), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, <b>Podwieczorek:</b> Grejfrut 130 g,	Leczo z cukini i szynki mr. 350 g ( <b>SOJA, SELER</b> ), Chleb graham 110 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunkowa drobiowa (drob. wędz.parzona gruborozdr) 40 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ), Sałata mix 20 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Mandarynka 150 g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt, Płatki musli z rodzynkami 15 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2024.71 kcal; Białko ogółem: 98.70 g; Tłuszcz: 56.69 g; Węglowodany ogółem: 270.99 g; Błonnik poka mowy: 45.51 g; WW: 27.09 Por; Sód: 1887.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.89 g;		
<b>środa 2024-05-15</b>		
<b>Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml ( <b>MLEKO</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 80 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe . 10 g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO</b> ), Ser mozzarella 50 g, Pomidor z kielkami 60 g, Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g, Herbata z cytryną 250 ml, Dżem porcjowy 1 szt, Cynamonka 1 szt,	Zupa selerowa z makaronem z natką pietruszki 450 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ), Filet z kurczaka pieczony z jarzynami 130 g ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Marchewka gotowana z groszkiem 150 g ( <b>GLUTEN</b> ), Sałatka wiosenna diet 100 g ( <b>JAJA, MLEKO</b> ), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml,	Leczo z cukini i szynki mr. 350 g ( <b>SOJA, SELER</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham 90 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe . 10 g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunkowa drobiowa (drob. wędz.parzona gruborozdr) 40 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ), Sałata mix 20 g, Herbata z cytryną 250 ml, Mandarynka 150 g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLEKO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2531.90 kcal; Białko ogółem: 106.18 g; Tłuszcz: 55.92 g; Węglowodany ogółem: 406.28 g; Błonnik poka mowy: 37.00 g; WW: 40.38 Por; Sód: 3357.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.03 g;		
<b>środa 2024-05-15</b>		
<b>Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml ( <b>MLEKO</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 80 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO</b> ), Ser mozzarella 50 g, Pomidor z kielkami 60 g, Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g, Herbata z cytryną 250 ml, Cynamonka 1 szt,	Zupa selerowa z makaronem z natką pietruszki 450 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ), Kotlet drobiowy panierowany smażony 110 g ( <b>GLUTEN, JAJA, GORCZYCA</b> ), Marchewka gotowana z groszkiem 150 g ( <b>GLUTEN</b> ), Sałatka wiosenna diet 100 g ( <b>JAJA, MLEKO</b> ), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml,	Leczo z cukini i kielbasy mr. 350 g, Chleb bałtonowski, chleb graham 90 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunkowa drobiowa (drob. wędz.parzona gruborozdr) 40 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ), Ogórek świeży 60 g, Herbata z cytryną 250 ml, Mandarynka 150 g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLEKO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2640.52 kcal; Białko ogółem: 100.55 g; Tłuszcz: 76.97 g; Węglowodany ogółem: 381.73 g; Błonnik poka mowy: 37.41 g; WW: 37.95 Por; Sód: 3440.74 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.24 g;		
<b>środa 2024-05-15</b>		
<b>Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml ( <b>MLEKO</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 80 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO</b> ), Ser mozzarella 50 g, Pomidor z kielkami 60 g, Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g, Herbata z cytryną 250 ml, Dżem porcjowy 1 szt, Cynamonka 1 szt,	Zupa selerowa z makaronem z natką pietruszki 450 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ), Filet z kurczaka pieczony z jarzynami 130 g ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Marchewka gotowana z groszkiem 150 g ( <b>GLUTEN</b> ), Sałatka wiosenna diet 100 g ( <b>JAJA, MLEKO</b> ), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml,	Leczo z cukini i szynki mr. 350 g ( <b>SOJA, SELER</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham 90 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunkowa drobiowa (drob. wędz.parzona gruborozdr) 40 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ), Sałata mix 20 g, Herbata z cytryną 250 ml, Mandarynka 150 g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLEKO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2603.90 kcal; Białko ogółem: 105.10 g; Tłuszcz: 59.52 g; Węglowodany ogółem: 407.54 g; Błonnik poka mowy: 37.00 g; WW: 40.58 Por; Sód: 3357.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.03 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-05-16</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW</b>		
<p>Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (<b>GLUTEN</b>), Chleb graham 110 g (<b>GLUTEN</b>), Masło porcjowe 15 g (<b>MLEKO</b>), Polędwica sopočka (wp. wędzona parzona) 40 g (<b>SOJA</b>), Szynka got. extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (<b>SOJA, SELER</b>), Pasta z twarogu (półt) i szynki wieprz. 60 g (<b>SOJA, MLEKO, SELER</b>), Pomidor na sałacie zielonej z natką pietruszki 70 g,</p> <p><b>II Śniadanie:</b> Bułka grahamka 1 szt (<b>GLUTEN, JAJA, ORZESZKI, SEZAM</b>), Masło 5 g (<b>MLEKO</b>), Jajko gotowane 1 szt (<b>JAJA</b>), Sałata zielona 1 g, Celestynka 1 szt,</p>	<p>Zupa julianka z ziemniakami 450 ml (<b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b>), Gyros po polsku pieczony z szynki wieprz. 100g/100ml 200 g (<b>GLUTEN, GORCZYCA</b>), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g, Brukselka gotowana z masłem 120 g (<b>MLEKO</b>), Kasza gryczana 150 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Pomarańcza 1 szt, Jogurt naturalny 1 szt,</p>	<p>Salatka z buraczków diet. 150 g (<b>JAJA, MLEKO</b>), Szynka dębicka z indyka (drob. parzona) 40 g (<b>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA, SIARCZANY</b>), Chleb graham 110 g (<b>GLUTEN</b>), Masło porcjowe 15 g (<b>MLEKO</b>), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Ogórek świeży 60 g, Sałata zielona 10 g,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b> Chleb graham 40 g (<b>GLUTEN</b>), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g (<b>MLEKO</b>),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2417.64 kcal; Białko ogółem : 115.24 g; Tłuszcz: 94.66 g; Węglowodany ogółem: 304.32 g; Błonnik poka mowy: 44.17 g; WW: 30.52 Por; Sód: 3720.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.42 g;</p>		
<b>czwartek 2024-05-16</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA</b>		
<p>Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (<b>GLUTEN</b>), Chleb graham 110 g (<b>GLUTEN</b>), Masło porcjowe . 10 g (<b>MLEKO</b>), Polędwica sopočka (wp. wędzona parzona) 40 g (<b>SOJA</b>), Pasta z twarogu (półt) i szynki wieprz. 60 g (<b>SOJA, MLEKO, SELER</b>), Szynka got. extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (<b>SOJA, SELER</b>), Pomidor na sałacie zielonej z natką pietruszki 70 g,</p> <p><b>II Śniadanie:</b> Bułka grahamka 1 szt (<b>GLUTEN, JAJA, ORZESZKI, SEZAM</b>), Masło 5 g (<b>MLEKO</b>), Jajko gotowane 1 szt (<b>JAJA</b>), Sałata zielona 1 g, Celestynka 1 szt,</p>	<p>Zupa julianka z ziemniakami 450 ml (<b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b>), Gyros po polsku pieczony z szynki wieprz. 100g/100ml 200 g (<b>GLUTEN, GORCZYCA</b>), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g, Brukselka gotowana z masłem 120 g (<b>MLEKO</b>), Kasza gryczana 150 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Pomarańcza 1 szt,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 1 szt,</p>	<p>Salatka z buraczków diet. 150 g (<b>JAJA, MLEKO</b>), Szynka dębicka z indyka (drob. parzona) 40 g (<b>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA, SIARCZANY</b>), Ogórek świeży 60 g, Sałata zielona 10 g, Chleb graham 110 g (<b>GLUTEN</b>), Masło porcjowe 15 g (<b>MLEKO</b>), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b> Chleb graham 40 g (<b>GLUTEN</b>), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g (<b>MLEKO</b>),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2381.64 kcal; Białko ogółem : 115.78 g; Tłuszcz: 92.86 g; Węglowodany ogółem: 303.69 g; Błonnik poka mowy: 44.17 g; WW: 30.42 Por; Sód: 3720.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.42 g;</p>		
<b>czwartek 2024-05-16</b>		
<b>Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.</b>		
<p>Kawa Inka na mleku 250 ml (<b>GLUTEN</b>), Chleb bałtonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 120 g (<b>GLUTEN</b>), Masło porcjowe . 10 g (<b>MLEKO</b>), Polędwica sopočka (wp. wędzona parzona) 40 g (<b>SOJA</b>), Pasta z twarogu (półt) i szynki wieprz. 60 g (<b>SOJA, MLEKO, SELER</b>), Szynka got. extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (<b>SOJA, SELER</b>), Pomidor na sałacie zielonej z natką pietruszki 70 g, Celestynka 1 szt,</p>	<p>Zupa julianka z ziemniakami 450 ml (<b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b>), Gyros po polsku pieczony z szynki wieprz. 100g/100ml 200 g (<b>GLUTEN, GORCZYCA</b>), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g, Brukselka gotowana z masłem 120 g (<b>MLEKO</b>), Kasza jęczmienna 200 g (<b>GLUTEN</b>), Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Pomarańcza 1 szt,</p>	<p>Salatka z buraczków diet. 150 g (<b>JAJA, MLEKO</b>), Szynka dębicka z indyka (drob. parzona) 40 g (<b>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA, SIARCZANY</b>), Ogórek świeży 60 g, Sałata zielona 10 g, Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (<b>GLUTEN</b>), Miód porcjowy 25 g, Masło porcjowe . 10 g (<b>MLEKO</b>), Herbata z cytryną 250 ml,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b> Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g (<b>MLEKO</b>),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2439.86 kcal; Białko ogółem : 106.38 g; Tłuszcz: 77.34 g; Węglowodany ogółem: 395.23 g; Błonnik poka mowy: 34.06 g; WW: 39.63 Por; Sód: 3654.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.45 g;</p>		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-05-16</b>		
<b>Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1</b>		
Kawa Inka na mleku 250 ml ( <b>GLUTEN</b> ), Chleb bałtonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 120 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Polędwica sopočka (wp. wędzona parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Pasta z s.topionego i szynki wieprz. 60 g ( <b>SOJA, MLEKO, SELER</b> ), Szynka got. extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g ( <b>SOJA, SELER</b> ), Pomidor na sałacie zielonej z natką pietruszki 70 g, Celestynka 1 szt,	Zupa grochowa z ziemniakami 450 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ), Gyros po polsku pieczony z szynki wieprz. 100g/100ml 200 g ( <b>GLUTEN, GORCZYCA</b> ), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g, Brukselka gotowana z masłem 120 g ( <b>MLEKO</b> ), Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLUTEN</b> ), Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Pomarańcza 1 szt,	Salatka z buraczków 150 g ( <b>JAJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ), Szynka dębicka z indyka (drob. parzona) 40 g ( <b>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA, SIARCZANY</b> ), Ogórek świeży 60 g, Sałata zielona 10 g, Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną 250 ml, Miód porcjowy 25 g, <b>Posiłek nocny:</b> Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g ( <b>MLEKO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2677.11 kcal; Białko ogółem: 105.66 g; Tłuszcz: 88.57 g; Węglowodany ogółem: 417.07 g; Błonnik poka mowy: 38.37 g; WW: 41.89 Por; Sód: 3504.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.73 g;		
<b>czwartek 2024-05-16</b>		
<b>Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Kawa Inka na mleku 250 ml ( <b>GLUTEN</b> ), Chleb bałtonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 120 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Polędwica sopočka (wp. wędzona parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Pasta z twarogu (półt) i szynki wieprz. 60 g ( <b>SOJA, MLEKO, SELER</b> ), Szynka got. extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g ( <b>SOJA, SELER</b> ), Pomidor na sałacie zielonej z natką pietruszki 70 g, Celestynka 1 szt,	Zupa julianka z ziemniakami 450 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ), Gyros po polsku pieczony z szynki wieprz. 100g/100ml 200 g ( <b>GLUTEN, GORCZYCA</b> ), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g, Brukselka gotowana z masłem 120 g ( <b>MLEKO</b> ), Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLUTEN</b> ), Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Pomarańcza 1 szt,	Salatka z buraczków diet. 150 g ( <b>JAJA, MLEKO</b> ), Szynka dębicka z indyka (drob. parzona) 40 g ( <b>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA, SIARCZANY</b> ), Ogórek świeży 60 g, Sałata zielona 10 g, Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g ( <b>GLUTEN</b> ), Miód porcjowy 25 g, Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną 250 ml, <b>Posiłek nocny:</b> Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g ( <b>MLEKO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2511.86 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 80.94 g; Węglowodany ogółem: 396.49 g; Błonnik poka mowy: 34.06 g; WW: 39.83 Por; Sód: 3654.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.45 g;		
<b>piątek 2024-05-17</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ), Chleb graham 100 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Pasta z jaj z natką pietruszki 70 g ( <b>JAJA, GORCZYCA</b> ), Ser żółty Gouda 40 g ( <b>MLEKO</b> ), Sałata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g, Papryka świeża z natką 60 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Sok owocowo-warzywny 1 szt, <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 1 szt, Płatki musli z rodzynkami 15 g,	Zupa pomidorowa z makaronem 450 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ), Filet z dorsza z jarzynami pieczony 120 g ( <b>GLUTEN, RYBY, SELER, GORCZYCA</b> ), Surówka z rzodkwi, marchewki i jabłka 120 g ( <b>JAJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ), Brokuły gotowany z wody 100 g, Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Jabłko 150 g,	Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem i jogutrem naturalnym 250 g ( <b>MLEKO</b> ), Ser biały w plastrach 70 g ( <b>MLEKO</b> ), Filet zapiekany (drobiowa, parzona) 40 g ( <b>GLUTEN, RYBY, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ), Pomidor 60 g, Roszponka 10 g, Chleb graham 80 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, <b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywny 1 szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2493.88 kcal; Białko ogółem: 109.39 g; Tłuszcz: 69.36 g; Węglowodany ogółem: 352.59 g; Błonnik poka mowy: 42.33 g; WW: 35.10 Por; Sód: 1532.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.61 g;		



Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-05-18		Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb graham 110 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Ser biały (półtusty) ze szczypiorkiem 60 g ( <b>MLEKO</b> ), Kiełbasa szynkowa wieprzowa(gruborozdr, wędz) 40 g ( <b>GLUTEN</b> , <b>SOJA</b> ), Pomidor, rzodkiewka, ogórek na sałacie zielonej 40/30/30 100 g , Pызdra schabowa(schab wieprz. wędz, parzony) 50 g , Mandarynka 150 g , <b>II Śniadanie:</b> Serwatka truskawkowa 1 szt ,	Krupnik na jarzynach 450 g ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> , <b>SELER</b> ), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> , <b>GORCZYCA</b> ), Ziemniaki z koperkiem 120 g , Surówka z kapusty kiszonej 120 g , Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLEKO</b> ), Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml , Pomarańcza 150 szt , <b>Podwieczorek:</b> Chleb graham 40 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło 5 g ( <b>MLEKO</b> ), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g ( <b>SOJA</b> ),	Pasta wieprzowo-drobiowa z jarzynami 80 g ( <b>SELER</b> ), Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 50 g , Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g ( <b>MLEKO</b> ), Chleb graham 110 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g ( <b>GLUTEN</b> ), Sok pomidorowy 200 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 13304.38 kcal; Białko ogółem: 342.04 g; Tłuszcz: 109.20 g; Węglowodany ogółem: 3156.14 g; Błonnik poka mowy: 525.44 g; WW: 310.78 Por; Sód: 3751.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.79 g;		
sobota 2024-05-18		Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 6 POSIŁKOWA
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb graham 110 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Ser biały (półtusty) ze szczypiorkiem 60 g ( <b>MLEKO</b> ), Kiełbasa szynkowa wieprzowa(gruborozdr, wędz) 40 g ( <b>GLUTEN</b> , <b>SOJA</b> ), Pызdra schabowa(schab wieprz. wędz, parzony) 50 g , Pomidor, rzodkiewka, ogórek na sałacie zielonej 40/30/30 100 g , Mandarynka 150 g , <b>II Śniadanie:</b> Serwatka truskawkowa 1 szt ,	Krupnik na jarzynach 450 g ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> , <b>SELER</b> ), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> , <b>GORCZYCA</b> ), Ziemniaki z koperkiem 120 g , Surówka z kapusty kiszonej 120 g , Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLEKO</b> ), Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml , Pomarańcza 150 szt , <b>Podwieczorek:</b> Chleb graham 40 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło 5 g ( <b>MLEKO</b> ), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g ( <b>SOJA</b> ),	Pasta wieprzowo-drobiowa z jarzynami 80 g ( <b>SELER</b> ), Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 50 g , Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g ( <b>MLEKO</b> ), Chleb graham 110 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 200 ml , Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g ( <b>GLUTEN</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 13304.38 kcal; Białko ogółem: 342.04 g; Tłuszcz: 109.20 g; Węglowodany ogółem: 3156.14 g; Błonnik poka mowy: 525.44 g; WW: 310.78 Por; Sód: 3751.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.79 g;		
sobota 2024-05-18		Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe . 10 g ( <b>MLEKO</b> ), Ser biały(półtusty) ze szczypiorkiem 60 g ( <b>MLEKO</b> ), Kiełbasa szynkowa wieprzowa(gruborozdr, wędz) 40 g ( <b>GLUTEN</b> , <b>SOJA</b> ), Pызdra schabowa(schab wieprz. wędz, parzony) 50 g , Pomidor, rzodkiewka, ogórek na sałacie zielonej 40/30/30 100 g , Herbata z cytryną 250 ml , Mandarynka 150 g ,	Krupnik na jarzynach 450 g ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> , <b>SELER</b> ), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> , <b>GORCZYCA</b> ), Surówka z kapusty kiszonej 120 g , Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLEKO</b> ), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Ciasto 70 g ( <b>GLUTEN</b> , <b>JAJA</b> , <b>MLEKO</b> , <b>ORZECHY</b> ),	Pasta wieprzowo-drobiowa z jarzynami 80 g ( <b>SELER</b> ), Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 50 g , Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g ( <b>MLEKO</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe . 10 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowy 1 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2474.48 kcal; Białko ogółem: 124.36 g; Tłuszcz: 58.51 g; Węglowodany ogółem: 369.76 g; Błonnik poka mowy: 32.44 g; WW: 36.66 Por; Sód: 2711.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.97 g;		



Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-05-19</b>		
<b>Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.</b>		
Kawa Inka na mleku 250 ml ( <b>GLUTEN</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe . 10 g ( <b>MLEKO</b> ), Jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJA</b> ), Szyunka pieczona (szyunka wp. wędz.parzona) 50 g ( <b>SOJA</b> ), Polędwica sopocka ( wp. wędzona parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Pomidor z kielkami 60 g , Sałata mix 10 g ,	Zupa szpinakowa z makaronem 450 g ( <b>GLUTEN , MLEKO , SELER</b> ), Schab pieczony z morelą w sosie własnym 120g/150ml 270 g ( <b>GLUTEN</b> ), Buraczki na gorąco 160 g ( <b>GLUTEN</b> ), Bukiet warzyw z wody 120 g ( <b>SELER</b> ), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml , Piernik 70 g ( <b>GLUTEN , JAJA</b> ), Pomarańcza 1 szt ,	Sałatka warzywna m 150 g ( <b>JAJA</b> ), Szyunka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Kielbasa żywiecka (wieprz. wędzona parzona) 40 g ( <b>SOJA , MLEKO</b> ), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g ( <b>MLEKO</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe . 10 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt pitny 1 szt ( <b>MLEKO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2641.03 kcal; Białko ogółem: 118.46 g; Tłuszcz: 79.48 g; Węglowodany ogółem: 361.85 g; Błonnik pokarmowy: 38.76 g; WW: 35.92 Por; Sód: 2645.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.25 g;		
<b>niedziela 2024-05-19</b>		
<b>Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1</b>		
Kawa Inka na mleku 250 ml ( <b>GLUTEN</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Jajko w majonezie 50g/25 1 szt ( <b>JAJA , MLEKO , GORCZYCA</b> ), Polędwica sopocka ( wp. wędzona parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Szyunka pieczona (szyunka wp. wędz.parzona) 50 g ( <b>SOJA</b> ), Pomidor z kielkami 60 g , Sałata mix 10 g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 450 ml ( <b>GLUTEN , MLEKO , SELER</b> ), Schab pieczony z morelą w sosie własnym 120g/150ml 270 g ( <b>GLUTEN</b> ), Buraczki na gorąco 160 g ( <b>GLUTEN</b> ), Bukiet warzyw z wody 120 g ( <b>SELER</b> ), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml , Piernik 70 g ( <b>GLUTEN , JAJA</b> ), Pomarańcza 1 szt ,	Sałatka szwedzka 130 g ( <b>JAJA , MLEKO , GORCZYCA</b> ), Szyunka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Kielbasa żywiecka (wieprz. wędzona parzona) 40 g ( <b>SOJA , MLEKO</b> ), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g ( <b>MLEKO</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt pitny 1 szt ( <b>MLEKO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2796.57 kcal; Białko ogółem: 120.73 g; Tłuszcz: 87.85 g; Węglowodany ogółem: 370.20 g; Błonnik pokarmowy: 37.46 g; WW: 36.80 Por; Sód: 3403.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.77 g;		
<b>niedziela 2024-05-19</b>		
<b>Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Kawa Inka na mleku 250 ml ( <b>GLUTEN</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJA</b> ), Szyunka pieczona (szyunka wp. wędz.parzona) 50 g ( <b>SOJA</b> ), Polędwica sopocka ( wp. wędzona parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Pomidor z kielkami 60 g , Sałata mix 10 g ,	Zupa szpinakowa z makaronem 450 g ( <b>GLUTEN , MLEKO , SELER</b> ), Schab pieczony z morelą w sosie własnym 120g/150ml 270 g ( <b>GLUTEN</b> ), Buraczki na gorąco 160 g ( <b>GLUTEN</b> ), Bukiet warzyw z wody 120 g ( <b>SELER</b> ), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml , Piernik 70 g ( <b>GLUTEN , JAJA</b> ), Pomarańcza 1 szt ,	Sałatka warzywna m 150 g ( <b>JAJA</b> ), Szyunka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Kielbasa żywiecka (wieprz. wędzona parzona) 40 g ( <b>SOJA , MLEKO</b> ), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g ( <b>MLEKO</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt pitny 1 szt ( <b>MLEKO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2713.03 kcal; Białko ogółem: 117.38 g; Tłuszcz: 83.08 g; Węglowodany ogółem: 363.11 g; Błonnik pokarmowy: 38.76 g; WW: 36.12 Por; Sód: 2645.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.25 g;		
<b>poniedziałek 2024-05-20</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW</b>		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb graham 100 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Twarożek (półtusty) z koperkiem 60 g ( <b>MLEKO</b> ), Pomidor 60 g , Szyunkowa drobiowa (drob. wędz.parzona gruborozdr) 40 g ( <b>GLUTEN , SOJA , MLEKO , SELER , GORCZYCA</b> ), Rzodkiew biała z jabłkiem 80 g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka Przecławska (wędzonka wieprz, wędz. parz) 50 g , Kiwi 100 g , <b>II Śniadanie:</b> Chleb graham 40 g ( <b>GLUTEN</b> ), Szyunka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g ( <b>SOJA</b> ), Masło 5 g ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa na s.ogórkowym z ziemniakami 450 ml ( <b>GLUTEN , MLEKO , SELER</b> ), Bitki z fileta drobiowego duszone 100g/150ml 250 g ( <b>GLUTEN , SELER , GORCZYCA</b> ), Surówka z marchwi i jabłka 120 g ( <b>MLEKO</b> ), Ryż brązowy na sytko 200 g , Kompot wielowocowy bez cukru 200 ml , Brokuły gotowany z masłem 100 g ( <b>MLEKO</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Mandarynka 150 g ,	Kornetki z wody gotowane (wieprz.drobnorozdr, wędzona, parzona) 80 g ( <b>GLUTEN , SOJA</b> ), Ketchup 20 g ( <b>GORCZYCA</b> ), Polędwica sopocka ( wp. wędzona parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Pomidor na sałacie zielonej z natką pietruszki 70 g , Chleb graham 80 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Ser deliser plastry 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> Chleb graham 40 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło 5 g ( <b>MLEKO</b> ), Twarożek sernikowy 50 g ( <b>MLEKO</b> ), Sałata zielona 0.1 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2432.84 kcal; Białko ogółem: 138.39 g; Tłuszcz: 82.94 g; Węglowodany ogółem: 305.04 g; Błonnik pokarmowy: 48.18 g; WW: 30.57 Por; Sód: 2194.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.04 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-05-20</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA</b>		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb graham 100 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Twarożek (półtłusty) z koperkiem 60 g ( <b>MLEKO</b> ), Pomidor 60 g, Szynkowa drobiowa (drob. wędz.parzona gruborozdr) 40 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ), Rzodkiew biała z jabłkiem 80 g ( <b>MLEKO</b> ), Szynka Przecławka (wędzonka wieprz, wędz, parz) 50 g, Kiwi 100 g, <b>II Śniadanie:</b> Chleb graham 40 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło 5 g ( <b>MLEKO</b> ), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g ( <b>SOJA</b> ),	Zupa na s.ogórkowym z ziemniakami 450 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ), Bitki z fileta drobiowego duszone 100g/150ml 250 g ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Surówka z marchwi i jabłka 120 g ( <b>MLEKO</b> ), Ryż brazowy na sypko 200 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Mandarynka 150 g, Brokuły gotowany z masłem 100 g ( <b>MLEKO</b> ),	Kornetki z wody gotowane (wieprz.drobnorozdr, wędzona, parzona) 80 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ), Ketchup 20 g ( <b>GORCZYCA</b> ), Pomidor na sałacie zielonej z natką pietruszki 70 g, Chleb graham 80 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Polędwica sopočka (wp. wędzona parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Ser deliser plastry 50 g, <b>Posiłek nocny:</b> Chleb graham 40 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło 5 g ( <b>MLEKO</b> ), Twarożek sernikowy 50 g ( <b>MLEKO</b> ), Sałata zielona 0.1 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2432.84 kcal; Białko ogółem: 138.39 g; Tłuszcz: 82.94 g; Węglowodany ogółem: 305.04 g; Błonnik poka mowy: 48.18 g; WW: 30.57 Por; Sód: 2194.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.04 g;		
<b>poniedziałek 2024-05-20</b>		
<b>Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurudzianą 300 ml ( <b>MLEKO</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe . 10 g ( <b>MLEKO</b> ), Twarożek (półtłusty) z koperkiem 60 g ( <b>MLEKO</b> ), Szynkowa drobiowa (drob. wędz.parzona gruborozdr) 40 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ), Szynka Przecławka (wędzonka wieprz, wędz, parz) 50 g, Pomidor 60 g, Rzodkiew biała z jabłkiem 80 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną 250 ml, Kiwi 100 g,	Zupa na s.ogórkowym z ziemniakami 450 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ), Bitki z fileta drobiowego duszone 100g/150ml 250 g ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Surówka z marchwi i jabłka 120 g ( <b>MLEKO</b> ), Ryż brazowy na sypko 200 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Ciasto 70 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, ORZECHY</b> ), Brokuły gotowany z masłem 100 g ( <b>MLEKO</b> ),	Kornetki z wody gotowane (wieprz.drobnorozdr, wędzona, parzona) 80 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ), Ketchup 20 g ( <b>GORCZYCA</b> ), Pomidor na sałacie zielonej z natką pietruszki 70 g, Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g ( <b>GLUTEN</b> ), Polędwica sopočka (wp. wędzona parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Ser deliser plastry 50 g, Masło porcjowe . 10 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną 250 ml, <b>Posiłek nocny:</b> Jabłko pieczone 1 szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2764.78 kcal; Białko ogółem: 131.04 g; Tłuszcz: 77.04 g; Węglowodany ogółem: 404.78 g; Błonnik poka mowy: 43.41 g; WW: 40.34 Por; Sód: 2312.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.71 g;		
<b>poniedziałek 2024-05-20</b>		
<b>Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurudzianą 300 ml ( <b>MLEKO</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 130 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Ser topiony 40 g ( <b>MLEKO</b> ), Szynkowa drobiowa (drob. wędz.parzona gruborozdr) 40 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ), Szynka Przecławka (wędzonka wieprz, wędz, parz) 50 g, Pomidor 60 g, Rzodkiew biała z jabłkiem 80 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną 250 ml, Kiwi 100 g,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 450 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ), Bitki z fileta drobiowego duszone 100g/150ml 250 g ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Ryż brazowy na sypko 200 g, Surówka z marchwi i jabłka 120 g ( <b>MLEKO</b> ), Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Ciasto 70 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, ORZECHY</b> ), Brokuły gotowany z masłem 100 g ( <b>MLEKO</b> ),	Kornetki z wody gotowane (wieprz.drobnorozdr, wędzona, parzona) 80 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ), Ketchup 20 g ( <b>GORCZYCA</b> ), Pomidor na sałacie zielonej z natką pietruszki 70 g, Polędwica sopočka (wp. wędzona parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Ser deliser plastry 50 g, Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną 250 ml, <b>Posiłek nocny:</b> Jabłko pieczone 1 szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2934.08 kcal; Białko ogółem: 115.72 g; Tłuszcz: 89.87 g; Węglowodany ogółem: 412.25 g; Błonnik poka mowy: 44.08 g; WW: 41.18 Por; Sód: 2475.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.45 g;		
<b>poniedziałek 2024-05-20</b>		
<b>Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurudzianą 300 ml ( <b>MLEKO</b> ), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Twarożek (półtłusty) z koperkiem 60 g ( <b>MLEKO</b> ), Szynkowa drobiowa (drob. wędz.parzona gruborozdr) 40 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ), Szynka Przecławka (wędzonka wieprz, wędz, parz) 50 g, Pomidor 60 g, Rzodkiew biała z jabłkiem 80 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną 250 ml, Kiwi 100 g,	Zupa na s.ogórkowym z ziemniakami 450 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ), Bitki z fileta drobiowego duszone 100g/150ml 250 g ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Surówka z marchwi i jabłka 120 g ( <b>MLEKO</b> ), Ryż brazowy na sypko 200 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Ciasto 70 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, ORZECHY</b> ), Brokuły gotowany z masłem 100 g ( <b>MLEKO</b> ),	Kornetki z wody gotowane (wieprz.drobnorozdr, wędzona, parzona) 80 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ), Ketchup 20 g ( <b>GORCZYCA</b> ), Pomidor na sałacie zielonej z natką pietruszki 70 g, Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g ( <b>GLUTEN</b> ), Polędwica sopočka (wp. wędzona parzona) 40 g ( <b>SOJA</b> ), Ser deliser plastry 50 g, Masło porcjowe 15 g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata z cytryną 250 ml, <b>Posiłek nocny:</b> Jabłko pieczone 1 szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2836.78 kcal; Białko ogółem: 129.96 g; Tłuszcz: 80.64 g; Węglowodany ogółem: 406.04 g; Błonnik poka mowy: 43.41 g; WW: 40.54 Por; Sód: 2312.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.71 g;		

**Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK****Śniadanie  
II Śniadanie****Obiad  
Podwieczorek****Kolacja  
Posiłek nocny**

Dietetyk

Kier. działu żywienia

.....

.....