

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-05-21		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Chleb graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g, Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER), Seler naciowy z jabłkiem 80 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g, II Śniadanie: Jogurt naturalny 1 szt,	Zupa koperkowa z makaronem diet 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Pierś z indyka pieczona w glazurze miodowej 100 g (GLUTEN, MLEKO, GORCZYCA), Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Kalafor gotowany z masłem 120 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Arbus 160 g,	Pasta z twa rogu (półt) z tuńczykiem 80 g (RYBY, SOJA, MLEKO), Kielbasa szynkowa wieprzowa (gruborozdr, wędz) 40 g (GLUTEN, SOJA), Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 50 g (JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek świeży 60 g, Chleb graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Chleb graham 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Sałata zielona 10 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2085.58 kcal; Białko ogółem: 120.72 g; Tłuszcz: 74.56 g; Węglowodany ogółem: 228.68 g; Błonnik poka mowy: 31.65 g; WW: 23.00 Por; Sód: 2341.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.46 g;		
wtorek 2024-05-21		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Chleb graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g, Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER), Seler naciowy z jabłkiem 80 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g, II Śniadanie: Jogurt naturalny 1 szt,	Zupa koperkowa z makaronem diet 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Pierś z indyka pieczona w glazurze miodowej 100 g (GLUTEN, MLEKO, GORCZYCA), Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Kalafor gotowany z masłem 120 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Podwieczorek: Arbus 160 g,	Pasta z twa rogu (półt) z tuńczykiem 80 g (RYBY, SOJA, MLEKO), Kielbasa szynkowa wieprzowa (gruborozdr, wędz) 40 g (GLUTEN, SOJA), Ogórek świeży 60 g, Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 50 g (JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA, SEZAM), Chleb graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Chleb graham 40 g (GLUTEN), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Masło 5 g (MLEKO), Sałata zielona 10 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2085.58 kcal; Białko ogółem: 120.72 g; Tłuszcz: 74.56 g; Węglowodany ogółem: 228.68 g; Błonnik poka mowy: 31.65 g; WW: 23.00 Por; Sód: 2341.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.46 g;		
wtorek 2024-05-21		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN, MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, bułka kajzerka 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g, Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g, Seler naciowy z jabłkiem 80 g, Herbata z cytryną 250 ml,	Zupa koperkowa z makaronem diet 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Pierś z indyka pieczona w glazurze miodowej 100 g (GLUTEN, MLEKO, GORCZYCA), Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Kalafor gotowany z masłem 120 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Arbus 160 g,	Pasta z twa rogu (półt) z tuńczykiem 80 g (RYBY, SOJA, MLEKO), Kielbasa szynkowa wieprzowa (gruborozdr, wędz) 40 g (GLUTEN, SOJA), Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 50 g (JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 60 g, Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Pomarańcza 150 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 13732.24 kcal; Białko ogółem: 359.09 g; Tłuszcz: 117.12 g; Węglowodany ogółem: 3243.19 g; Błonnik poka mowy: 518.07 g; WW: 319.34 Por; Sód: 3215.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.75 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-05-21		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, bułka kajzerka 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Szynekowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr.) 40 g , Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr., parzona 50 g (GLUTEN , SOJA , SELER), Seler naciowy z jabłkiem 80 g , Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g , Herbata z cytryną 250 ml ,	Zupa fasolowa z makaronem 450 g (GLUTEN , SELER), Pierś z indyka pieczona w glazurze miodowej 100 g (GLUTEN , MLEKO , GORCZYCA), Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g , Kalafior gotowany z masłem 120 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml , Arbuż 160 g ,	Pasta z twa rogu (półt) z tuńczykiem 80 g (RYBY, SOJA, MLEKO), Kielbasa szynkowa wieprzowa (gruborozdr., wędz.) 40 g (GLUTEN , SOJA), Szynek got. z kurczaka (drob. parzona) 50 g (JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA , SEZAM), Ogórek świeży 60 g , Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Pomarańcza 150 szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 13873.02 kcal; Białko ogółem: 364.40 g; Tłuszcz: 122.29 g; Węglowodany ogółem: 3256.09 g; Błonnik pokarmowy: 522.61 g; WW: 320.72 Por; Sód: 3642.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.02 g;		
wtorek 2024-05-21		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, bułka kajzerka 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Szynekowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr.) 40 g , Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr., parzona 50 g (GLUTEN , SOJA , SELER), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g , Seler naciowy z jabłkiem 80 g , Herbata z cytryną 250 ml ,	Zupa koperkowa z makaronem diet 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Pierś z indyka pieczona w glazurze miodowej 100 g (GLUTEN , MLEKO , GORCZYCA), Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g , Kalafior gotowany z masłem 120 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml , Arbuż 160 g ,	Pasta z twa rogu (półt) z tuńczykiem 80 g (RYBY, SOJA, MLEKO), Kielbasa szynkowa wieprzowa (gruborozdr., wędz.) 40 g (GLUTEN , SOJA), Szynek got. z kurczaka (drob. parzona) 50 g (JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA , SEZAM), Pomidor 60 g , Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Pomarańcza 150 szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 13804.24 kcal; Białko ogółem: 358.01 g; Tłuszcz: 120.72 g; Węglowodany ogółem: 3244.45 g; Błonnik pokarmowy: 518.07 g; WW: 319.54 Por; Sód: 3215.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.75 g;		
środa 2024-05-22		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr., parzona 40 g (GLUTEN , SOJA , SELER), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Papryka świeża 60 g , Ser mozzarella 50 g , Sałata mix 10 g , Pomidor z kielkami 60 g , II Śniadanie: Bułka grahamka 1 szt (GLUTEN , JAJA , ORZESZKI , SEZAM), Masło 5 g (MLEKO), Szynekowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr.) 40 g ,	Zupa z serków topionych z makaronem 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (GLUTEN , JAJA , GORCZYCA), Fasolka szparagowa z wody 150 g , Ziemniaki z koperkiem 120 g , Kompot wielowocowy bez cukru 200 ml , Mandarynka 150 g , Brokuły gotowany z wody 100 g ,	Risotto z ryżu brązowego i jarzyczkami 350 g (SELER), Szynek kons. (blokowa wieprz. z k. mięsa parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami 80 g , Sos pomidorowy 150 g (GLUTEN), Chleb graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Posiłek nocny: Jogurt skyr naturalny 1 szt , Płatki musli z rodzynkami 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2473.83 kcal; Białko ogółem: 112.54 g; Tłuszcz: 87.13 g; Węglowodany ogółem: 307.02 g; Błonnik pokarmowy: 44.97 g; WW: 30.69 Por; Sód: 3210.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.59 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-05-22		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN, SOJA, SELER), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Papryka świeża 60 g, Ser mozzarella 50 g, Sałata mix 10 g, Pomidor z kielkami 60 g, II Śniadanie: Bułka grahamka 1 szt (GLUTEN, JAJA, ORZESZKI, SEZAM), Masło 5 g (MLEKO), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g,	Zupa z serków topionych z makaronem 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (GLUTEN, JAJA, GORCZYCA), Fasolka szparagowa z wody 150 g, Brokuły gotowany z wody 100 g, Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wielowocowy bez cukru 200 ml, Podwieczorek: Mandarynka 150 g,	Risotto z ryżu brązowego i jarzými 350 g (SELER), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Sos pomidorowy 150 g (GLUTEN), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami 80 g, Chleb graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt skyr naturalny 1 szt, Płatki musli z rodzynkami 15 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2473.83 kcal; Białko ogółem : 112.54 g; Tłuszcz: 87.13 g; Węglowodany ogółem : 307.02 g; Błonnik poka mowy: 44.97 g; WW: 30.69 Por; Sód: 3210.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.59 g;		
środa 2024-05-22		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN, MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN, SOJA, SELER), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Pomidor 60 g, Ser mozzarella 50 g, Sałata mix 10 g, Pomidor z kielkami 60 g, Herbata z cytryną 250 ml,	Zupa z serków topionych z makaronem 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (GLUTEN, JAJA, GORCZYCA), Cwikła z jabłkiem 120 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml, Mandarynka 150 g, Brokuły gotowany z wody 100 g,	Risotto z ryżu brązowego i jarzými 350 g (SELER), Sos pomidorowy 150 g (GLUTEN), Chleb bałtonowski, chleb graham 100 g (GLUTEN), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami 80 g, Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt skyr 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2732.82 kcal; Białko ogółem : 117.04 g; Tłuszcz: 80.42 g; Węglowodany ogółem : 391.55 g; Błonnik poka mowy: 39.08 g; WW: 38.88 Por; Sód: 3406.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.82 g;		
środa 2024-05-22		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN, MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN, SOJA, SELER), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Sałata mix 10 g, Ser mozzarella 50 g, Papryka świeża 60 g, Herbata z cytryną 250 ml, Pomidor z kielkami 60 g,	Zupa z serków topionych z makaronem 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (GLUTEN, JAJA, GORCZYCA), Cwikła z jabłkiem 120 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml, Mandarynka 150 g, Brokuły gotowany z wody 100 g,	Risotto z ryżu brązowego i jarzými 350 g (SELER), Sos pomidorowy 150 g (GLUTEN), Chleb bałtonowski, chleb graham 100 g (GLUTEN), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami 80 g, Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt skyr 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2813.82 kcal; Białko ogółem : 116.27 g; Tłuszcz: 84.22 g; Węglowodany ogółem : 394.90 g; Błonnik poka mowy: 39.64 g; WW: 39.31 Por; Sód: 3403.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.86 g;		
środa 2024-05-22		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN, MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN, SOJA, SELER), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Pomidor 60 g, Ser mozzarella 50 g, Sałata mix 10 g, Pomidor z kielkami 60 g, Herbata z cytryną 250 ml,	Zupa z serków topionych z makaronem 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (GLUTEN, JAJA, GORCZYCA), Cwikła z jabłkiem 120 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml, Mandarynka 150 g, Brokuły gotowany z wody 100 g,	Risotto z ryżu brązowego i jarzými 350 g (SELER), Sos pomidorowy 150 g (GLUTEN), Chleb bałtonowski, chleb graham 100 g (GLUTEN), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami 80 g, Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt skyr 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2804.82 kcal; Białko ogółem : 115.96 g; Tłuszcz: 84.02 g; Węglowodany ogółem : 392.81 g; Błonnik poka mowy: 39.08 g; WW: 39.08 Por; Sód: 3406.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.82 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-05-23		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (GLUTEN), Chleb graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Polędwica sopočka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Twarożek (półtłusty) 60 g (MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (JAJA), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (GLUTEN , SOJA, MLEKO), Kiwi 100 g , II Śniadanie: Chleb graham 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Sałata zielona 10 g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Sztuka mięsa w sosie własnym 100g /150ml 250 g (GLUTEN), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g , Kasza gryczana 150 g , Sałata lodowa z s.ogrodowym 80 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml , Sałatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO),	Sałatka jarzynowa mr 130 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g , Chleb graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz.parzony) 50 g , Pomidor 60 g , Posiłek nocny: Chleb graham 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 30 g (JAJA, SOJA, MLEKO , GORCZYCA , SEZAM), Sałata zielona 10 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2347.88 kcal; Białko ogółem: 130.31 g; Tłuszcz: 88.62 g; Węglowodany ogółem: 294.33 g; Błonnik poka mowy: 43.71 g; WW: 29.36 Por; Sód: 2912.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.40 g;		
czwartek 2024-05-23		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 6 POSIŁKOWA		
Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (GLUTEN), Chleb graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Polędwica sopočka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Twarożek (półtłusty) 60 g (MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (JAJA), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (GLUTEN , SOJA, MLEKO), Kiwi 100 g , II Śniadanie: Chleb graham 40 g (GLUTEN), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Masło 5 g (MLEKO), Sałata zielona 10 g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Sztuka mięsa w sosie własnym 100g /150ml 250 g (GLUTEN), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g , Sałata lodowa z s.ogrodowym 80 g , Kasza gryczana 150 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml , Podwieczorek: Sałatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO),	Sałatka jarzynowa mr 130 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g , Chleb graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz.parzony) 50 g , Pomidor 60 g , Posiłek nocny: Chleb graham 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 30 g (JAJA, SOJA, MLEKO , GORCZYCA , SEZAM), Sałata zielona 10 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2347.88 kcal; Białko ogółem: 130.31 g; Tłuszcz: 88.62 g; Węglowodany ogółem: 294.33 g; Błonnik poka mowy: 43.71 g; WW: 29.36 Por; Sód: 2912.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.40 g;		
czwartek 2024-05-23		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Polędwica sopočka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Twarożek (półtłusty) 60 g (MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (JAJA), Dżem porcjowy 1 szt , Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (GLUTEN , SOJA, MLEKO), Kiwi 100 g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Sztuka mięsa w sosie własnym 100g /150ml 250 g (GLUTEN), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g , Sałata lodowa z s.ogrodowym 80 g , Kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN), Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Sałatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO),	Sałatka jarzynowa mr 130 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g , Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz.parzony) 50 g , Pomidor 60 g , Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2533.82 kcal; Białko ogółem: 124.33 g; Tłuszcz: 70.55 g; Węglowodany ogółem: 364.80 g; Błonnik poka mowy: 36.13 g; WW: 36.50 Por; Sód: 2741.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.25 g;		
czwartek 2024-05-23		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN), Chleb bałtonowski, chleb graham, bułka kajzerka 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Polędwica sopočka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Serek topiony 17g 2 szt (JAJA, MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (JAJA), Dżem porcjowy 1 szt , Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (GLUTEN , SOJA, MLEKO), Kiwi 100 g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Sztuka mięsa gotowana w sosie chrzanowym 100g/150ml 250 g (GLUTEN , MLEKO , SIARCZANY), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g , Sałata lodowa z s.ogrodowym 80 g , Kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN), Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Sałatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO),	Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g , Sałatka jarzynowa mr 130 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz.parzony) 50 g , Ogórek świeży 60 g , Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2729.09 kcal; Białko ogółem: 118.73 g; Tłuszcz: 98.23 g; Węglowodany ogółem: 387.22 g; Błonnik poka mowy: 36.27 g; WW: 39.00 Por; Sód: 3515.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.74 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-05-23		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Twarożek (półtusty) 60 g (MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (JAJA), Dżem porcjowy 1 szt., Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Kiwi 100 g,	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Sztuka mięsa w sosie własnym 100g/150ml 250 g (GLUTEN), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g, Sałata lodowa z s.ogrodowym 80 g, Kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN), Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml, Sałatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO),	Sałatka jarzynowa mr 130 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g, Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz.parzony) 50 g, Pomidor 60 g, Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt.,
Wartości odżywcze: Energia : 2605.82 kcal; Białko ogółem: 123.25 g; Tłuszcz: 74.15 g; Węglowodany ogółem: 366.06 g; Błonnik pokarmowy: 36.13 g; WW: 36.70 Por; Sód: 2741.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.25 g;		
piątek 2024-05-24		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Herbata bez cukru 250 ml, Chleb graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pasta z twarogu(półtł) z makrelą w s.pomid. 70 g (GLUTEN, RYBY, MLEKO, GORCZYCA), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Ogórek świeży 60 g, Sos jogurtowy 30 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA), Ser mozzarella 50 g, Rukola 10 g, II Śniadanie: Chleb graham 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 30 g,	Zupa ryżowa 450 ml (SELER), Dorsz pieczony w sosie greckim 100g/120g b/g 220 g (RYBY, SELER, GORCZYCA), Surówka z kapusty kiszanej 120 g, Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wielowocowy bez cukru 200 ml, Podwieczerek: Jabłko 150 g,	Makaron spaghetti ze szpinakiem i serem fetą 350 g (GLUTEN, MLEKO), Sałata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g, Ser deliser plaster 50 g, Chleb graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pomidor 60 g, Herbata bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Serwatka truskawkowa 1 szt.,
Wartości odżywcze: Energia : 2383.63 kcal; Białko ogółem: 94.46 g; Tłuszcz: 78.45 g; Węglowodany ogółem: 304.90 g; Błonnik pokarmowy: 35.68 g; WW: 30.51 Por; Sód: 2603.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.92 g;		
piątek 2024-05-24		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Herbata bez cukru 250 ml, Chleb graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pasta z twarogu(półtł) z makrelą w s.pomid. 70 g (GLUTEN, RYBY, MLEKO, GORCZYCA), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Ogórek świeży 60 g, Sos jogurtowy 30 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA), Ser mozzarella 50 g, Rukola 10 g, II Śniadanie: Chleb graham 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 30 g,	Zupa ryżowa 450 ml (SELER), Dorsz pieczony w sosie greckim 100g/120g b/g 220 g (RYBY, SELER, GORCZYCA), Surówka z kapusty kiszanej 120 g, Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wielowocowy bez cukru 200 ml, Podwieczerek: Jabłko 150 g,	Makaron spaghetti ze szpinakiem i serem fetą 350 g (GLUTEN, MLEKO), Sałata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g, Ser deliser plaster 50 g, Pomidor 60 g, Chleb graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Serwatka truskawkowa 1 szt.,
Wartości odżywcze: Energia : 2383.63 kcal; Białko ogółem: 94.46 g; Tłuszcz: 78.45 g; Węglowodany ogółem: 304.90 g; Błonnik pokarmowy: 35.68 g; WW: 30.51 Por; Sód: 2603.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.92 g;		
piątek 2024-05-24		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z kaszą kukurudzianą 300 ml (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Pasta z twarogu(półtł) z makrelą w s.pomid. 70 g (GLUTEN, RYBY, MLEKO, GORCZYCA), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Pomidor z kielkami 60 g, Herbata z cytryną 250 ml, Sos jogurtowy 30 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA), Ser mozzarella 50 g, Rukola 10 g,	Zupa ryżowa 450 ml (SELER), Dorsz pieczony w sosie greckim 100g/120g b/g 220 g (RYBY, SELER, GORCZYCA), Surówka z kapusty kiszanej diet. 120 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml, Jabłko 150 g,	Makaron spaghetti ze szpinakiem i serem fetą 350 g (GLUTEN, MLEKO), Ser deliser plaster 50 g, Sałata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g, Pomidor 60 g, Chleb bałtonowski, chleb graham 90 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Serwatka truskawkowa 1 szt.,
Wartości odżywcze: Energia : 2713.95 kcal; Białko ogółem: 104.32 g; Tłuszcz: 79.00 g; Węglowodany ogółem: 390.35 g; Błonnik pokarmowy: 33.05 g; WW: 38.77 Por; Sód: 2875.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.76 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-05-24		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pasta z twarogu (półt) z makrelą w s. pomid. 70 g (GLUTEN, RYBY, MLEKO, GORCZYCA), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Ogórek świeży ze szczypiorkiem 50 g, Herbata z cukrem 250 ml, Sos jogurtowy 30 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA), Ser mozzarella 50 g, Rukola 10 g,	Zupa rumfordzka 450 ml (SELER), Dorsz pieczony w sosie greckim 100g/120g b/g 220 g (RYBY, SELER, GORCZYCA), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Surówka z kapusty kiszanej diet. 120 g, Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml, Gruszka 1 szt,	Racuchy drożdżowe 200 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Ser żółty Edam 40 g (MLEKO), Ser deliser plasrty 50 g, Sałata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g, Chleb bałtonowski, chleb graham 90 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Serwatka truskawkowa 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 3055.47 kcal; Białko ogółem: 126.67 g; Tłuszcz: 106.58 g; Węglowodany ogółem: 393.97 g; Błonnik pokarmowy: 36.27 g; WW: 39.22 Por; Sód: 2392.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.06 g;		
piątek 2024-05-24		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pasta z twarogu (półt) z makrelą w s. pomid. 70 g (GLUTEN, RYBY, MLEKO, GORCZYCA), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Pomidor z kielkami 60 g, Herbata z cukrem 250 ml, Sos jogurtowy 30 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA), Ser mozzarella 50 g, Rukola 10 g,	Zupa ryżowa 450 ml (SELER), Dorsz pieczony w sosie greckim 100g/120g b/g 220 g (RYBY, SELER, GORCZYCA), Surówka z kapusty kiszanej diet. 120 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml, Jabłko 150 g,	Makaron spaghetti ze szpinakiem i serem feta 350 g (GLUTEN, MLEKO), Ser deliser plasrty 50 g, Sałata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g, Pomidor 60 g, Chleb bałtonowski, chleb graham 90 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Serwatka truskawkowa 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2768.13 kcal; Białko ogółem: 103.17 g; Tłuszcz: 82.57 g; Węglowodany ogółem: 387.16 g; Błonnik pokarmowy: 32.87 g; WW: 38.52 Por; Sód: 2875.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.76 g;		
sobota 2024-05-25		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Herbata bez cukru 250 ml, Chleb graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szyńka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Ogórek świeży 60 g, Sałata mix 10 g, Szyńka pieczona (szyńka wp. wędz.parzona) 50 g (SOJA), Grejfrut 130 g, II Śniadanie: Jogurt naturalny 1 szt, Waffle ryżowe 20 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Udko z kurczaka gotowane 1 szt, Fasolka szparagowa z wody 150 g, Kasza bulgur na sypko 150 g (MLEKO), Kompot wielowocowy bez cukru 200 ml, Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Podwieczorek: Sok pomidorowy 200 ml,	Pasta z twarogu (półt) i szynki wieprz. 80 g (SOJA, MLEKO, SELER), Kielbasa ż ywiecka (wieprz. wędzona parzona) 40 g (SOJA, MLEKO), Jajecznicza na maśle 90 g (JAJA, MLEKO), Pomidor 60 g, Chleb graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Chleb graham 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Szyńkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 30 g, Sałata zielona 10 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2562.63 kcal; Białko ogółem: 168.84 g; Tłuszcz: 97.38 g; Węglowodany ogółem: 266.55 g; Błonnik pokarmowy: 37.01 g; WW: 26.66 Por; Sód: 3982.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.51 g;		
sobota 2024-05-25		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Herbata bez cukru 250 ml, Chleb graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szyńka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Ogórek świeży 60 g, Sałata mix 10 g, Szyńka pieczona (szyńka wp. wędz.parzona) 50 g (SOJA), Grejfrut 130 g, II Śniadanie: Jogurt naturalny 1 szt, Waffle ryżowe 20 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Udko z kurczaka gotowane 1 szt, Fasolka szparagowa z wody 150 g, Kasza bulgur na sypko 150 g (MLEKO), Kompot wielowocowy bez cukru 200 ml, Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Podwieczorek: Sok pomidorowy 200 ml,	Pasta z twarogu (półt) i szynki wieprz. 80 g (SOJA, MLEKO, SELER), Kielbasa ż ywiecka (wieprz. wędzona parzona) 40 g (SOJA, MLEKO), Jajecznicza na maśle 90 g (JAJA, MLEKO), Pomidor 60 g, Chleb graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Chleb graham 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Szyńkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 30 g, Sałata zielona 10 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2562.63 kcal; Białko ogółem: 168.84 g; Tłuszcz: 97.38 g; Węglowodany ogółem: 266.55 g; Błonnik pokarmowy: 37.01 g; WW: 26.66 Por; Sód: 3982.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.51 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-05-25		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Herbata z cytryną 250 ml , Chleb graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Ogórek świeży 60 g, Sałata mix 10 g, Szynka pieczona (szynka wp. wędz.parzona) 50 g (SOJA), Grejfrut 130 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Udko z kurczaka gotowane 1 szt, Fasolka szparagowa z wody 150 g, Kasza bulgur na sypko 150 g (MLEKO), Kompot wielowocowy bez cukru 200 ml, Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Podwieczorek: Sok pomidorowy 200 ml,	Pasta z twarogu (pólt) i szynki wieprz. 80 g (SOJA, MLEKO, SELER), Kielbasa ż ywiecka (wieprz. wędzona parzona) 40 g (SOJA, MLEKO), Jajecznica na maśle 90 g (JAJA, MLEKO), Pomidor 60 g, Chleb graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt pitny 1 szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2319.48 kcal; Białko ogółem: 158.23 g; Tłuszcz: 85.96 g; Węglowodany ogółem: 253.90 g; Błonnik pokarmowy: 34.25 g; WW: 25.30 Por; Sód: 3385.40 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.93 g;		
sobota 2024-05-25		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN, MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Ogórek świeży 60 g, Herbata z cukrem 250 ml, Sałata mix 10 g, Szynka pieczona (szynka wp. wędz.parzona) 50 g (SOJA),	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Udko z kurczaka pieczone 1 g (GORCZYCA), Fasolka szpa ragowa z masłem 150 g (MLEKO), Kasza bulgur na sypko 200 g (MLEKO), Jabłko 150 g, Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml,	Pasta z stopionego i szynki wieprz. 80 g (SOJA, MLEKO, SELER), Jajecznica na maśle 90 g (JAJA, MLEKO), Kielbasa żywiecka (wieprz. wędzona parzona) 40 g (SOJA, MLEKO), Pomidor 60 g, Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt pitny 1 szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2569.22 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 86.35 g; Węglowodany ogółem: 338.00 g; Błonnik pokarmowy: 34.94 g; WW: 33.58 Por; Sód: 2332.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.53 g;		
sobota 2024-05-25		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN, MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Pomidor z kielkami 60 g, Herbata z cukrem 250 ml, Sałata mix 10 g, Szynka pieczona (szynka wp. wędz.parzona) 50 g (SOJA),	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Udko z kurczaka pieczone 1 g (GORCZYCA), Fasolka szpa ragowa z masłem 150 g (MLEKO), Kasza bulgur na sypko 200 g (MLEKO), Jabłko 150 g, Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml,	Pasta z twarogu (pólt) i szynki wieprz. 80 g (SOJA, MLEKO, SELER), Kielbasa ż ywiecka (wieprz. wędzona parzona) 40 g (SOJA, MLEKO), Jajecznica na maśle 90 g (JAJA, MLEKO), Pomidor 60 g, Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt pitny 1 szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2487.83 kcal; Białko ogółem: 127.51 g; Tłuszcz: 74.75 g; Węglowodany ogółem: 342.75 g; Błonnik pokarmowy: 35.57 g; WW: 34.05 Por; Sód: 2696.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.83 g;		
niedziela 2024-05-26		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Chleb graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr.parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, SELER), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Sos jogurtowy 30 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA), Papryka świeża 60 g, Polędwica z pasieki (blokowa d robiowa) 40 g, Roszponka 10 g, II Śniadanie: Chleb graham 40 g (GLUTEN), Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Celestynka 1 szt,	Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g (GLUTEN, MLEKO, GORCZYCA), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g, Ziemniaki z koperkiem 120 g, Brokuły gotowany z masłem 100 g (MLEKO), Kompot wielowocowy bez cukru 200 ml, Podwieczorek: Grejfrut 130 g,	Salatka z kalafiora,jajka i pomidora diet . 130 g (JAJA, MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Pomidor 60 g, Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Chleb graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g (GLUTEN), Jogurt naturalny 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1960.16 kcal; Białko ogółem: 106.39 g; Tłuszcz: 62.09 g; Węglowodany ogółem: 233.38 g; Błonnik pokarmowy: 36.66 g; WW: 23.26 Por; Sód: 3181.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.13 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-05-26		Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN, SOJA, SELER), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Sos jogurtowy 30 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA), Papryka świeża 60 g , Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g , Roszponka 10 g , II Śniadanie: Chleb graham 40 g (GLUTEN), Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Celestynka 1 szt ,	Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g (GLUTEN, MLEKO, GORCZYCA), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g , Brokuły gotowany z masłem 100 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 120 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml , Podwieczorek: Grejpfrut 130 g ,	Salatka z kalafiora, jajka i pomidora diet . 130 g (JAJA, MLEKO), Polędwica sopočka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Pomidor 60 g , Chleb graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt , Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia : 1960.16 kcal; Białko ogółem : 106.39 g; Tłuszcz: 62.09 g; Węglowodany ogółem : 233.38 g; Błonnik poka mowy: 36.66 g; WW: 23.26 Por; Sód: 3181.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.13 g;		
niedziela 2024-05-26		Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.
Kakao z cukrem na mleku 250 ml , Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN, SOJA, SELER), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Sos jogurtowo- chrzanowy 30 g (JAJA, MLEKO, SIARCZANY), Pomidor na sałacie zielonej z natka pietruszki 70 g , Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g , Roszponka 10 g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g (GLUTEN, MLEKO, GORCZYCA), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g , Brokuły gotowany z masłem 100 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Ciasto kolo rowe 100 g (GLUTEN, JAJA),	Salatka z kalafiora, jajka i pomidora diet . 130 g (JAJA, MLEKO), Polędwica sopočka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Pomidor 60 g , Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Jogurt skyr 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2381.96 kcal; Białko ogółem : 116.11 g; Tłuszcz: 69.20 g; Węglowodany ogółem : 321.05 g; Błonnik poka mowy: 31.79 g; WW: 31.83 Por; Sód: 3337.74 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.49 g;		
niedziela 2024-05-26		Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1
Kakao z cukrem na mleku 250 ml , Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN, SOJA, SELER), Jajko w majonezie 50g/25 1 szt (JAJA, MLEKO, GORCZYCA), Papryka świeża 60 g , Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g , Roszponka 10 g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g (GLUTEN, MLEKO, GORCZYCA), Surówka z k. pekińskiej z majonezem 120 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA), Brokuły gotowany z masłem 100 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Ciasto kolo rowe 100 g (GLUTEN, JAJA),	Salatka z kalafiora, jajka i pomidora 130 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA), Polędwica sopočka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cukrem 250 ml , Pomidor 60 g , Posiłek nocny: Jogurt skyr 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2492.10 kcal; Białko ogółem : 114.13 g; Tłuszcz: 79.27 g; Węglowodany ogółem : 318.88 g; Błonnik poka mowy: 31.23 g; WW: 31.68 Por; Sód: 3888.47 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.34 g;		
niedziela 2024-05-26		Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA
Kakao z cukrem na mleku 250 ml , Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN, SOJA, SELER), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Sos jogurtowo- chrzanowy 30 g (JAJA, MLEKO, SIARCZANY), Pomidor na sałacie zielonej z natka pietruszki 70 g , Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g , Roszponka 10 g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g (GLUTEN, MLEKO, GORCZYCA), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g , Brokuły gotowany z masłem 100 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Ciasto kolo rowe 100 g (GLUTEN, JAJA),	Salatka z kalafiora, jajka i pomidora diet . 130 g (JAJA, MLEKO), Polędwica sopočka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Pomidor 60 g , Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cukrem 250 ml , Posiłek nocny: Jogurt skyr 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2436.14 kcal; Białko ogółem : 114.96 g; Tłuszcz: 72.77 g; Węglowodany ogółem : 317.86 g; Błonnik poka mowy: 31.61 g; WW: 31.58 Por; Sód: 3337.25 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.49 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-05-27		Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 40 g , Twarożek (półtusty) z z.pietruszką 60 g (MLEKO), Rzodkiew biała z jabłkiem 80 g (MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowm i oliwą 60 g , Mandarynka 150 g , Celestynka 1 szt , II Śniadanie: Bułka grahamka 1 szt (GLUTEN , JAJA, ORZESZKI , SEZAM), Masło 5 g (MLEKO), Sałata zielona 0.1 g , Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 40 g (JAJA, SOJA, MLEKO , GORCZYCA , SEZAM),	Zupa solferino z ziemniakami diet. 450 ml (GLUTEN , SELER), Makaron razowy z s.mięsno-pomido rowym 150g/150g 300 g (GLUTEN), Kompot wielowocowy bez cukru 200 ml , Surówka z warzyw mieszanych 120 g (SELER), Jabłko 150 g ,	Kielbasa biała (wieprz. rozdrobniona) z wody 1 szt (SOJA), Ketchup 20 g (GORCZYCA), Pomidor z kielkami 60 g , Twarożek sernikowy 40 g (MLEKO), Szynka Przeclawska (wędzonka wieprz, wędz, parz) 40 g , Chleb graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Posiłek nocny: Maślanka 1 szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2225.04 kcal; Białko ogółem : 120.45 g; Tłuszcz: 87.15 g; Węglowodany ogółem: 254.39 g; Błonnik poka mowy: 38.71 g; WW: 25.43 Por; Sód: 2828.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.75 g;		
poniedziałek 2024-05-27		Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 40 g , Twarożek (półtusty) z z.pietruszką 60 g (MLEKO), Rzodkiew biała z jabłkiem 80 g (MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowm i oliwą 60 g , Mandarynka 150 g , Celestynka 1 szt , II Śniadanie: Bułka grahamka 1 szt (GLUTEN , JAJA, ORZESZKI , SEZAM), Masło 5 g (MLEKO), Sałata zielona 0.1 g , Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 40 g (JAJA, SOJA, MLEKO , GORCZYCA , SEZAM),	Zupa solferino z ziemniakami diet. 450 ml (GLUTEN , SELER), Makaron razowy z s.mięsno-pomido rowym 150g/150g 300 g (GLUTEN), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (SELER), Kompot wielowocowy bez cukru 200 ml , Jabłko 150 g , Podwieczorek: Sok pomidorowy 1 szt , Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g (GLUTEN),	Kielbasa biała (wieprz. rozdrobniona) z wody 1 szt (SOJA), Szynka Przeclawska (wędzonka wieprz, wędz, parz) 40 g , Twarożek sernikowy 40 g (MLEKO), Pomidor z kielkami 60 g , Ketchup 20 g (GORCZYCA), Chleb graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Posiłek nocny: Maślanka 1 szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2288.48 kcal; Białko ogółem : 122.42 g; Tłuszcz: 87.68 g; Węglowodany ogółem: 268.72 g; Błonnik poka mowy: 40.56 g; WW: 26.86 Por; Sód: 3041.86 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.84 g;		
poniedziałek 2024-05-27		Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb graham, bułka kajzerka 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 40 g , Twarożek (półtusty) z z.pietruszką 60 g (MLEKO), Rzodkiew biała z jabłkiem 80 g (MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowm i oliwą 60 g , Herbata z cytryną 250 ml , Mandarynka 150 g ,	Zupa solferino z ziemniakami diet. 450 ml (GLUTEN , SELER), Spaghetti z sosem bolońskim 350 g (GLUTEN), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (SELER), Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml , Banan 150 g ,	Kielbasa biała (wieprz. rozdrobniona) z wody 1 szt (SOJA), Ketchup 20 g (GORCZYCA), Szynka Przeclawska (wędzonka wieprz, wędz, parz) 40 g , Twarożek sernikowy 40 g (MLEKO), Pomidor z kielkami 60 g , Chleb baltonowski, chleb graham 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Maślanka 1 szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2690.99 kcal; Białko ogółem : 125.76 g; Tłuszcz: 83.59 g; Węglowodany ogółem: 381.56 g; Błonnik poka mowy: 34.95 g; WW: 38.00 Por; Sód: 3853.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.26 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-05-27		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, bułka kajzerka 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz.parzony) 40 g, Twarożek (półtłusty) z z.pietruszką 60 g (MLEKO), Rzodkiew biała z jabłkiem 80 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Sałata lodowa z pomidorem koktajlowm i oliwą 60 g, Mandarynka 150 g,	Zupa gospodarska 450 ml (GLUTEN , SELER), Spaghetti z sosem bolońskim 350 g (GLUTEN), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (SELER), Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml, Gruszka 1 szt,	Kiełbasa (wieprz. -drob.) smażona z cebulką 100/15 120 g, Musztarda 15 g (GORCZYCA), Szyńka Przecławka (wędzonka wieprz, wędz, parz) 40 g, Chleb bałtonowski, chleb graham 120 g (GLUTEN), Ser topiony 40 g (MLEKO), Pomidor z kiełkami 60 g, Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Maślanka 1 szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2877.56 kcal; Białko ogółem: 113.28 g; Tłuszcz: 96.83 g; Węglowodany ogółem: 390.54 g; Błonnik pokarmowy: 36.16 g; WW: 38.93 Por; Sód: 3851.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.15 g;		
poniedziałek 2024-05-27		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, bułka kajzerka 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz.parzony) 40 g, Twarożek (półtłusty) z z.pietruszką 60 g (MLEKO), Rzodkiew biała z jabłkiem 80 g (MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowm i oliwą 60 g, Herbata z cytryną 250 ml, Mandarynka 150 g,	Zupa solferino z ziemniakami diet. 450 ml (GLUTEN , SELER), Spaghetti z sosem bolońskim 350 g (GLUTEN), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (SELER), Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml, Banan 150 g,	Kiełbasa biała (wieprz. rozd.robniona) z wody 1 szt (SOJA), Ketchup 20 g (GORCZYCA), Szyńka Przecławka (wędzonka wieprz, wędz, parz) 40 g, Twarożek sernikowy 40 g (MLEKO), Pomidor z kiełkami 60 g, Chleb bałtonowski, chleb graham 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Maślanka 1 szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2762.99 kcal; Białko ogółem: 124.68 g; Tłuszcz: 87.19 g; Węglowodany ogółem: 382.82 g; Błonnik pokarmowy: 34.95 g; WW: 38.20 Por; Sód: 3853.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.26 g;		
wtorek 2024-05-28		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Chleb graham 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Ser żółty Edam 40 g (MLEKO), Szyńka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Ogórek kiszony 60 g, Seler naciowy z jabłkiem 60 g, Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, II Śniadanie: Bułka grahamka 1 szt (GLUTEN , JAJA , ORZESZKI , SEZAM), Masło 5 g (MLEKO), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Sałata zielona 0.0 g,	Krupnik na jarzynach 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Filet z indyka pieczony z jarzynami 130 g (GLUTEN , SELER , GORCZYCA), Fasolka szparagowa z wody 150 g, Surówka z marchwi i jabłka 100 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wielowocowy bez cukru 200 ml, Jogurt naturalny 1 szt, Pomarańcza 1 szt,	Paszтет ciechanowski (z kurczaka z dod.wieprz) 70 g (GLUTEN , JAJA , SELER), Szyńkowa dębowa (kiełbasa drob. gruborozdr) 40 g, Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 30 g (SOJA), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami 80 g, Chleb graham 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Mus warzywny 1 szt, Wafle ryżowe 20 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2293.16 kcal; Białko ogółem: 111.59 g; Tłuszcz: 73.37 g; Węglowodany ogółem: 283.33 g; Błonnik pokarmowy: 41.20 g; WW: 28.31 Por; Sód: 2455.43 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.39 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-05-28 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Chleb graham 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Ser żółty Edam 40 g (MLEKO), Szyunka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g, Seler naciowy z jabłkiem 60 g, Ogórek kiszony 60 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, II Śniadanie: Bułka grahamka 1 szt (GLUTEN, JAJA, ORZESZKI, SEZAM), Masło 5 g (MLEKO), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Sałata zielona 0.0 g,	Krupnik na jarzynach 450 g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Filet z indyka pieczony z jarzynami 130 g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Fasolka szparagowa z wody 150 g, Surówka z marchwi i jabłka 120 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Pomarańcza 1 szt, Podwieczorek: Twarożek z kielkami 60 g (MLEKO), Wafle ryżowe 20 g,	Paszтет ciechanowski (z kurczaka z dod.wieprz) 70 g (GLUTEN, JAJA, SELER), Szyunkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g, Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 30 g (SOJA), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami 80 g, Chleb graham 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Mus warzywny 1 szt, Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia : 2364.59 kcal; Białko ogółem : 128.00 g; Tłuszcz: 75.18 g; Węglowodany ogółem : 293.94 g; Błonnik poka mowy: 42.89 g; WW: 29.34 Por; Sód: 2805.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem : 22.18 g;		
wtorek 2024-05-28 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN, MLEKO), Chleb baltonowski, 7-ziaren, bułka alpejska 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Ser żółty Edam 40 g (MLEKO), Szyunka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g, Seler naciowy z jabłkiem 60 g, Bukiet warzyw gotowany 80 g, Herbata z cytryną 250 ml,	Krupnik na jarzynach 450 g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Filet z indyka pieczony z jarzynami 130 g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Surówka z marchwi i jabłka 120 g (MLEKO), Fasolka szparagowa z wody 100 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Pomarańcza 1 szt,	Paszтет ciechanowski (z kurczaka z dod.wieprz) 70 g (GLUTEN, JAJA, SELER), Szyunkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g, Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 30 g (SOJA), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami 80 g, Chleb baltonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Mus warzywny 1 szt, Wafle ryżowe 20 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2289.64 kcal; Białko ogółem : 108.48 g; Tłuszcz: 61.83 g; Węglowodany ogółem : 330.72 g; Błonnik poka mowy: 36.19 g; WW: 32.69 Por; Sód: 1822.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem : 17.98 g;		
wtorek 2024-05-28 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN, MLEKO), Chleb baltonowski, 7-ziaren, bułka alpejska 120 g (GLUTEN), Ser żółty Edam 40 g (MLEKO), Szyunka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Ogórek kiszony 60 g, Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g, Seler naciowy z jabłkiem 60 g, Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml,	Krupnik na jarzynach 450 g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Filet z indyka pieczony z jarzynami 130 g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Surówka z marchwi i jabłka 120 g (MLEKO), Fasolka szparagowa z wody 100 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Pomarańcza 1 szt,	Paszтет ciechanowski (z kurczaka z dod.wieprz) 70 g (GLUTEN, JAJA, SELER), Szyunkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g, Sałata lodowa 15 g, Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 30 g (SOJA), Chrzan z jabłkiem 70 g (MLEKO, SIARCZANY), Chleb baltonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Mus warzywny 1 szt, Wafle ryżowe 20 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2391.39 kcal; Białko ogółem : 106.63 g; Tłuszcz: 66.08 g; Węglowodany ogółem : 335.80 g; Błonnik poka mowy: 37.17 g; WW: 33.33 Por; Sód: 1846.26 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem : 18.61 g;		
wtorek 2024-05-28 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN, MLEKO), Chleb baltonowski, 7-ziaren, bułka alpejska 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Ser żółty Edam 40 g (MLEKO), Szyunka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g, Seler naciowy z jabłkiem 60 g, Bukiet warzyw gotowany 80 g, Herbata z cytryną 250 ml,	Krupnik na jarzynach 450 g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Filet z indyka pieczony z jarzynami 130 g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Surówka z marchwi i jabłka 120 g (MLEKO), Fasolka szparagowa z wody 100 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Pomarańcza 1 szt,	Paszтет ciechanowski (z kurczaka z dod.wieprz) 70 g (GLUTEN, JAJA, SELER), Szyunkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g, Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 30 g (SOJA), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami 80 g, Chleb baltonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Mus warzywny 1 szt, Wafle ryżowe 20 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2361.64 kcal; Białko ogółem : 107.40 g; Tłuszcz: 65.43 g; Węglowodany ogółem : 331.98 g; Błonnik poka mowy: 36.19 g; WW: 32.89 Por; Sód: 1822.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem : 17.98 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-05-29		Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW
Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (GLUTEN), Chleb graham, bułka z ziarnami 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Pasta z jaj z natką pietruszki 70 g (JAJA, GORCZYCA), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (JAJA), Ser mozzarella 50 g, Celestynka 1 szt , II Śniadanie: Bułka grahamka 1 szt (GLUTEN, JAJA, ORZESZKI, SEZAM), Masło 5 g (MLEKO), Twarożek sernikowy 50 g (MLEKO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Bitki duszone ze schabu wieprzowego 100g/150ml 250 g (GLUTEN), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (SELER), Sałata zielona z jogurtem naturalnym 80 g (MLEKO) , Kasza bulgur na sypko 200 g (MLEKO), Kompot wielooowocowy bez cukru 200 ml, Kiwi 100 g ,	Pasta wieprzowo-drobiowa z jarzynami 80 g (SELER), Sałatka z k.pekiń,pomidor,ogórek kisz,marchew,kukurydź 130 g (JAJA, GORCZYCA), Szynka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (SOJA, SELER), Pomidor 60 g, Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Chleb graham 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Posiłek nocny: Serek z pieczonym jabłkiem i owsianką 150 g (GLUTEN, MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2672.20 kcal; Białko ogółem: 183.90 g; Tłuszcz: 106.49 g; Węglowodany ogółem: 283.92 g; Błonnik poka mowy: 34.81 g; WW: 28.48 Por; Sód: 2527.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.36 g;		
środa 2024-05-29		Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA
Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (GLUTEN), Chleb graham, bułka z ziarnami 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Pasta z jaj z natką pietruszki 70 g (JAJA, GORCZYCA), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (JAJA), Ser mozzarella 50 g, Celestynka 1 szt , II Śniadanie: Bułka grahamka 1 szt (GLUTEN, JAJA, ORZESZKI, SEZAM), Masło 5 g (MLEKO), Twarożek sernikowy 50 g (MLEKO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Bitki duszone ze schabu wieprzowego 100g/150ml 250 g (GLUTEN), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (SELER), Kasza bulgur na sypko 200 g (MLEKO), Kompot wielooowocowy bez cukru 200 ml, Sałata zielona z jogurtem naturalnym 80 g (MLEKO), Podwieczorek: Kiwi 100 g ,	Pasta wieprzowo-drobiowa z jarzynami 80 g (SELER), Sałatka z k.pekiń,pomidor,ogórek kisz,marchew,kukurydź 130 g (JAJA, GORCZYCA), Szynka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (SOJA, SELER), Pomidor 60 g, Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Chleb graham 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Posiłek nocny: Serek z pieczonym jabłkiem i owsianką 150 g (GLUTEN, MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2672.20 kcal; Białko ogółem: 183.90 g; Tłuszcz: 106.49 g; Węglowodany ogółem: 283.92 g; Błonnik poka mowy: 34.81 g; WW: 28.48 Por; Sód: 2527.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.36 g;		
środa 2024-05-29		Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN), Chleb bałtonowski, chleb graham, bułka kajzerka 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Pasta z jaj z natką pietruszki 70 g (JAJA, GORCZYCA), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (JAJA), Ser mozzarella 50 g, Celestynka 1 szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Bitki duszone ze schabu wieprzowego 100g/150ml 250 g (GLUTEN), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (SELER), Sałata zielona z jogurtem naturalnym 80 g (MLEKO) , Kasza bulgur na sypko 200 g (MLEKO), Kompot wielooowocowy z cukrem 200 ml, Kiwi 100 g ,	Pasta wieprzowo-drobiowa z jarzynami 80 g (SELER), Sałatka z k.pekiń,pomidor,ogórek kisz,marchew,kukurydź 130 g (JAJA, GORCZYCA), Szynka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (SOJA, SELER), Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Pomidor 60 g , Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Serek z pieczonym jabłkiem i owsianką 150 g (GLUTEN, MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2798.17 kcal; Białko ogółem: 170.14 g; Tłuszcz: 96.65 g; Węglowodany ogółem: 345.41 g; Błonnik poka mowy: 31.31 g; WW: 34.51 Por; Sód: 2929.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.65 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-05-29		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN), Chleb bałtonowski, chleb graham, bułka kajzerka 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Pasta z jaj z natką pietruszki 70 g (JAJA, GORCZYCA), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (JAJA), Ser mozzarella 50 g, Celestynka 1 szt,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Bitki duszone ze schabu wieprzowego 100g/150ml 250 g (GLUTEN), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (SELER), Sałata zielona z jogurtem naturalnym 80 g (MLEKO), Kasza bulgur na sypko 200 g (MLEKO), Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Kiwi 100 g,	Pasta wieprzowo-drobiowa z jarzynami 80 g (SELER), Szyunka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (SOJA, SELER), Sałatka z k.pekiń,pomidor,ogórek kisz,marchew,kuku rydz 130 g (JAJA, GORCZYCA), Ogórek świeży 60 g, Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Serek z pieczonym jabłkiem i owsianką 150 g (GLUTEN, MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2870.30 kcal; Białko ogółem: 169.02 g; Tłuszcz: 100.20 g; Węglowodany ogółem: 346.55 g; Błonnik poka mowy: 30.96 g; WW: 34.74 Por; Sód: 2932.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.64 g;		
środa 2024-05-29		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN), Chleb bałtonowski, chleb graham, bułka kajzerka 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Pasta z jaj z natką pietruszki 70 g (JAJA, GORCZYCA), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (JAJA), Ser mozzarella 50 g, Celestynka 1 szt,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Bitki duszone ze schabu wieprzowego 100g/150ml 250 g (GLUTEN), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (SELER), Sałata zielona z jogurtem naturalnym 80 g (MLEKO), Kasza bulgur na sypko 200 g (MLEKO), Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Kiwi 100 g,	Pasta wieprzowo-drobiowa z jarzynami 80 g (SELER), Sałatka z k.pekiń,pomidor,ogórek kisz,marchew,kukurydz 130 g (JAJA, GORCZYCA), Szyunka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (SOJA, SELER), Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Pomidor 60 g, Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Serek z pieczonym jabłkiem i owsianką 150 g (GLUTEN, MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2870.17 kcal; Białko ogółem: 169.06 g; Tłuszcz: 100.25 g; Węglowodany ogółem: 346.67 g; Błonnik poka mowy: 31.31 g; WW: 34.71 Por; Sód: 2929.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.65 g;		
czwartek 2024-05-30		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Chleb graham 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Twa rożek (półtusty) z koperkiem 60 g (MLEKO), Szyunka pieczona (szyunka wp. wędz.parzona) 40 g (SOJA), Pomidor,rzodkiewka,ogórek na sałacie zielonej 40/30/30 100 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Kiwi 100 g, II Śniadanie: Jogurt naturalny 1 szt, Wafle ryżowe 20 g,	Zupa na s.ogórkowym z ryżem 450 ml (MLEKO, SELER), Klops mięsny pieczony wieprzowo-drobiowy 120 g (GLUTEN, JAJA), Sałatka wiosenna diet 100 g (JAJA, MLEKO), Kalafior gotowany z masłem 120 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Mandarynka 150 g,	ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr,parzona 40 g (GLUTEN, SOJA, SELER), Sałatka z selera naciowego 80 g (JAJA, GORCZYCA), Szyunka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g (SOJA), Rukola 10 g, Chleb graham 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Chleb graham 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2124.65 kcal; Białko ogółem: 108.01 g; Tłuszcz: 69.11 g; Węglowodany ogółem: 263.59 g; Błonnik poka mowy: 36.30 g; WW: 26.46 Por; Sód: 3580.52 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.25 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-05-30		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Chleb graham 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Twarożek (półtłusty) z koperkiem 60 g (MLEKO), Szyńka pieczona (szyńka wp. wędz.parzona) 40 g (SOJA), Pomidor, rzodkiewka, ogórek na sałacie zielonej 40/30/30 100 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, II Śniadanie: Jogurt naturalny 1 szt, Wafle ryżowe 20 g,	Zupa na s.ogórkowym z ryżem 450 ml (MLEKO, SELER), Klops mięsny pieczony wieprzowo-drobiowy 120 g (GLUTEN, JAJA), Kalańfior z masłem 120 g (MLEKO), Sałatka wiosenna diet 100 g (JAJA, MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Mandarynka 150 g,	ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr.parzona 40 g (GLUTEN, SOJA, SELER), Sałatka z selera naciowego 80 g (JAJA, GORCZYCA), Szyńka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g (SOJA), Rukola 10 g, Chleb graham 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Chleb graham 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2074.25 kcal; Białko ogółem: 107.20 g; Tłuszcz: 68.66 g; Węglowodany ogółem: 251.08 g; Błonnik poka mowy: 34.41 g; WW: 25.16 Por; Sód: 3576.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.14 g;		
czwartek 2024-05-30		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z makaronem 300 ml (GLUTEN, MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Twarożek (półtłusty) z koperkiem 60 g (MLEKO), Szyńka pieczona (szyńka wp. wędz.parzona) 40 g (SOJA), Pomidor, rzodkiewka, ogórek na sałacie zielonej 40/30/30 100 g, Miód porcjowy 25 g, Herbata z cytryną 250 ml, Kiwi 100 g,	Zupa na s.ogórkowym z ryżem 450 ml (MLEKO, SELER), Klops mięsny pieczony wieprzowo-drobiowy 120 g (GLUTEN, JAJA), Buraczki na gorąco 160 g (GLUTEN), Sałatka wiosenna diet 100 g (JAJA, MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Ciasto 70 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, ORZECHY), Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml,	ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr.parzona 40 g (GLUTEN, SOJA, SELER), Szyńka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g (SOJA), Sałatka z selera naciowego 80 g (JAJA, GORCZYCA), Rukola 10 g, Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jabłko pieczone po królewsku 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2680.73 kcal; Białko ogółem: 115.08 g; Tłuszcz: 66.00 g; Węglowodany ogółem: 474.49 g; Błonnik poka mowy: 34.74 g; WW: 47.42 Por; Sód: 3756.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.08 g;		
czwartek 2024-05-30		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z makaronem 300 ml (GLUTEN, MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Twarożek (półtłusty) z koperkiem 60 g (MLEKO), Szyńka pieczona (szyńka wp. wędz.parzona) 40 g (SOJA), Pomidor, rzodkiewka, ogórek na sałacie zielonej 40/30/30 100 g, Miód porcjowy 25 g, Herbata z cytryną 250 ml, Kiwi 100 g,	Zupa ogórkowa z ryżem 450 ml (MLEKO, SELER), Kotlet mielony wieprzowy-smażony 100 g (GLUTEN, JAJA), Buraczki na gorąco 160 g (GLUTEN), Sałatka wiosenna diet 100 g (JAJA, MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Ciasto 70 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, ORZECHY),	ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr.parzona 40 g (GLUTEN, SOJA, SELER), Sałatka z selera naciowego 80 g (JAJA, GORCZYCA), Szyńka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g (SOJA), Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Rukola 10 g, Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jabłko pieczone po królewsku 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2798.24 kcal; Białko ogółem: 108.42 g; Tłuszcz: 77.33 g; Węglowodany ogółem: 474.73 g; Błonnik poka mowy: 34.76 g; WW: 47.52 Por; Sód: 2819.94 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.42 g;		
czwartek 2024-05-30		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z makaronem 300 ml (GLUTEN, MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Twarożek (półtłusty) z koperkiem 60 g (MLEKO), Szyńka pieczona (szyńka wp. wędz.parzona) 40 g (SOJA), Pomidor, rzodkiewka, ogórek na sałacie zielonej 40/30/30 100 g, Miód porcjowy 25 g, Herbata z cytryną 250 ml, Kiwi 100 g,	Zupa na s.ogórkowym z ryżem 450 ml (MLEKO, SELER), Klops mięsny pieczony wieprzowo-drobiowy 120 g (GLUTEN, JAJA), Buraczki na gorąco 160 g (GLUTEN), Sałatka wiosenna diet 100 g (JAJA, MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Ciasto 70 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, ORZECHY), Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml,	ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr.parzona 40 g (GLUTEN, SOJA, SELER), Szyńka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g (SOJA), Sałatka z selera naciowego 80 g (JAJA, GORCZYCA), Rukola 10 g, Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jabłko pieczone po królewsku 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2752.73 kcal; Białko ogółem: 114.00 g; Tłuszcz: 69.60 g; Węglowodany ogółem: 475.75 g; Błonnik poka mowy: 34.74 g; WW: 47.62 Por; Sód: 3756.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.08 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczorek**

**Kolacja
Posiłek nocny**

Dietetyk

Kier. działu żywienia

.....

.....