

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-01		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Twarożek (półtłusty) z rzodkiewką 60 g (MLEKO), Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 40 g (SOJA), Pomidorki koktajlowe 60 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml II Śniadanie: Jogurt naturalny 150 g, Wafle ryżowe 20 g,	Zupa na s.ogórkowym z ryżem 450 ml (MLEKO , SELER), Klops mięsny pieczony wieprzowo-drobiowy 120 g (GLUTEN , JAJA), Kalafior gotowany z masłem 120 g (MLEKO), Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 100 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml,	Ser Salami 40 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , SELER), Sałatka z selera naciowego 80 g (JAJA , GORCZYCA), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g (SOJA), Rukola 10 g, Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Chleb razowy 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2088.81 kcal; Białko ogółem: 108.06 g; Tłuszcz: 69.26 g; Węglowodany ogółem: 252.23 g; Błonnik pokarmowy: 34.14 g; WW: 25.25 Por; Sód: 3461.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.82 g;		
czwartek 2025-05-01		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Twarożek (półtłusty) z rzodkiewką 60 g (MLEKO), Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 40 g (SOJA), Pomidorki koktajlowe 60 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml II Śniadanie: Jogurt naturalny 150 g, Wafle ryżowe 20 g,	Zupa na s.ogórkowym z ryżem 450 ml (MLEKO , SELER), Klops mięsny pieczony wieprzowo-drobiowy 120 g (GLUTEN , JAJA), Kalafior gotowany z masłem 120 g (MLEKO), Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 100 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Podwieczorek: Mandarynka 150 g,	Ser Salami 40 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , SELER), Sałatka z selera naciowego 80 g (JAJA , GORCZYCA), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g (SOJA), Rukola 10 g, Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Chleb razowy 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2088.81 kcal; Białko ogółem: 108.06 g; Tłuszcz: 69.26 g; Węglowodany ogółem: 252.23 g; Błonnik pokarmowy: 34.14 g; WW: 25.25 Por; Sód: 3461.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.82 g;		
czwartek 2025-05-01		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z zacierką 300 ml (GLUTEN , JAJA , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Twarożek (półtłusty) z rzodkiewką 60 g (MLEKO), Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 40 g (SOJA), Pomidorki koktajlowe 60 g, Miód porcjowy 25 g, Herbata z cytryną 250 ml,	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), Kalafior z wody 120 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Mandarynka 150 g,	Ser Salami 40 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , SELER), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g (SOJA), Sałatka z selera naciowego 80 g (JAJA , GORCZYCA), Rukola 10 g, Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jabłko pieczone po królewsku 170 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2478.43 kcal; Białko ogółem: 112.72 g; Tłuszcz: 61.10 g; Węglowodany ogółem: 439.38 g; Błonnik pokarmowy: 36.41 g; WW: 43.82 Por; Sód: 3129.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.13 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-01 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z zacierką 300 ml (GLUTEN , JAJA, MLEKO), Chleb baltonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Twarożek (półtłusty) z rzodkiewką 60 g (MLEKO), Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 40 g (SOJA), Pomidorki koktajlowe 60 g, Miód porcjowy 25 g, Herbata z cytryną 250 ml ,	Zupa ogórkowa z ryżem 450 ml (MLEKO , SELER), Klops mięsny pieczony wieprzowo-drobiowy 120 g (GLUTEN , JAJA), Buraczki na gorąco 160 g (GLUTEN), Kalafior gotowany z masłem 120 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Mandarynka 150 g ,	Ser Salami 40 g (MLEKO), Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA, SELER), Sałatka z selera naciowego 80 g (JAJA, GORCZYCA), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g (SOJA), Chleb baltonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Rukola 10 g, Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Jabłko pieczone po królewsku 170 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2614.53 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz: 70.97 g; Węglowodany ogółem: 442.53 g; Błonnik pokarmowy: 36.18 g; WW: 44.22 Por; Sód: 3252.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.22 g;		
czwartek 2025-05-01 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z zacierką 300 ml (GLUTEN , JAJA, MLEKO), Chleb baltonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Twarożek (półtłusty) z rzodkiewką 60 g (MLEKO), Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 40 g (SOJA), Pomidorki koktajlowe 60 g, Miód porcjowy 25 g, Herbata z cytryną 250 ml , Mandarynka 150 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), Kalafior gotowany z masłem 120 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml ,	Ser Salami 40 g (MLEKO), Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA, SELER), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g (SOJA), Sałatka z selera naciowego 80 g (JAJA, GORCZYCA), Rukola 10 g, Chleb baltonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Jabłko pieczone po królewsku 170 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2583.51 kcal; Białko ogółem: 111.67 g; Tłuszcz: 68.41 g; Węglowodany ogółem: 440.67 g; Błonnik pokarmowy: 36.41 g; WW: 44.03 Por; Sód: 3130.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.59 g;		
piątek 2025-05-02 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Kawa lna na mleku b/c 250 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb razowy, bułka z ziarnami 100 g (GLUTEN , SOJA), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Twarożek (półtł.) z tuńczykiem 70 g (RYBY, SOJA, MLEKO), Papryka świeża z natką 60 g, Sałata lodowa z pomidorem i serem feta 80 g (MLEKO), Kefir 375 g , II Śniadanie: Bułka grahamka 1 szt (GLUTEN , JAJA, ORZESZKI , SEZAM), Twarożek semikowy 50 g (MLEKO), Masło 5 g (MLEKO), Sałata lodowa 0.0 g, Celestynka 1 szt ,	Żurek z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO), Filet z dorsza z jarzynami pieczony 120 g (GLUTEN , RYBY, SELER , GORCZYCA), Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi z oliwą 120 g, Bukiet warzyw z wody 120 g (SELER), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Grejpfrut 130 g ,	Makaron z pieczonym łososiem i szpinakiem 230 g (GLUTEN , JAJA, RYBY, MLEKO), Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Sałata mix 10 g, Pomidorki koktajlowe 60 g, Chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Posiłek nocny: Sałatka owocowa z j. naturalnym 150 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2810.37 kcal; Białko ogółem: 144.32 g; Tłuszcz: 103.34 g; Węglowodany ogółem: 357.66 g; Błonnik pokarmowy: 45.27 g; WW: 35.52 Por; Sód: 1977.00 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.62 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-05-02 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb razowy, graham 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Twarożek (półt) z tuńczykiem 70 g (RYBY, SOJA, MLEKO), Papryka świeża z natką 60 g, Salata lodowa z pomidorem i serem feta 80 g (MLEKO), Kefir 375 g, II Śniadanie: Bułka grahamka 1 szt (GLUTEN , JAJA, ORZESZKI, SEZAM), Masło 5 g (MLEKO), Twarożek sernikowy 50 g (MLEKO), Salata lodowa 0.0 g, Celestynka 1 szt,	Żurek z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO), Filet z dorsza z jarzynami pieczony 120 g (GLUTEN , RYBY, SELER , GORCZYCA), Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi z oliwą 120 g, Bukiet warzyw z wody 120 g (SELER), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Podwieczorek: Grejpfrut 130 g,	Makaron z pieczonym łososiem i szpinakiem 230 g (GLUTEN , JAJA, RYBY, MLEKO), Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Salata mix 10 g, Pomidorki koktajlowe 60 g, Chleb razowy, graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Salatka owocowa z j. naturalnym 150 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2765.37 kcal; Białko ogółem: 146.98 g; Tłuszcz: 95.10 g; Węglowodany ogółem: 347.40 g; Błonnik pokarmowy: 45.63 g; WW: 34.52 Por; Sód: 2181.84 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.26 g;		
piątek 2025-05-02 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Salata lodowa z pomidorem i serem feta 80 g (MLEKO), Twarożek (półt) z tuńczykiem 70 g (RYBY, SOJA, MLEKO), Drożdżówka z serem 1 szt (GLUTEN , JAJA, MLEKO), Sok owocowy 330 ml 1 szt,	Żurek z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO), Filet z dorsza z jarzynami pieczony 120 g (GLUTEN , RYBY, SELER , GORCZYCA), Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi z oliwą 120 g, Bukiet warzyw z wody 120 g (SELER), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Banan 150 g,	Makaron z pieczonym łososiem i szpinakiem 230 g (GLUTEN , JAJA, RYBY, MLEKO), Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Salata mix 10 g, Pomidorki koktajlowe 60 g, Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Chleb baltonowski, chleb razowy 100 g (GLUTEN), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Salatka owocowa z j. naturalnym 150 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 3136.13 kcal; Białko ogółem: 132.12 g; Tłuszcz: 90.38 g; Węglowodany ogółem: 451.98 g; Błonnik pokarmowy: 39.53 g; WW: 44.74 Por; Sód: 2208.89 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.59 g;		
piątek 2025-05-02 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Salata lodowa z pomidorem i serem feta 80 g (MLEKO), Twarożek (półt) z tuńczykiem 70 g (RYBY, SOJA, MLEKO), Papryka świeża z natką 60 g, Drożdżówka z serem 1 szt (GLUTEN , JAJA, MLEKO),	Żurek z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO), Fiet z dorsza panierowany smażony 100 g (GLUTEN , JAJA, RYBY, GORCZYCA), Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi z oliwą 120 g, Bukiet warzyw z wody 120 g (SELER), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Banan 150 g,	Makaron z pieczonym łososiem i szpinakiem 230 g (GLUTEN , JAJA, RYBY, MLEKO), Sertopiony 40 g (MLEKO), Pomidorki koktajlowe 60 g, Salata mix 10 g, Chleb baltonowski, chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Salatka owocowa z j. naturalnym 150 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 3469.14 kcal; Białko ogółem: 133.75 g; Tłuszcz: 112.97 g; Węglowodany ogółem: 482.85 g; Błonnik pokarmowy: 41.04 g; WW: 47.91 Por; Sód: 2379.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.95 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-05-02 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Salata lodowa z pomidorem i serem feta 80 g (MLEKO), Twarożek (półtł) z tuńczykiem 70 g (RYBY , SOJA , MLEKO), Drożdżówka z serem 1 szt (GLUTEN , JAJA , MLEKO), Sok owocowy 330 ml 1 szt,	Żurek z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO), Filet z dorsza z jarzynami pieczony 120 g (GLUTEN , RYBY , SELER , GORCZYCA), Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi z oliwą 120 g, Bukiet warzyw z wody 120 g (SELER), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Banan 150 g,	Makaron z pieczonym łososiem i szpinakiem 230 g (GLUTEN , JAJA , RYBY , MLEKO), Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Salata mix 10 g, Pomidorki koktajlowe 60 g, Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Chleb baltonowski, chleb razowy 100 g (GLUTEN), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Sałatka owocowa z j. naturalnym 150 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 3136.13 kcal; Białko ogółem: 132.12 g; Tłuszcz: 90.38 g; Węglowodany ogółem: 451.98 g; Błonnik pokarmowy: 39.53 g; WW: 44.74 Por; Sód: 2208.89 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.59 g;		
sobota 2025-05-03 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Chleb razowy, bułka z ziarnami 100 g (GLUTEN , SOJA), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 40 g (JAJA , SOJA , MLEKO , GORCZYCA , SEZAM), Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 40 g (SOJA), Ogórek kiszony 60 g, Pasta z ciecierzycy 60 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, II Śniadanie: Chleb razowy 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Jajko gotowane 1 g (JAJA),	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Gulasz z łopatki wieprzowej duszony 100g/100ml 200 g (GLUTEN , SELER), Surówka z k. pekińskiej i marchwi z oliwą 120 g, Salata zielona z olejem 80 g, Ryż brazowy na sypko 150 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Sok pomidorowy 330 ml 1 szt,	Pasta z twarogu (półtł) i jaj 80 g (JAJA , MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Rzodkiew biała z jabłkiem 100 g (MLEKO), Salata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 60 g, Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Maślanka 400 g (MLEKO), Wafle ryżowe 20 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2368.89 kcal; Białko ogółem: 110.88 g; Tłuszcz: 91.67 g; Węglowodany ogółem: 293.89 g; Błonnik pokarmowy: 41.33 g; WW: 29.33 Por; Sód: 4161.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.44 g;		
sobota 2025-05-03 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 40 g (JAJA , SOJA , MLEKO , GORCZYCA , SEZAM), Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 40 g (SOJA), Pasta z ciecierzycy 60 g, Ogórek kiszony 60 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, II Śniadanie: Chleb razowy 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Jajko gotowane 1 g (JAJA), Salata lodowa 10 g,	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Gulasz z łopatki wieprzowej duszony 100g/100ml 200 g (GLUTEN , SELER), Surówka z k. pekińskiej i marchwi z oliwą 120 g, Salata zielona z olejem 80 g, Ryż brazowy na sypko 150 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Podwieczorek: Sok pomidorowy 330 ml 1 szt, Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g (GLUTEN),	Pasta z twarogu (półtł) i jaj 80 g (JAJA , MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Rzodkiew biała z jabłkiem 100 g (MLEKO), Salata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 60 g, Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Maślanka 400 g (MLEKO), Wafle ryżowe 20 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2374.97 kcal; Białko ogółem: 114.81 g; Tłuszcz: 83.78 g; Węglowodany ogółem: 295.05 g; Błonnik pokarmowy: 42.58 g; WW: 29.47 Por; Sód: 4405.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.13 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-05-03 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300 ml (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 40 g (SOJA), Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 40 g (JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA, SEZAM), Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Pomidor z kielkami 60 g, Herbata z cytryną 250 ml,	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Gulasz z łopatki wieprzowej duszony 100g/100ml 200 g (GLUTEN, SELER), Sałata zielona z olejem 80 g, Ryż na sypko 200 g, Surówka z k. pekińskiej i marchwi z oliwą 120 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Pomarańcza 150 g,	Pasta z twarogu (półtł) i jaj 80 g (JAJA, MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Rzodkiew biała z jabłkiem 100 g (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 60 g, Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Maślanka 400 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2444.06 kcal; Białko ogółem: 119.54 g; Tłuszcz: 77.93 g; Węglowodany ogółem: 331.13 g; Błonnik pokarmowy: 34.22 g; WW: 32.80 Por; Sód: 3691.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.81 g;		
sobota 2025-05-03 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300 ml (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 40 g (JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA, SEZAM), Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 40 g (SOJA), Pasta z ciecierzycy 60 g, Ogórek kiszony 60 g, Herbata z cytryną 250 ml,	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Gulasz z łopatki wieprzowej duszony 100g/100ml 200 g (GLUTEN, SELER), Surówka z k. pekińskiej z majonezem 120 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA), Sałata zielona z olejem 80 g, Ryż na sypko 200 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Pomarańcza 150 g,	Pasta z twarogu (półtł) i jaj 80 g (JAJA, MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Rzodkiew biała z jabłkiem 100 g (MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 60 g, Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Maślanka 400 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2606.85 kcal; Białko ogółem: 124.02 g; Tłuszcz: 81.74 g; Węglowodany ogółem: 348.81 g; Błonnik pokarmowy: 33.37 g; WW: 34.69 Por; Sód: 4115.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.45 g;		
sobota 2025-05-03 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300 ml (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 40 g (SOJA), Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 40 g (JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA, SEZAM), Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Pomidor z kielkami 60 g, Herbata z cytryną 250 ml,	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Gulasz z łopatki wieprzowej duszony 100g/100ml 200 g (GLUTEN, SELER), Sałata zielona z olejem 80 g, Ryż na sypko 200 g, Surówka z k. pekińskiej i marchwi z oliwą 120 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Pomarańcza 150 g,	Pasta z twarogu (półtł) i jaj 80 g (JAJA, MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Rzodkiew biała z jabłkiem 100 g (MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 60 g, Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Maślanka 400 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2516.06 kcal; Białko ogółem: 118.46 g; Tłuszcz: 81.53 g; Węglowodany ogółem: 332.39 g; Błonnik pokarmowy: 34.22 g; WW: 33.00 Por; Sód: 3691.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.81 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-05-04		Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW
Kakao b/cukru 250 ml (MLEKO), Chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kiełbaski goleszowskie z wody gotowane (wieprz.drobnorozdr, wędzona, parzona) 100 g (GLUTEN , SOJA), Ketchup 20 g (GORCZYCA), Szynka Przecławska (wędzonka wieprz, wędz, parz) 30 g, Twarożek z kielkami 60 g (MLEKO), Rukola z pomidorem i mandarynką i kielkami i oliwą 70 g, Celestynka 1 szt, II Śniadanie: Jogurt naturalny 150 g, Jabłko 150 g,	Zupa neapolitańska z makaronem 450 ml (GLUTEN , JAJA , MLEKO , SELER), Pierś z kurczaka duszona w jarzynach 100g/20 110 g (GLUTEN , SELER , GORCZYCA), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (SELER), Kalafior z wody 80 g, Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Grejpfrut 130 g,	Salatka z selera,jabłek i kukurydzy diet. 150 g (JAJA , MLEKO , SELER), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 30 g (JAJA , SOJA , MLEKO , GORCZYCA , SEZAM), Pomidorki koktajlowe 60 g, Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Salatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO), Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia : 2467.26 kcal; Białko ogółem: 115.34 g; Tłuszcz: 85.19 g; Węglowodany ogółem: 318.68 g; Błonnik pokarmowy: 46.79 g; WW: 31.86 Por; Sód: 2602.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.89 g;		
niedziela 2025-05-04		Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA
Kakao b/cukru 250 ml (MLEKO), Chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kiełbaski goleszowskie z wody gotowane (wieprz.drobnorozdr, wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN , SOJA), Ketchup 20 g (GORCZYCA), Szynka Przecławska (wędzonka wieprz, wędz, parz) 30 g, Twarożek z kielkami 60 g (MLEKO), Rukola z pomidorem i mandarynką i kielkami i oliwą 70 g, Celestynka 1 szt, II Śniadanie: Jogurt naturalny 150 g, Jabłko 150 g,	Zupa neapolitańska z makaronem 450 ml (GLUTEN , JAJA , MLEKO , SELER), Pierś z kurczaka duszona w jarzynach 100g/20 110 g (GLUTEN , SELER , GORCZYCA), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (SELER), Kalafior z wody 80 g, Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Grejpfrut 130 g, Podwieczorek:	Salatka z selera,jabłek i kukurydzy diet. 150 g (JAJA , MLEKO , SELER), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 30 g (JAJA , SOJA , MLEKO , GORCZYCA , SEZAM), Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pomidorki koktajlowe 60 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Salatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO), Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia : 2406.68 kcal; Białko ogółem: 112.96 g; Tłuszcz: 79.64 g; Węglowodany ogółem: 318.35 g; Błonnik pokarmowy: 46.79 g; WW: 31.82 Por; Sód: 2602.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.51 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-05-04 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Kakao z cukrem na mleku 250 ml (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbaski goleszowskie z wody gotowane (wieprz.drobnorozdr, wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN , SOJA), Szynka Przecławska (wędzonka wieprz, wędz, parz) 30 g, Ketchup 20 g (GORCZYCA), Twarożek z kielkami 60 g (MLEKO), Rukola z pomidorem i mandarynką i kielkami i oliwą 70 g, Celestynka 1 szt,	Zupa neapolitańska z makaronem 450 ml (GLUTEN , JAJA , MLEKO , SELER), Pierś z kurczaka duszona w jarzynach 100g/20 110 g (GLUTEN , SELER , GORCZYCA), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (SELER), Kalafior z wody 80 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Ciasto kolorowe 70 g (GLUTEN , JAJA),	Salatka z selera,jabłek i kukurydzy diet. 150 g (JAJA , MLEKO , SELER), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 30 g (JAJA , SOJA , MLEKO , GORCZYCA , SEZAM), Pomidor 60 g, Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Salatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2716.55 kcal; Białko ogółem: 120.06 g; Tłuszcz: 85.78 g; Węglowodany ogółem: 376.92 g; Błonnik pokarmowy: 39.96 g; WW: 37.45 Por; Sód: 2750.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.48 g;		
niedziela 2025-05-04 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Kakao z cukrem na mleku 250 ml (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbaski goleszowskie z wody gotowane (wieprz.drobnorozdr, wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN , SOJA), Ketchup 20 g (GORCZYCA), Szynka Przecławska (wędzonka wieprz, wędz, parz) 30 g, Twarożek z kielkami 60 g (MLEKO), Rukola z pomidorem i mandarynką i kielkami i oliwą 70 g, Celestynka 1 szt,	Zupa neapolitańska z makaronem 450 ml (GLUTEN , JAJA , MLEKO , SELER), Kotlet po parysku z fileta drobiowego smażony 110 g (GLUTEN , JAJA , MLEKO , GORCZYCA), Salatka z kapusty czerwonej i jabłek 120 g, Kalafior z wody 80 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Ciasto kolorowe 70 g (GLUTEN , JAJA),	Salatka z selera,ogórka i kukurydzy 150 g (JAJA , MLEKO , SELER , GORCZYCA), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 30 g (JAJA , SOJA , MLEKO , GORCZYCA , SEZAM), Pomidorki koktajlowe 60 g, Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Salatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2911.62 kcal; Białko ogółem: 120.94 g; Tłuszcz: 102.02 g; Węglowodany ogółem: 379.19 g; Błonnik pokarmowy: 37.83 g; WW: 37.70 Por; Sód: 3942.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.85 g;		
niedziela 2025-05-04 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kakao z cukrem na mleku 250 ml (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbaski goleszowskie z wody gotowane (wieprz.drobnorozdr, wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN , SOJA), Szynka Przecławska (wędzonka wieprz, wędz, parz) 30 g, Ketchup 20 g (GORCZYCA), Twarożek z kielkami 60 g (MLEKO), Rukola z pomidorem i mandarynką i kielkami i oliwą 70 g, Celestynka 1 szt,	Zupa neapolitańska z makaronem 450 ml (GLUTEN , JAJA , MLEKO , SELER), Pierś z kurczaka duszona w jarzynach 100g/20 110 g (GLUTEN , SELER , GORCZYCA), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (SELER), Kalafior z wody 80 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Ciasto kolorowe 70 g (GLUTEN , JAJA),	Salatka z selera,jabłek i kukurydzy diet. 150 g (JAJA , MLEKO , SELER), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 30 g (JAJA , SOJA , MLEKO , GORCZYCA , SEZAM), Pomidorki koktajlowe 60 g, Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Salatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2752.01 kcal; Białko ogółem: 119.49 g; Tłuszcz: 87.58 g; Węglowodany ogółem: 377.42 g; Błonnik pokarmowy: 39.92 g; WW: 37.54 Por; Sód: 2750.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.48 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-05-05 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb razowy 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Szyńka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (SOJA, SELER), Sos jogurtowy 30 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Sałata lodowa 10 g , Sałatka z marchewki, jaj i kukurydzy 100 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), II Śniadanie: Bułka grahamka 1 szt (GLUTEN , JAJA, ORZESZKI , SEZAM), Masło 5 g (MLEKO), Szyńka got. z kurczaka (drob. parzona) 40 g (JAJA, SOJA, MLEKO , GORCZYCA , SEZAM), Sałata lodowa 15 g ,	Zupa jarzynowa diet. 450 ml (GLUTEN , MLEKO), Filet z łososia pieczony na maśle 120 g (GLUTEN , RYBY, MLEKO , GORCZYCA), Ćwikła z jabłkiem 120 g , Surówka z k. włoskiej i marchwi 100 g , Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Jogurt skyr naturalny 140 g ,	Zupa drobiowa z jarzynami z makaronem 350 g (GLUTEN , JAJA, SELER), Chleb razowy 80 g (GLUTEN), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 60 g , Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Posiłek nocny: Deser mleczny z ryżem i owocami 150 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2681.49 kcal; Białko ogółem: 134.17 g; Tłuszcz: 104.55 g; Węglowodany ogółem: 294.79 g; Błonnik pokarmowy: 39.17 g; WW: 29.49 Por; Sód: 2154.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.97 g;		
poniedziałek 2025-05-05 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb razowy 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Sos jogurtowy 30 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Szyńka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (SOJA, SELER), Sałatka z marchewki, jaj i kukurydzy 100 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Sałata lodowa 10 g , II Śniadanie: Bułka grahamka 1 szt (GLUTEN , JAJA, ORZESZKI , SEZAM), Masło 5 g (MLEKO), Szyńka got. z kurczaka (drob. parzona) 40 g (JAJA, SOJA, MLEKO , GORCZYCA , SEZAM), Sałata lodowa 15 g ,	Zupa jarzynowa diet. 450 ml (GLUTEN , MLEKO), Filet z łososia pieczony na maśle 120 g (GLUTEN , RYBY, MLEKO , GORCZYCA), Surówka z k. włoskiej i marchwi 100 g , Ćwikła z jabłkiem 120 g , Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Podwieczorek: Jogurt skyr naturalny 140 g , Grejpfrut 130 g ,	Zupa drobiowa z jarzynami z makaronem 350 g (GLUTEN , JAJA, SELER), Chleb razowy 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 60 g , Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Posiłek nocny: Deser mleczny z ryżem i owocami 150 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2723.61 kcal; Białko ogółem: 134.88 g; Tłuszcz: 104.78 g; Węglowodany ogółem: 306.26 g; Błonnik pokarmowy: 41.40 g; WW: 30.66 Por; Sód: 2156.90 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.02 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-05-05 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, 7-ziaren , bułka alpejska 120 g (GLUTEN , JAJA, ORZECHY , SEZAM), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Sos jogurtowy 30 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Szyńka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (SOJA, SELER), Sałatka z marchewki, jaj i kukurydzy 80 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Sałata lodowa 10 g , Herbata z cytryną 250 ml , Jogurt skyr 140 g ,	Zupa jarzynowa diet. 450 ml (GLUTEN , MLEKO), Filet z łososia pieczony na maśle 120 g (GLUTEN , RYBY, MLEKO , GORCZYCA), Surówka z k. włoskiej i marchwi 100 g , Ćwikła z jabłkiem 120 g , Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml ,	Zupa drobiowa z jarzynami z makaronem 350 g (GLUTEN , JAJA, SELER), Chleb bałtonowski, chleb razowy 90 g (GLUTEN), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 60 g , Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Gruszka 150 g , Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Posiłek nocny: Deser mleczny z ryżem i owocami 150 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2898.15 kcal; Białko ogółem: 138.31 g; Tłuszcz: 107.60 g; Węglowodany ogółem: 355.18 g; Błonnik pokarmowy: 35.56 g; WW: 35.34 Por; Sód: 1992.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.55 g;		
poniedziałek 2025-05-05 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, 7-ziaren , bułka alpejska 120 g (GLUTEN , JAJA, ORZECHY , SEZAM), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Sos jogurtowy 30 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Szyńka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (SOJA, SELER), Sałatka z marchewki , jaj i cebulki 80 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Sałata lodowa 10 g , Herbata z cytryną 250 ml , Jogurt skyr 140 g ,	Zupa jarzynowa z białą fasolą 450 ml (GLUTEN , MLEKO), Filet z łososia pieczony na maśle 120 g (GLUTEN , RYBY, MLEKO , GORCZYCA), Surówka z k. włoskiej i marchwi 100 g , Ćwikła z jabłkiem 120 g , Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml ,	Zupa drobiowa z jarzynami z makaronem 350 g (GLUTEN , JAJA, SELER), Ser topiony 40 g (MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g , Chleb bałtonowski, chleb razowy 90 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Gruszka 150 g , Posiłek nocny: Deser mleczny z ryżem i owocami 150 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 3089.32 kcal; Białko ogółem: 134.57 g; Tłuszcz: 124.76 g; Węglowodany ogółem: 358.44 g; Błonnik pokarmowy: 35.62 g; WW: 35.76 Por; Sód: 1947.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.77 g;		
poniedziałek 2025-05-05 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, 7-ziaren , bułka alpejska 120 g (GLUTEN , JAJA, ORZECHY , SEZAM), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Sos jogurtowy 30 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Szyńka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (SOJA, SELER), Sałatka z marchewki, jaj i kukurydzy 80 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Sałata lodowa 10 g , Herbata z cytryną 250 ml , Jogurt skyr 140 g ,	Zupa jarzynowa diet. 450 ml (GLUTEN , MLEKO), Filet z łososia pieczony na maśle 120 g (GLUTEN , RYBY, MLEKO , GORCZYCA), Surówka z k. włoskiej i marchwi 100 g , Ćwikła z jabłkiem 120 g , Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml ,	Zupa drobiowa z jarzynami z makaronem 350 g (GLUTEN , JAJA, SELER), Chleb bałtonowski, chleb razowy 90 g (GLUTEN), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 60 g , Ser topiony 40 g (MLEKO), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Gruszka 150 g , Posiłek nocny: Deser mleczny z ryżem i owocami 150 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 3014.10 kcal; Białko ogółem: 132.08 g; Tłuszcz: 118.72 g; Węglowodany ogółem: 355.79 g; Błonnik pokarmowy: 35.56 g; WW: 35.51 Por; Sód: 1971.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.37 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-05-06 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb razowy, bułka z ziarnami 100 g (GLUTEN , SOJA), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka z liściem(wędzonka wieprz. wędz. parzona) 50 g (SOJA), Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 30 g , Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Pomidorki koktajlowe 60 g , Sałata mix 10 g , II Śniadanie: Jogurt naturalny 150 g , Płatki musli z rodzynkami 15 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Udko z kurczaka pieczone 250 g (GORCZYCA), Surówka z marchwi i jabłka 120 g (MLEKO), Bukiet warzyw z wody 80 g (SELER), Ryż brazowy na sypko 200 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Sok pomidorowy 330 ml 1 szt ,	Ser żółty Edam 50 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr.parzona 40 g (GLUTEN , SOJA, SELER), Pomidor na sałacie zielonej 90 g , Szynka z liściem(wędzonka wieprz. wędz. parzona) 40 g (SOJA), Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Posiłek nocny: Kefir 375 g , Wafle ryżowe 20 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2510.66 kcal; Białko ogółem: 145.34 g; Tłuszcz: 95.17 g; Węglowodany ogółem: 289.16 g; Błonnik pokarmowy: 41.00 g; WW: 28.96 Por; Sód: 2759.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.58 g;		
wtorek 2025-05-06 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb razowy, bułka z ziarnami 100 g (GLUTEN , SOJA), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka z liściem(wędzonka wieprz. wędz. parzona) 50 g (SOJA), Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 30 g , Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Pomidorki koktajlowe 60 g , Sałata mix 10 g , II Śniadanie: Jogurt naturalny 150 g , Płatki musli z rodzynkami 15 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Udko z kurczaka pieczone 250 g (GORCZYCA), Surówka z marchwi i jabłka 120 g (MLEKO), Bukiet warzyw z wody 80 g (SELER), Ryż brazowy na sypko 200 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Podwieczorek: Sok pomidorowy 330 ml 1 szt ,	Ser żółty Edam 50 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr.parzona 40 g (GLUTEN , SOJA, SELER), Szynka z liściem(wędzonka wieprz. wędz. parzona) 40 g (SOJA), Pomidor na sałacie zielonej 90 g , Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Posiłek nocny: Kefir 375 g , Wafle ryżowe 20 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2510.66 kcal; Białko ogółem: 145.34 g; Tłuszcz: 95.17 g; Węglowodany ogółem: 289.16 g; Błonnik pokarmowy: 41.00 g; WW: 28.96 Por; Sód: 2759.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.58 g;		
wtorek 2025-05-06 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb razowy, bułka z ziarnami 100 g (GLUTEN , SOJA), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Szynka z liściem(wędzonka wieprz. wędz. parzona) 50 g (SOJA), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 30 g , Pomidorki koktajlowe 60 g , Sałata mix 10 g , Herbata z cytryną 250 ml , Miód porcjowy 25 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Udko z kurczaka pieczone 250 g (GORCZYCA), Surówka z marchwi i jabłka 120 g (MLEKO), Ryż na sypko 200 g , Bukiet warzyw z wody 80 g (SELER), Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml , Ciasto 70 g (GLUTEN , JAJA, MLEKO , ORZECHY),	Ser żółty Edam 50 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr.parzona 40 g (GLUTEN , SOJA, SELER), Szynka z liściem(wędzonka wieprz. wędz. parzona) 40 g (SOJA), Pomidor z kielkami 60 g , Chleb baltonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Kefir 375 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2886.72 kcal; Białko ogółem: 154.26 g; Tłuszcz: 96.30 g; Węglowodany ogółem: 433.30 g; Błonnik pokarmowy: 34.24 g; WW: 43.18 Por; Sód: 2821.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.72 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-05-06 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, chleb pszenny 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Szynka z liściem(wędzonka wieprz. wędz. parzona) 50 g (SOJA), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 30 g, Pomidorki koktajlowe 60 g, Sałata mix 10 g, Herbata z cytryną 250 ml, Miód porcjowy 25 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Udko z kurczaka pieczone 250 g (GORCZYCA), Surówka z marchwi i jabłka 120 g (MLEKO), Bukiet warzyw z wody 80 g (SELER), Ryż na sypko 200 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Ciasto 70 g (GLUTEN , JAJA , MLEKO , ORZECHY),	Ser żółty Edam 50 g (MLEKO), Pieczeń wiedeńska (drob -wieprz.środozdr) 60 g (GLUTEN , JAJA , MLEKO , GORCZYCA), Szynka z liściem(wędzonka wieprz. wędz. parzona) 40 g (SOJA), Pomidor na sałacie zielonej 90 g, Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Kefir 375 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2999.75 kcal; Białko ogółem: 161.68 g; Tłuszcz: 98.08 g; Węglowodany ogółem: 435.96 g; Błonnik pokarmowy: 32.57 g; WW: 43.43 Por; Sód: 3099.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.33 g;		
wtorek 2025-05-06 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, chleb pszenny 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka z liściem(wędzonka wieprz. wędz. parzona) 50 g (SOJA), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 30 g, Pomidorki koktajlowe 60 g, Sałata mix 10 g, Herbata z cytryną 250 ml, Miód porcjowy 25 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Udko z kurczaka pieczone 250 g (GORCZYCA), Surówka z marchwi i jabłka 120 g (MLEKO), Ryż na sypko 200 g, Bukiet warzyw z wody 80 g (SELER), Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Ciasto 70 g (GLUTEN , JAJA , MLEKO , ORZECHY),	Ser żółty Edam 50 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , SELER), Szynka z liściem(wędzonka wieprz. wędz. parzona) 40 g (SOJA), Pomidor z kielkami 60 g, Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Kefir 375 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2967.72 kcal; Białko ogółem: 158.09 g; Tłuszcz: 91.80 g; Węglowodany ogółem: 435.97 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g; WW: 43.54 Por; Sód: 3097.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.42 g;		
środa 2025-05-07 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Ser mozzarella 50 g, Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Celestynka 1 szt, II Śniadanie: Chleb razowy 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Pomidor 50 g, Sałata lodowa 15 g,	Zupa selerowa z makaronem z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Filet z kurczaka pieczony z jarzynami 130 g (GLUTEN , SELER , GORCZYCA), Fasolka szparagowa z wody 150 g, Kalafior gotowany z masłem 120 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Mandarynka 150 g,	Leczo z cukini i szynki mr. 350 g (SOJA , SELER), Szynka delikatesowa z fileta(gruborozr, parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO , SELER , GORCZYCA), Schab z kija 40 g, Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Sałata mix 10 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Jabłko 150 g, Posiłek nocny: Serek z polewą owocową 150 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2170.74 kcal; Białko ogółem: 115.98 g; Tłuszcz: 61.18 g; Węglowodany ogółem: 280.73 g; Błonnik pokarmowy: 46.58 g; WW: 28.04 Por; Sód: 1372.24 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.99 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-05-07 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Ser mozzarella 50 g, Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , II Śniadanie: Chleb razowy,graham 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Pomidor 50 g , Sałata lodowa 15 g ,	Zupa selerowa z makaronem z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Filet z kurczaka pieczony z jarzynami 130 g (GLUTEN , SELER , GORCZYCA), Fasolka szparagowa z wody 150 g, Kalafior gotowany z masłem 120 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Podwieczorek: Mandarynka 150 g ,	Leczo z cukini i szynki mr. 350 g (SOJA , SELER), Chleb razowy,graham 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka delikatesowa z fileta(gruborozr, parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO , SELER , GORCZYCA), Schab z kija 40 g, Sałata mix 10 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Jabłko 150 g , Posiłek nocny: Serek z polewa owocową 150 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2170.74 kcal; Białko ogółem: 115.98 g; Tłuszcz: 61.18 g; Węglowodany ogółem: 280.73 g; Błonnik pokarmowy: 46.58 g; WW: 28.04 Por; Sód: 1372.24 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.99 g;		
środa 2025-05-07 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Ser mozzarella 50 g, Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g, Herbata z cytryną 250 ml, Dżem porcjowy 1 szt ,	Zupa selerowa z makaronem z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Filet z kurczaka pieczony z jarzynami 130 g (GLUTEN , SELER , GORCZYCA), Marchewka gotowana z groszkiem 150 g (GLUTEN), Kalafior gotowany z masłem 120 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml , Cynamonka 1 szt ,	Leczo z cukini i szynki mr. 350 g (SOJA , SELER), Chleb bałtonowski, chleb razowy 90 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Szynka delikatesowa z fileta(gruborozr, parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO , SELER , GORCZYCA), Schab z kija 40 g, Sałata mix 10 g, Herbata z cytryną 250 ml, Mandarynka 150 g , Posiłek nocny: Serek z polewa owocową 150 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2746.56 kcal; Białko ogółem: 126.43 g; Tłuszcz: 62.07 g; Węglowodany ogółem: 427.09 g; Błonnik pokarmowy: 39.89 g; WW: 42.49 Por; Sód: 2955.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.48 g;		
środa 2025-05-07 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml (MLEKO), Chleb bałtonowski, 7-ziaren , bułka alpejska 120 g (GLUTEN , JAJA , ORZECHY , SEZAM), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Ser mozzarella 50 g, Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g, Herbata z cytryną 250 ml, Dżem porcjowy 1 szt ,	Zupa selerowa z makaronem z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Filet z kurczaka pieczony z jarzynami 130 g (GLUTEN , SELER , GORCZYCA), Marchewka gotowana z groszkiem 150 g (GLUTEN), Kalafior gotowany z masłem 120 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml , Cynamonka 1 szt ,	Leczo z cukini i kielbasy mr. 350 g, Chleb bałtonowski, chleb razowy 90 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka delikatesowa z fileta(gruborozr, parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO , SELER , GORCZYCA), Schab z kija 40 g, Herbata z cytryną 250 ml, Sałata mix 20 g, Mandarynka 150 g , Posiłek nocny: Serek z polewa owocową 150 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2862.77 kcal; Białko ogółem: 124.88 g; Tłuszcz: 79.92 g; Węglowodany ogółem: 410.41 g; Błonnik pokarmowy: 36.18 g; WW: 40.89 Por; Sód: 2678.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.32 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-05-07 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml (MLEKO), Chleb razowy, bułka z ziarnami 100 g (GLUTEN , SOJA), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Ser mozzarella 50 g, Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g, Herbata z cytryną 250 ml, Dżem porcjowy 1 szt,	Zupa selerowa z makaronem z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Filet z kurczaka pieczony z jarzynami 130 g (GLUTEN , SELER , GORCZYCA), Marchewka gotowana z groszkiem 150 g (GLUTEN), Kalafior gotowany z masłem 120 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Cynamonka 1 szt,	Leczo z cukini i szynki mr. 350 g (SOJA , SELER), Chleb baltonowski, chleb razowy 90 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka delikatesowa z fileta(gruborozr, parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO , SELER , GORCZYCA), Schab z kija 40 g, Sałata mix 10 g, Herbata z cytryną 250 ml, Mandarynka 150 g, Posiłek nocny: Serek z polewą owocową 150 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2833.52 kcal; Białko ogółem: 121.06 g; Tłuszcz: 73.91 g; Węglowodany ogółem: 431.73 g; Błonnik pokarmowy: 42.31 g; WW: 43.01 Por; Sód: 2719.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.81 g;		
czwartek 2025-05-08 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Szynka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (SOJA , SELER), Pasta z twarogu (półtł) i szynki wieprz. 60 g (SOJA , MLEKO , SELER), Pomidor na sałacie zielonej 70 g, II Śniadanie: Bułka grahamka 1 szt (GLUTEN , JAJA , ORZESZKI , SEZAM), Masło 5 g (MLEKO), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Sałata zielona 10 g, Celestynka 1 szt,	Zupa julianka z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Gyros po polsku pieczony z szynki wieprz. 100g/100ml 200 g (GLUTEN , GORCZYCA), Surówka z k. pekińskiej i marchwi z oliwą 120 g, Brukselka gotowana z masłem 120 g (MLEKO), Kasza gryczana 150 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Kiwi 100 g, Jogurt naturalny 150 g,	Salatka z buraczków diet. 130 g (JAJA , MLEKO), Szynka dębicka z indyka(drob. parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , SELER , GORCZYCA , SIARCZANY), Ser mozzarella 60 g, Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Sałata zielona 10 g, Posiłek nocny: Chleb razowy 40 g (GLUTEN), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2670.41 kcal; Białko ogółem: 129.23 g; Tłuszcz: 109.31 g; Węglowodany ogółem: 321.49 g; Błonnik pokarmowy: 44.88 g; WW: 32.16 Por; Sód: 3658.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.16 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-08		Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb razowy, graham 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Pasta z twarogu (półtł) i szynki wieprz. 60 g (SOJA , MLEKO , SELER), Szynka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (SOJA , SELER), Pomidor na sałacie zielonej 70 g , II Śniadanie: Bułka grahamka 1 szt (GLUTEN , JAJA , ORZESZKI , SEZAM), Masło 5 g (MLEKO), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Sałata zielona 10 g , Celestynka 1 szt ,	Zupa julianka z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Gyros po polsku pieczony z szynki wieprz. 100g/100ml 200 g (GLUTEN , GORCZYCA), Surówka z k. pekińskiej i marchwi z oliwą 120 g , Brukselka gotowana z masłem 120 g (MLEKO), Kasza gryczana 150 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Kiwi 100 g , Podwieczorek: Jogurt naturalny 150 g , Wafle ryżowe 20 g ,	Salatka z buraczków diet. 130 g (JAJA , MLEKO), Szynka dębicka z indyka(drob. parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , SELER , GORCZYCA , SIARCZANY), Ser mozzarella 50 g , Sałata zielona 10 g , Chleb razowy, graham 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Posiłek nocny: Chleb razowy, graham 40 g (GLUTEN), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2681.54 kcal; Białko ogółem: 129.49 g; Tłuszcz: 106.47 g; Węglowodany ogółem: 334.62 g; Błonnik pokarmowy: 44.88 g; WW: 33.43 Por; Sód: 3658.90 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.25 g;		
czwartek 2025-05-08		Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Pasta z twarogu (półtł) i szynki wieprz. 60 g (SOJA , MLEKO , SELER), Szynka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (SOJA , SELER), Pomidor na sałacie zielonej 70 g , Celestynka 1 szt ,	Zupa julianka z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Gyros po polsku pieczony z szynki wieprz. 100g/100ml 200 g (GLUTEN , GORCZYCA), Surówka z k. pekińskiej i marchwi z oliwą 120 g , Brukselka gotowana z masłem 120 g (MLEKO), Kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN), Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml , Kiwi 100 g ,	Salatka z buraczków diet. 130 g (JAJA , MLEKO), Szynka dębicka z indyka(drob. parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , SELER , GORCZYCA , SIARCZANY), Ser mozzarella 50 g , Sałata zielona 10 g , Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Miód porcjowy 25 g , Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2628.73 kcal; Białko ogółem: 118.64 g; Tłuszcz: 90.37 g; Węglowodany ogółem: 401.76 g; Błonnik pokarmowy: 34.59 g; WW: 40.20 Por; Sód: 3592.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.06 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-08 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Pasta z s.topionego i szynki wieprz. 60 g (SOJA , MLEKO , SELER), Szynka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (SOJA , SELER), Ogórek świeży ze szczypiorkiem 60 g, Celestynka 1 szt,	Zupa grochowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , SELER), Gyros po polsku pieczony z szynki wieprz. 100g/100ml 200 g (GLUTEN , GORCZYCA), Surówka z k. pekińskiej i marchwi z oliwą 120 g, Brukselka gotowana z masłem 120 g (MLEKO), Kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN), Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Kiwi 100 g,	Salatka z buraczków 130 g (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), Szynka dębicka z indyka(drob. parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , SELER , GORCZYCA , SIARCZANY), Ser mozzarella 50 g, Sałata zielona 10 g, Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Miód porcjowy 25 g, Posiłek nocny: Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2866.75 kcal; Białko ogółem: 117.98 g; Tłuszcz: 103.54 g; Węglowodany ogółem: 418.45 g; Błonnik pokarmowy: 37.85 g; WW: 42.01 Por; Sód: 3423.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.08 g;		
czwartek 2025-05-08 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Pasta z twarogu (półtł) i szynki wieprz. 60 g (SOJA , MLEKO , SELER), Szynka got.extra (wieprz. parzona z k. mięsa) 40 g (SOJA , SELER), Pomidor na sałacie zielonej 70 g, Celestynka 1 szt,	Zupa julianka z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Gyros po polsku pieczony z szynki wieprz. 100g/100ml 200 g (GLUTEN , GORCZYCA), Surówka z k. pekińskiej i marchwi z oliwą 120 g, Brukselka gotowana z masłem 120 g (MLEKO), Kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN), Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Kiwi 100 g,	Salatka z buraczków diet. 130 g (JAJA , MLEKO), Szynka dębicka z indyka(drob. parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , SELER , GORCZYCA , SIARCZANY), Ser mozzarella 50 g, Sałata zielona 10 g, Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Miód porcjowy 25 g, Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2700.73 kcal; Białko ogółem: 117.56 g; Tłuszcz: 93.97 g; Węglowodany ogółem: 403.02 g; Błonnik pokarmowy: 34.59 g; WW: 40.40 Por; Sód: 3592.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.06 g;		