

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-05-09 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (GLUTEN, MLEKO), Chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pasta z jaj z natką pietruszki 70 g (JAJA, GORCZYCA), Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Sałata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g, Papryka świeża z natką 60 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Sok owocowo-warzywny 330 ml 1 szt, II Śniadanie: Jogurt naturalny 150 g, Płatki musli z rodzynkami 15 g,	Zupa pomidorowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Filet z dorsza z jarzynami pieczony 120 g (GLUTEN, RYBY, SELER, GORCZYCA), Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi diet. z oliwą 120 g, Brokuły gotowany z wody 100 g, Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Śliwki 100 g,	Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem i jogutrem naturalnym 250 g (MLEKO), Ser biały w plastrach 70 g (MLEKO), Filet zapiekany(drobiowa, parzona) 40 g (GLUTEN, RYBY, SOJA, SELER, GORCZYCA), Pomidorki koktajlowe 60 g, Roszponka 10 g, Chleb razowy 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Mus warzywny 100 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2468.46 kcal; Białko ogółem: 107.79 g; Tłuszcz: 76.18 g; Węglowodany ogółem: 332.15 g; Błonnik pokarmowy: 40.33 g; WW: 33.09 Por; Sód: 2085.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.93 g;		
piątek 2025-05-09 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (GLUTEN, MLEKO), Chleb razowy, graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pasta z jaj z natką pietruszki 70 g (JAJA, GORCZYCA), Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Papryka świeża z natką 60 g, Sałata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Sok owocowo-warzywny 330 ml 1 szt, II Śniadanie: Jogurt naturalny 150 g, Płatki musli z rodzynkami 15 g,	Zupa pomidorowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Filet z dorsza z jarzynami pieczony 120 g (GLUTEN, RYBY, SELER, GORCZYCA), Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi diet. z oliwą 120 g, Brokuły gotowany z wody 100 g, Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Podwieczorek: Śliwki 100 g,	Ser biały w plastrach 70 g (MLEKO), Filet zapiekany(drobiowa, parzona) 40 g (GLUTEN, RYBY, SOJA, SELER, GORCZYCA), Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem i jogutrem naturalnym 250 g (MLEKO), Roszponka 10 g, Pomidorki koktajlowe 60 g, Chleb razowy, graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Maślanka 400 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2448.66 kcal; Białko ogółem: 110.31 g; Tłuszcz: 76.63 g; Węglowodany ogółem: 325.58 g; Błonnik pokarmowy: 40.33 g; WW: 32.39 Por; Sód: 2180.10 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.38 g;		
piątek 2025-05-09 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN, MLEKO), Chleb baltonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Pasta z jaj z natką pietruszki 70 g (JAJA, GORCZYCA), Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Bukiet warzyw gotowany 80 g, Sałata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g, Herbata z cytryną 250 ml, Sok owocowo-warzywny 330 ml 1 szt,	Zupa pomidorowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Filet z dorsza z jarzynami pieczony 120 g (GLUTEN, RYBY, SELER, GORCZYCA), Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi diet. z oliwą 120 g, Brokuły gotowany z wody 100 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Śliwki 100 g,	Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem i jogutrem naturalnym 250 g (MLEKO), Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Filet zapiekany(drobiowa, parzona) 40 g (GLUTEN, RYBY, SOJA, SELER, GORCZYCA), Roszponka 10 g, Pomidorki koktajlowe 60 g, Chleb baltonowski, chleb razowy 90 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Mus warzywny 100 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2661.66 kcal; Białko ogółem: 108.91 g; Tłuszcz: 68.38 g; Węglowodany ogółem: 408.67 g; Błonnik pokarmowy: 37.34 g; WW: 40.58 Por; Sód: 2248.24 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.16 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-05-09 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pasta z jaj z natka pietruszki 70 g (JAJA , GORCZYCA), Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Papryka świeża z natką 60 g, Salata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g, Herbata z cytryną 250 ml, Sok owocowo-warzywny 330 ml 1 szt,	Zupa pomidorowa z makaronem 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Filet z dorsza z jarzynami pieczony 120 g (GLUTEN , RYBY , SELER , GORCZYCA), Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi diet. z oliwą 120 g, Brokuły gotowany z wody 100 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Śliwki 100 g,	Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem i jogutrem naturalnym 250 g (MLEKO), Serek topiony 17g 2 szt (JAJA , MLEKO), Filet zapiekany(drobiowa, parzona) 40 g (GLUTEN , RYBY , SOJA , SELER , GORCZYCA), Pomidorki koktajlowe 60 g, Roszponka 10 g, Chleb baltonowski, chleb razowy 90 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Mus warzywny 100 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2740.41 kcal; Białko ogółem: 110.67 g; Tłuszcz: 95.49 g; Węglowodany ogółem: 409.64 g; Błonnik pokarmowy: 36.74 g; WW: 40.87 Por; Sód: 2879.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.43 g;		
piątek 2025-05-09 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pasta z jaj z natka pietruszki 70 g (JAJA , GORCZYCA), Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Bukiet warzyw gotowany 80 g, Salata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g, Herbata z cytryną 250 ml, Sok owocowo-warzywny 330 ml 1 szt,	Zupa pomidorowa z makaronem 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Filet z dorsza z jarzynami pieczony 120 g (GLUTEN , RYBY , SELER , GORCZYCA), Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi diet. z oliwą 120 g, Brokuły gotowany z wody 100 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Śliwki 100 g,	Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem i jogutrem naturalnym 250 g (MLEKO), Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Filet zapiekany(drobiowa, parzona) 40 g (GLUTEN , RYBY , SOJA , SELER , GORCZYCA), Roszponka 10 g, Pomidorki koktajlowe 60 g, Chleb baltonowski, chleb razowy 90 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Mus warzywny 100 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2733.66 kcal; Białko ogółem: 107.83 g; Tłuszcz: 71.98 g; Węglowodany ogółem: 409.93 g; Błonnik pokarmowy: 37.34 g; WW: 40.78 Por; Sód: 2248.24 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.16 g;		
sobota 2025-05-10 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Ser biały(półtłusty) ze szczypiorkiem 80 g (MLEKO), Kielbasa szynkowa wieprzowa(gruborozdr,wędz) 40 g (GLUTEN , SOJA), Pomidorki koktajlowe 60 g, Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 50 g, II Śniadanie: Grejpfrut 130 g, Serwatka truskawkowa 150 ml,	Krupnik na jarzynach z ziemniakami 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g (GLUTEN , MLEKO , GORCZYCA), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Salata lodowa z jogurtem naturalnym 100 g (MLEKO), Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Jabłko 150 g, Chleb razowy 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g (SOJA),	Pasta wieprzowo-drobiowa z jarzynami 80 g (SELER), Ser fawita plastry 50 g, Salata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g (MLEKO), Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g (GLUTEN), Sok pomidorowy 200 ml,
Wartości odżywcze: Energia : 2283.17 kcal; Białko ogółem: 119.98 g; Tłuszcz: 73.60 g; Węglowodany ogółem: 286.85 g; Błonnik pokarmowy: 41.71 g; WW: 28.74 Por; Sód: 3209.88 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.52 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-05-10 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb razowy,graham 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Ser biały(półtusty) ze szczypiorkiem 80 g (MLEKO), Kielbasa szynkowa wieprzowa(gruborozdr,wędz) 40 g (GLUTEN , SOJA), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 50 g , Pomidorki koktajlowe 60 g , II Śniadanie: Grejpfrut 130 g , Serwatka truskawkowa 150 ml ,	Krupnik na jarzynach z ziemniakami 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g (GLUTEN , MLEKO , GORCZYCA), Ziemniaki z koperkiem 120 g , Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g , Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 100 g (MLEKO), Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Jabłko 150 g , Podwieczorek: Chleb razowy,graham 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g (SOJA),	Pasta wieprzowo-drobiowa z jarzynami 80 g (SELER), Ser fawita plastry 50 g , Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g (MLEKO), Chleb razowy,graham 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Posiłek nocny: Sok pomidorowy 200 ml , Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia : 2283.17 kcal; Białko ogółem: 119.98 g; Tłuszcz: 73.60 g; Węglowodany ogółem: 286.85 g; Błonnik pokarmowy: 41.71 g; WW: 28.74 Por; Sód: 3209.88 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.52 g;		
sobota 2025-05-10 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Ser biały(półtusty) ze szczypiorkiem 80 g (MLEKO), Kielbasa szynkowa wieprzowa(gruborozdr,wędz) 40 g (GLUTEN , SOJA), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 40 g , Pomidorki koktajlowe 60 g , Dżem porcjowy 1 szt , Herbata z cytryną 250 ml ,	Krupnik na jarzynach z ziemniakami 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g (GLUTEN , MLEKO , GORCZYCA), Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g , Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 100 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml , Drożdżówka z serem 1 szt (GLUTEN , JAJA , MLEKO), Gruszka 150 g ,	Pasta wieprzowo-drobiowa z jarzynami 80 g (SELER), Ser fawita plastry 50 g , Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g (SOJA), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Sok owocowy 330 ml 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2782.56 kcal; Białko ogółem: 133.72 g; Tłuszcz: 74.08 g; Węglowodany ogółem: 407.18 g; Błonnik pokarmowy: 30.21 g; WW: 40.43 Por; Sód: 2594.81 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.20 g;		
sobota 2025-05-10 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Ser biały(półtusty) ze szczypiorkiem 80 g (MLEKO), Kielbasa szynkowa wieprzowa(gruborozdr,wędz) 40 g (GLUTEN , SOJA), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 40 g , Pomidorki koktajlowe 60 g , Herbata z cytryną 250 ml , Dżem porcjowy 1 szt ,	Krupnik na jarzynach z ziemniakami 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Bigos z mięsem wieprzowym 300 g (GLUTEN), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml , Drożdżówka z serem 1 szt (GLUTEN , JAJA , MLEKO), Gruszka 150 g ,	Pieczeń wiedeńska (drob -wieprz.średrozdr) 60 g (GLUTEN , JAJA , MLEKO , GORCZYCA), Ser fawita plastry 50 g , Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g (SOJA), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Sok owocowy 330 ml 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2865.90 kcal; Białko ogółem: 114.94 g; Tłuszcz: 92.67 g; Węglowodany ogółem: 396.76 g; Błonnik pokarmowy: 29.31 g; WW: 39.44 Por; Sód: 1324.94 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.07 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-05-10 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb balonowski, chleb graham, chleb pszenny 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Ser biały(półtusty) ze szczypiorkiem 80 g (MLEKO), Kiełbasa szynkowa wieprzowa(gruborozdr.wędz.) 40 g (GLUTEN , SOJA), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz.parzony) 40 g, Pomidorki koktajlowe 60 g, Herbata z cukrem 250 ml, Dżem porcjowy 1 szt,	Krupnik na jarzynach z ziemniakami 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g (GLUTEN , MLEKO , GORCZYCA), Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 100 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Drożdżówka z serem 1 szt (GLUTEN , JAJA , MLEKO), Gruszka 150 g,	Pasta wieprzowo-drobiowa z jarzynami 80 g (SELER), Ser fawita plastry 50 g, Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g (SOJA), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g (MLEKO), Chleb balonowski, chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Sok owocowy 330 ml 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2818.92 kcal; Białko ogółem: 132.50 g; Tłuszcz: 77.62 g; Węglowodany ogółem: 399.55 g; Błonnik pokarmowy: 29.85 g; WW: 39.73 Por; Sód: 2593.84 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.20 g;		
niedziela 2025-05-11 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Pomidor z kiełkami 60 g, Sałata mix 10 g, Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 50 g (SOJA), II Śniadanie: Chleb razowy 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Sałata zielona 10 g,	Zupa szpinakowa z makaronem 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Schab duszony w jarzynach 100g/150ml 250 g (GLUTEN , SELER), Sałata zielona z jogurtem naturalnym 80 g (MLEKO), Bukiet warzyw z wody 120 g (SELER), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Pomarańcza 150 g,	Salatka warzywna m 150 g (JAJA), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g (SOJA), Kiełbasa żywiecka (wieprz. wędzona parzona) 40 g (SOJA , MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g (MLEKO), Chleb razowy 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150 g, Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia : 2342.72 kcal; Białko ogółem: 120.89 g; Tłuszcz: 78.82 g; Węglowodany ogółem: 274.05 g; Błonnik pokarmowy: 41.02 g; WW: 27.20 Por; Sód: 3016.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.74 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-05-11		
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), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Szynka pieczona (szynka wp. parzona) 50 g (SOJA), Pomidor z kielkami 60 g, Sałata mix 10 g, II Śniadanie: Chleb razowy, graham 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Sałata zielona 10 g,	Zupa szpinakowa z makaronem 450 g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Schab duszony w jarzynach 100g/150ml 250 g (GLUTEN, SELER), Sałata zielona z jogurtem naturalnym 80 g (MLEKO), Bukiet warzyw z wody 120 g (SELER), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Podwieczorek: Kiwi 100 g,	Salatka warzywna m 150 g (JAJA), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g (SOJA), Kielbasa żywiecka (wieprz. wędzona parzona) 40 g (SOJA, MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g (MLEKO), Chleb razowy, graham 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150 g, Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia : 2317.88 kcal; Białko ogółem: 120.16 g; Tłuszcz: 78.93 g; Węglowodany ogółem: 267.24 g; Błonnik pokarmowy: 39.66 g; WW: 26.60 Por; Sód: 3014.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.81 g;		
niedziela 2025-05-11		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN, MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Szynka pieczona (szynka wp. parzona) 50 g (SOJA), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Pomidor z kielkami 60 g, Sałata mix 10 g,	Zupa szpinakowa z makaronem 450 g (GLUTEN, MLEKO, SELER), Schab pieczony z morelą w sosie własnym 120g/150ml 270 g (GLUTEN), Buraczki na gorąco 160 g (GLUTEN), Bukiet warzyw z wody 120 g (SELER), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Piernik 70 g (GLUTEN, JAJA), Kiwi 100 g,	Salatka warzywna m 150 g (JAJA), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g (SOJA), Kielbasa żywiecka (wieprz. wędzona parzona) 40 g (SOJA, MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt pitny 250 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2679.81 kcal; Białko ogółem: 122.02 g; Tłuszcz: 83.88 g; Węglowodany ogółem: 357.49 g; Błonnik pokarmowy: 37.88 g; WW: 35.45 Por; Sód: 2699.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.12 g;		
niedziela 2025-05-11		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN, MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Jajko w majonezie 50g/25 1 szt (JAJA, MLEKO, GORCZYCA), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Szynka pieczona (szynka wp. parzona) 50 g (SOJA), Pomidor z kielkami 60 g, Sałata mix 10 g,	Zupa pieczarkowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER), Schab pieczony z morelą w sosie własnym 120g/150ml 270 g (GLUTEN), Buraczki na gorąco 160 g (GLUTEN), Bukiet warzyw z wody 120 g (SELER), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Piernik 70 g (GLUTEN, JAJA), Kiwi 100 g,	Salatka szwedzka z czerwoną fasolą 130 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g (SOJA), Kielbasa żywiecka (wieprz. wędzona parzona) 40 g (SOJA, MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt pitny 250 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2853.55 kcal; Białko ogółem: 125.31 g; Tłuszcz: 92.73 g; Węglowodany ogółem: 369.03 g; Błonnik pokarmowy: 37.77 g; WW: 36.65 Por; Sód: 3517.82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.77 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-05-11		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 50 g (SOJA), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Pomidor z kielkami 60 g, Sałata mix 10 g,	Zupa szpinakowa z makaronem 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Schab pieczony z morelą w sosie własnym 120g/150ml 270 g (GLUTEN), Buraczki na gorąco 160 g (GLUTEN), Bukiet warzyw z wody 120 g (SELER), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Piernik 70 g (GLUTEN , JAJA), Kiwi 100 g,	Salatka warzywna m 150 g (JAJA), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g (SOJA), Kielbasa żywiecka (wieprz. wędzona parzona) 40 g (SOJA , MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami i fetą 80 g (MLEKO), Chleb baltonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt pitny 250 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2751.81 kcal; Białko ogółem: 120.94 g; Tłuszcz: 87.48 g; Węglowodany ogółem: 358.75 g; Błonnik pokarmowy: 37.88 g; WW: 35.65 Por; Sód: 2699.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.12 g;		
poniedziałek 2025-05-12		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Twarożek (półtłusty) z koperkiem 60 g (MLEKO), Pomidorki koktajlowe 60 g, Szynka delikatesowa z fileta(gruborozr, parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO , SELER , GORCZYCA), Rzodkiew biała z jabłkiem 60 g (MLEKO), Szynka Przecławka (wędzonka wieprz, wędz, parz) 50 g, Kiwi 100 g, II Śniadanie: Chleb razowy 40 g (GLUTEN), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g (SOJA), Masło 5 g (MLEKO),	Zupa na s.ogórkowym z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Bitki z fileta drobiowego duszone 100g/150ml 250 g (GLUTEN , SELER , GORCZYCA), Surówka z marchwi i jabłka 120 g (MLEKO), Ryż brazowy na sypko 200 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Brokuły gotowany z masłem 100 g (MLEKO), Mandarynka 150 g,	Kielbaski goleszowskie z wody gotowane (wieprz.drobnorozr, wędzona, parzona) 100 g (GLUTEN , SOJA), Ketchup 20 g (GORCZYCA), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Pomidor na sałacie zielonej z natką pietruszki 70 g, Chleb razowy 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Ser fawita plastry 50 g, Posiłek nocny: Chleb razowy 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Twarożek semikowy 50 g (MLEKO), Sałata zielona 10 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2517.78 kcal; Białko ogółem: 142.57 g; Tłuszcz: 90.74 g; Węglowodany ogółem: 305.35 g; Błonnik pokarmowy: 47.68 g; WW: 30.57 Por; Sód: 2074.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.92 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-05-12 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb razowy,graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Twarożek (półtłusty) z koperkiem 60 g (MLEKO), Pomidorki koktajlowe 60 g , Szynka delikatesowa z fileta(gruborozr, parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA), Rzodkiew biała z jabłkiem 60 g (MLEKO), Szynka Przecławka (wędzonka wieprz, wędz, parz) 50 g , Mus warzywny 100 g , II Śniadanie: Chleb razowy,graham 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 30 g (SOJA),	Zupa na s.ogórkowym z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Bitki z fileta drobiowego duszone 100g/150ml 250 g (GLUTEN , SELER , GORCZYCA), Surówka z marchwi i jabłka 120 g (MLEKO), Ryż brazowy na sypko 200 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Mandarynka 150 g , Brokuły gotowany z masłem 100 g (MLEKO), Podwieczorek: Sok pomidorowy 330 ml 1 szt ,	Kielbaski goleszowskie z wody gotowane (wieprz.drobnorozdr, wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN , SOJA), Ketchup 20 g (GORCZYCA), Pomidor na sałacie zielonej z natka pietruszki 70 g , Chleb razowy,graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Ser fawita plastry 50 g , Posiłek nocny: Chleb razowy,graham 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Twarożek sernikowy 50 g (MLEKO), Sałata zielona 10 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2475.19 kcal; Białko ogółem: 140.55 g; Tłuszcz: 85.29 g; Węglowodany ogółem: 306.36 g; Błonnik pokarmowy: 46.78 g; WW: 30.63 Por; Sód: 2244.94 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.48 g;		
poniedziałek 2025-05-12 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 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), Szynka delikatesowa z fileta(gruborozr, parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA), Szynka Przecławka (wędzonka wieprz, wędz, parz) 50 g , Pomidorki koktajlowe 60 g , Rzodkiew biała z jabłkiem 60 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Mus warzywny 100 g ,	Zupa na s.ogórkowym z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Bitki z fileta drobiowego duszone 100g/150ml 250 g (GLUTEN , SELER , GORCZYCA), Surówka z marchwi i jabłka 120 g (MLEKO), Ryż na sypko 200 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml , Ciasto 70 g (GLUTEN , JAJA, MLEKO , ORZECHY), Brokuły gotowany z masłem 100 g (MLEKO),	Kielbaski goleszowskie z wody gotowane (wieprz.drobnorozdr, wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN , SOJA), Ketchup 20 g (GORCZYCA), Pomidor na sałacie zielonej z natka pietruszki 70 g , Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Ser fawita plastry 50 g , Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2749.45 kcal; Białko ogółem: 130.67 g; Tłuszcz: 78.36 g; Węglowodany ogółem: 391.30 g; Błonnik pokarmowy: 36.64 g; WW: 38.93 Por; Sód: 2185.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.87 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-05-12 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Sertopiony 40 g (MLEKO), Szynka delikatesowa z fileta (gruborozr, parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA), Szynka Przecławska (wędzonka wieprz, wędz, parz) 50 g, Pomidorki koktajlowe 60 g, Rzodkiew biała z jabłkiem 60 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Mus warzywny 100 g,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Bitki z fileta drobiowego duszone 100g/150ml 250 g (GLUTEN , SELER , GORCZYCA), Ryż brazowy na sypko 200 g, Surówka z marchwi i jabłka 120 g (MLEKO), Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Ciasto 70 g (GLUTEN , JAJA, MLEKO , ORZECHY), Brokuły gotowany z masłem 100 g (MLEKO),	Kielbaski goleszowskie z wody gotowane (wieprz.drobnorozdr, wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN , SOJA), Ketchup 20 g (GORCZYCA), Pomidor na sałacie zielonej z natka pietruszki 70 g, Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Ser fawita plastry 50 g, Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2942.15 kcal; Białko ogółem: 116.36 g; Tłuszcz: 92.92 g; Węglowodany ogółem: 404.51 g; Błonnik pokarmowy: 42.06 g; WW: 40.33 Por; Sód: 2353.24 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.35 g;		
poniedziałek 2025-05-12 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 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), Szynka delikatesowa z fileta (gruborozr, parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA), Szynka Przecławska (wędzonka wieprz, wędz, parz) 50 g, Pomidorki koktajlowe 60 g, Rzodkiew biała z jabłkiem 60 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Mus warzywny 100 g,	Zupa na s.ogórkowym z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Bitki z fileta drobiowego duszone 100g/150ml 250 g (GLUTEN , SELER , GORCZYCA), Surówka z marchwi i jabłka 120 g (MLEKO), Ryż na sypko 200 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Ciasto 70 g (GLUTEN , JAJA, MLEKO , ORZECHY), Brokuły gotowany z masłem 100 g (MLEKO),	Kielbaski goleszowskie z wody gotowane (wieprz.drobnorozdr, wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN , SOJA), Ketchup 20 g (GORCZYCA), Pomidor na sałacie zielonej z natka pietruszki 70 g, Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Ser fawita plastry 50 g, Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2821.45 kcal; Białko ogółem: 129.59 g; Tłuszcz: 81.96 g; Węglowodany ogółem: 392.56 g; Błonnik pokarmowy: 36.64 g; WW: 39.13 Por; Sód: 2185.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.87 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-05-13		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Chleb razowy 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), Sałatka z brokuła, jajka i pomidora diet. 80 g (JAJA , MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g, II Śniadanie: Jogurt naturalny 150 g, Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g (GLUTEN),	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 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Mandarynka 150 g,	Twarożek (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 kiszony 60 g, Chleb razowy 80 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), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Sałata zielona 10 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2205.62 kcal; Białko ogółem: 126.59 g; Tłuszcz: 80.20 g; Węglowodany ogółem: 244.07 g; Błonnik pokarmowy: 35.56 g; WW: 24.40 Por; Sód: 3041.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.45 g;		
wtorek 2025-05-13		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Chleb razowy, 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), Sałatka z brokuła, jajka i pomidora diet. 80 g (JAJA , MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g, II Śniadanie: Jogurt naturalny 150 g, Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g (GLUTEN),	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 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Sok owocowo-warzywny 330 ml 1 szt, Podwieczorek: Mandarynka 150 g,	Twarożek (półt) z tuńczykiem 80 g (RYBY , SOJA , MLEKO), Kielbasa szynkowa wieprzowa (gruborozdr, wędz) 40 g (GLUTEN , SOJA), Ogórek kiszony 60 g, Roszponka 10 g, Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 50 g (JAJA , SOJA , MLEKO , GORCZYCA , SEZAM), Chleb razowy, graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Chleb razowy, graham 40 g (GLUTEN), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Masło 5 g (MLEKO), Sałata zielona 10 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2243.51 kcal; Białko ogółem: 127.22 g; Tłuszcz: 80.69 g; Węglowodany ogółem: 252.40 g; Błonnik pokarmowy: 36.64 g; WW: 25.23 Por; Sód: 3041.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.54 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-05-13 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300 ml (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, 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, Sałatka z brokuła, jajka i pomidora 80 g (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), 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 wieloowocowy z cukrem 250 ml, Cynamonka 1 szt,	Twarożek (półtł) 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), Pomidorki koktajlowe 60 g, Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Roszponka 10 g, Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Mandarynka 150 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2764.83 kcal; Białko ogółem: 138.44 g; Tłuszcz: 74.27 g; Węglowodany ogółem: 398.84 g; Błonnik pokarmowy: 34.52 g; WW: 39.59 Por; Sód: 3248.10 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.84 g;		
wtorek 2025-05-13 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300 ml (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 120 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), Sałatka z brokuła, jajka i pomidora 80 g (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), 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 wieloowocowy z cukrem 250 ml, Cynamonka 1 szt,	Twarożek (półtł) 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), Papryka świeża 60 g, Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Roszponka 10 g, Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Mandarynka 150 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2917.75 kcal; Białko ogółem: 144.04 g; Tłuszcz: 79.71 g; Węglowodany ogółem: 414.90 g; Błonnik pokarmowy: 39.93 g; WW: 41.28 Por; Sód: 3233.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.15 g;		
wtorek 2025-05-13 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300 ml (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 120 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), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g, Sałatka z brokuła, jajka i pomidora 80 g (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), 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 wieloowocowy z cukrem 250 ml, Cynamonka 1 szt,	Twarożek (półtł) 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), Roszponka 10 g, Pomidorki koktajlowe 60 g, Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Mandarynka 150 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2836.83 kcal; Białko ogółem: 137.36 g; Tłuszcz: 77.87 g; Węglowodany ogółem: 400.10 g; Błonnik pokarmowy: 34.52 g; WW: 39.79 Por; Sód: 3248.10 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.84 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-05-14		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN , SOJA , SELER), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Sałatka wiosenna 100 g (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), Ser mozzarella 50 g , Roszponka 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 serowa z makaronem 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (GLUTEN , JAJA , GORCZYCA), Ćwikła z jabłkiem 120 g , Ziemniaki z koperkiem 120 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Brokuły gotowany z wody 100 g , Grejpfrut 130 g ,	Pasta wieprzowo-drobiowa z jarzynami 60 g (SELER), Surówka z białej rzodkwi i jabłek 150 g (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami 80 g , Chleb razowy 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Posiłek nocny: Jogurt skyr naturalny 140 g , Płatki musli z rodzynkami 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2233.78 kcal; Białko ogółem: 109.05 g; Tłuszcz: 78.84 g; Węglowodany ogółem: 262.94 g; Błonnik pokarmowy: 39.03 g; WW: 26.36 Por; Sód: 2598.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.17 g;		
środa 2025-05-14		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN , SOJA , SELER), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Sałatka wiosenna 100 g (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), Ser mozzarella 50 g , Roszponka 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 serowa z makaronem 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (GLUTEN , JAJA , GORCZYCA), Ćwikła z jabłkiem 120 g , Ziemniaki z koperkiem 120 g , Brokuły gotowany z wody 100 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Podwieczorek: Grejpfrut 130 g ,	Pasta wieprzowo-drobiowa z jarzynami 60 g (SELER), Surówka z białej rzodkwi i jabłek 150 g (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami 80 g , Chleb razowy 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Posiłek nocny: Jogurt skyr naturalny 140 g , Płatki musli z rodzynkami 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2233.78 kcal; Białko ogółem: 109.05 g; Tłuszcz: 78.84 g; Węglowodany ogółem: 262.94 g; Błonnik pokarmowy: 39.03 g; WW: 26.36 Por; Sód: 2598.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.17 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-05-14 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN , SOJA, SELER), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Pomidor 60 g , Ser mozzarella 50 g , Roszponka 10 g , Pomidor z kielkami 60 g , Herbata z cytryną 250 ml ,	Zupa serowa z makaronem 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (GLUTEN , JAJA, GORCZYCA), Ćwikła z jabłkiem 120 g , Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml , Banan 150 g , Brokuły gotowany z wody 100 g ,	Pasta wieprzowo-drobiowa z jarzynami 60 g (SELER), Surówka z białej rzodkwi i jabłek 150 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Szyńka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA, MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy 100 g (GLUTEN), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami 80 g , Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Jogurt skyr 140 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2542.77 kcal; Białko ogółem: 114.14 g; Tłuszcz: 69.52 g; Węglowodany ogółem: 368.02 g; Błonnik pokarmowy: 35.75 g; WW: 36.48 Por; Sód: 2361.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.79 g;		
środa 2025-05-14 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN , SOJA, SELER), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Roszponka 10 g , Ser mozzarella 50 g , Sałatka wiosenna 100 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Herbata z cytryną 250 ml , Pomidor z kielkami 60 g ,	Zupa serowa z makaronem 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (GLUTEN , JAJA, GORCZYCA), Ćwikła z jabłkiem 120 g , Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml , Banan 150 g , Brokuły gotowany z wody 100 g ,	Pasta wieprzowo-drobiowa z jarzynami 60 g (SELER), Surówka z białej rzodkwi i jabłek 150 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Szyńka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA, MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy 100 g (GLUTEN), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami 80 g , Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Jogurt skyr 140 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2657.05 kcal; Białko ogółem: 115.20 g; Tłuszcz: 76.42 g; Węglowodany ogółem: 370.65 g; Błonnik pokarmowy: 36.09 g; WW: 36.83 Por; Sód: 2735.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.62 g;		
środa 2025-05-14 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN , SOJA, SELER), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Pomidor 60 g , Ser mozzarella 50 g , Roszponka 10 g , Pomidor z kielkami 60 g , Herbata z cytryną 250 ml ,	Zupa serowa z makaronem 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (GLUTEN , JAJA, GORCZYCA), Ćwikła z jabłkiem 120 g , Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml , Banan 150 g , Brokuły gotowany z wody 100 g ,	Pasta wieprzowo-drobiowa z jarzynami 60 g (SELER), Surówka z białej rzodkwi i jabłek 150 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Szyńka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA, MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy 100 g (GLUTEN), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami 80 g , Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Jogurt skyr 140 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2614.77 kcal; Białko ogółem: 113.06 g; Tłuszcz: 73.12 g; Węglowodany ogółem: 369.28 g; Błonnik pokarmowy: 35.75 g; WW: 36.68 Por; Sód: 2361.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.79 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-15		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Polędwica sopocka (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), Jabłko 150 g , II Śniadanie: Chleb razowy 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Jajko gotowane 50 g (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 z oliwą 120 g , Kasza gryczana 150 g , Sałata lodowa z s.ogrodowym 80 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Sałatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO), Podwieczorek: Sałatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO),	Sałatka jarzynowa mr z soczewicą 130 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g , Chleb razowy 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 50 g , Pomidorki koktajlowe 60 g , Posiłek nocny: Chleb razowy 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 : 2502.24 kcal; Białko ogółem: 135.29 g; Tłuszcz: 91.18 g; Węglowodany ogółem: 324.31 g; Błonnik pokarmowy: 46.47 g; WW: 32.22 Por; Sód: 2850.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.85 g;		
czwartek 2025-05-15		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 6 POSIŁKOWA		
Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Polędwica sopocka (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), Jabłko 150 g , II Śniadanie: Chleb razowy 40 g (GLUTEN), Jajko gotowane 50 g (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 z oliwą 120 g , Sałata lodowa z s.ogrodowym 80 g , Kasza gryczana 150 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Podwieczorek: Sałatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO),	Sałatka jarzynowa mr z soczewicą 130 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g , Chleb razowy 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 50 g , Pomidorki koktajlowe 60 g , Posiłek nocny: Chleb razowy 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 : 2502.24 kcal; Białko ogółem: 135.29 g; Tłuszcz: 91.18 g; Węglowodany ogółem: 324.31 g; Błonnik pokarmowy: 46.47 g; WW: 32.22 Por; Sód: 2850.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.85 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-15 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Twarożek (półtłusty) 60 g (MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (JAJA), Drożdżówka z marmoladą 1 szt (GLUTEN , JAJA), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Gruszka 150 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 z oliwą 120 g , Sałata lodowa z s.ogrodowym 80 g , Kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN), Kompot wielowocowy z cukrem 250 ml , Sałatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO),	Salatka jarzynowa mr z soczewicą 130 g (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g , Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 50 g , Pomidorki koktajlowe 60 g , Chleb baltonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2772.68 kcal; Białko ogółem: 131.05 g; Tłuszcz: 78.28 g; Węglowodany ogółem: 399.70 g; Błonnik pokarmowy: 38.99 g; WW: 39.80 Por; Sód: 2678.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.70 g;		
czwartek 2025-05-15 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Serek topiony 17g 2 szt (JAJA , MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (JAJA), Drożdżówka z marmoladą 1 szt (GLUTEN , JAJA), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Gruszka 150 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 z oliwą 120 g , Sałata lodowa z s.ogrodowym 80 g , Kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN), Kompot wielowocowy z cukrem 250 ml , Sałatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO),	Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g , Salatka jarzynowa mr z soczewicą 130 g (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 50 g , Ogórek kiszony 60 g , Chleb baltonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2884.30 kcal; Białko ogółem: 122.32 g; Tłuszcz: 105.00 g; Węglowodany ogółem: 405.37 g; Błonnik pokarmowy: 40.95 g; WW: 40.55 Por; Sód: 3828.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.14 g;		
czwartek 2025-05-15 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Twarożek (półtłusty) 60 g (MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (JAJA), Drożdżówka z marmoladą 1 szt (GLUTEN , JAJA), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Gruszka 150 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 z oliwą 120 g , Sałata lodowa z s.ogrodowym 80 g , Kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN), Kompot wielowocowy z cukrem 250 ml , Sałatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO),	Salatka jarzynowa mr z soczewicą 130 g (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g , Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 50 g , Pomidorki koktajlowe 60 g , Chleb baltonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2844.68 kcal; Białko ogółem: 129.97 g; Tłuszcz: 81.88 g; Węglowodany ogółem: 400.96 g; Błonnik pokarmowy: 38.99 g; WW: 40.00 Por; Sód: 2678.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.70 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-05-16 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Herbata bez cukru 250 ml , Chleb razowy 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 50 g (JAJA), Ogórek kiszony 60 g , Sos jogurtowy 30 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Ser mozzarella 50 g , Rukola 10 g , II Śniadanie: Chleb razowy 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 kiszonej i marchwi z oliwą 120 g , Ziemniaki z koperkiem 120 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Pomarańcza 150 g ,	Makaron ze szpinakiem i serem feta 350 g (GLUTEN , JAJA, MLEKO), Sałata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g , Ser fawita plastry 50 g , Chleb razowy 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Ser żółty Edam 40 g (MLEKO), Herbata bez cukru 250 ml , Posiłek nocny: Maślanka 400 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2353.51 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 89.80 g; Węglowodany ogółem: 267.88 g; Błonnik pokarmowy: 37.10 g; WW: 26.63 Por; Sód: 3471.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.97 g;		
piątek 2025-05-16 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Herbata bez cukru 250 ml , Chleb razowy 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 50 g (JAJA), Ogórek kiszony 60 g , Sos jogurtowy 30 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Ser mozzarella 50 g , Rukola 10 g , II Śniadanie: Chleb razowy 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 kiszonej i marchwi z oliwą 120 g , Ziemniaki z koperkiem 120 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Podwieczorek: Pomarańcza 150 g ,	Makaron ze szpinakiem i serem feta 350 g (GLUTEN , JAJA, MLEKO), Sałata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g , Ser fawita plastry 50 g , Ser żółty Edam 40 g (MLEKO), Chleb razowy 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata bez cukru 250 ml , Posiłek nocny: Maślanka 400 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2353.51 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 89.80 g; Węglowodany ogółem: 267.88 g; Błonnik pokarmowy: 37.10 g; WW: 26.63 Por; Sód: 3471.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.97 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-05-16 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, 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 50 g (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 kiszzonej i marchwi diet. z oliwą 120 g , Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml , Pomarańcza 150 g ,	Makaron ze szpinakiem i serem fetą 350 g (GLUTEN , JAJA, MLEKO), Ser fawita plastry 50 g , Salata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g , Ser żółty Edam 40 g (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy 90 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Maślanka 400 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2691.85 kcal; Białko ogółem: 123.23 g; Tłuszcz: 93.39 g; Węglowodany ogółem: 349.30 g; Błonnik pokarmowy: 35.43 g; WW: 34.47 Por; Sód: 3308.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.15 g;		
piątek 2025-05-16 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pasta z twarogu(półtł) z makrelą w s.pomid. 70 g (GLUTEN , RYBY, MLEKO , GORCZYCA), Jajko gotowane 50 g (JAJA), Ogórek kiszony 60 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 kiszzonej i marchwi diet. z oliwą 120 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml , Pomarańcza 150 g ,	Racuchy drożdżowe 200 g (GLUTEN , JAJA, MLEKO), Ser żółty Edam 40 g (MLEKO), Ser fawita plastry 50 g , Salata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g , Chleb bałtonowski, chleb razowy 90 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Maślanka 400 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 3084.78 kcal; Białko ogółem: 131.99 g; Tłuszcz: 111.71 g; Węglowodany ogółem: 387.27 g; Błonnik pokarmowy: 37.68 g; WW: 38.39 Por; Sód: 2912.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.63 g;		
piątek 2025-05-16 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pasta z twarogu(półtł) z makrelą w s.pomid. 70 g (GLUTEN , RYBY, MLEKO , GORCZYCA), Jajko gotowane 50 g (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 kiszzonej i marchwi diet. z oliwą 120 g , Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml , Pomarańcza 150 g ,	Makaron ze szpinakiem i serem fetą 350 g (GLUTEN , JAJA, MLEKO), Ser fawita plastry 50 g , Salata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g , Ser żółty Edam 40 g (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy 90 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Maślanka 400 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2746.03 kcal; Białko ogółem: 122.08 g; Tłuszcz: 96.96 g; Węglowodany ogółem: 346.11 g; Błonnik pokarmowy: 35.25 g; WW: 34.22 Por; Sód: 3308.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.15 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-05-17		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g (SOJA), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Pomidorki koktajlowe 60 g , Sałata mix 10 g , Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 50 g (SOJA), Kiwi 100 g , II Śniadanie: Jogurt naturalny 150 g , Wafle ryżowe 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Udko z kurczaka gotowane 250 g , Fasolka szparagowa z wody 150 g , Kasza bulgur na sypko 150 g (MLEKO), Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g , Sok pomidorowy 330 ml 1 szt ,	Pasta z twarogu (półtł) i szynki wieprz. 80 g (SOJA, MLEKO , SELER), Kielbasa żywiecka (wieprz. wędzona parzona) 40 g (SOJA, MLEKO), Ser fawita plastry 50 g , Nowalijki na sałacie zielonej 100 g , Chleb razowy 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata bez cukru 250 ml , Posiłek nocny: Chleb razowy 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 30 g , Sałata zielona 10 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2476.41 kcal; Białko ogółem: 157.84 g; Tłuszcz: 89.65 g; Węglowodany ogółem: 272.61 g; Błonnik pokarmowy: 36.93 g; WW: 27.38 Por; Sód: 3171.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.37 g;		
sobota 2025-05-17		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g (SOJA), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Pomidorki koktajlowe 60 g , Sałata mix 10 g , Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 50 g (SOJA), Kiwi 100 g , II Śniadanie: Jogurt naturalny 150 g , Wafle ryżowe 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Udko z kurczaka gotowane 250 g , Fasolka szparagowa z wody 150 g , Kasza bulgur na sypko 150 g (MLEKO), Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g , Podwieczorek: Sok pomidorowy 330 ml 1 szt ,	Pasta z twarogu (półtł) i szynki wieprz. 80 g (SOJA, MLEKO , SELER), Kielbasa żywiecka (wieprz. wędzona parzona) 40 g (SOJA, MLEKO), Ser fawita plastry 50 g , Nowalijki na sałacie zielonej 100 g , Chleb razowy 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata bez cukru 250 ml , Posiłek nocny: Chleb razowy 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 30 g , Sałata zielona 10 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2476.41 kcal; Białko ogółem: 157.84 g; Tłuszcz: 89.65 g; Węglowodany ogółem: 272.61 g; Błonnik pokarmowy: 36.93 g; WW: 27.38 Por; Sód: 3171.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.37 g;		
sobota 2025-05-17		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Herbata z cytryną 250 ml , Chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g (SOJA), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Pomidorki koktajlowe 60 g , Sałata mix 10 g , Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 50 g (SOJA), Kiwi 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Udko z kurczaka gotowane 250 g , Fasolka szparagowa z wody 150 g , Kasza bulgur na sypko 150 g (MLEKO), Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g ,	Pasta z twarogu (półtł) i szynki wieprz. 80 g (SOJA, MLEKO , SELER), Kielbasa żywiecka (wieprz. wędzona parzona) 40 g (SOJA, MLEKO), Ser fawita plastry 50 g , Nowalijki na sałacie zielonej 100 g , Chleb razowy 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Jogurt pitny 250 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2259.45 kcal; Białko ogółem: 149.29 g; Tłuszcz: 79.82 g; Węglowodany ogółem: 259.55 g; Błonnik pokarmowy: 32.97 g; WW: 25.95 Por; Sód: 2833.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.91 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-05-17		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z makaronem razowym 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g (SOJA), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Ogórek kiszony 60 g, Herbata z cukrem 250 ml, Sałata mix 10 g, Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 50 g (SOJA),	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Udko z kurczaka pieczone 250 g (GORCZYCA), Fasolka szparagowa z masłem 150 g (MLEKO), Kasza bulgur na sypko 200 g (MLEKO), Kiwi 100 g, Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml,	Pasta z stopionego i szynki wieprz. 80 g (SOJA, MLEKO , SELER), Ser fawita plastry 50 g, Kielbasa żywiecka (wieprz. wędzona parzona) 40 g (SOJA, MLEKO), Nowalijki na sałacie zielonej 100 g, Chleb baltonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt pitny 250 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2827.20 kcal; Białko ogółem: 154.30 g; Tłuszcz: 104.98 g; Węglowodany ogółem: 319.70 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g; WW: 31.94 Por; Sód: 3179.10 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.90 g;		
sobota 2025-05-17		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z makaronem razowym 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb razowy, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g (SOJA), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Pomidorki koktajlowe 60 g, Herbata z cukrem 250 ml, Sałata mix 10 g, Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 50 g (SOJA),	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Udko z kurczaka pieczone 250 g (GORCZYCA), Fasolka szparagowa z masłem 150 g (MLEKO), Kasza bulgur na sypko 200 g (MLEKO), Kiwi 100 g, Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml,	Pasta z twarogu (półtł) i szynki wieprz. 80 g (SOJA, MLEKO , SELER), Kielbasa żywiecka (wieprz. wędzona parzona) 40 g (SOJA, MLEKO), Ser fawita plastry 50 g, Nowalijki na sałacie zielonej 100 g, Chleb baltonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt pitny 250 g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2738.49 kcal; Białko ogółem: 164.45 g; Tłuszcz: 94.52 g; Węglowodany ogółem: 320.71 g; Błonnik pokarmowy: 31.15 g; WW: 31.99 Por; Sód: 3100.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.51 g;		
niedziela 2025-05-18		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr.parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA, SELER), Jajko gotowane 1 g (JAJA), Sos jogurtowy 30 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Papryka świeża z natką 60 g, Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g, Roszponka 10 g, II Śniadanie: Chleb razowy 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 z oliwą 120 g, Ziemniaki z koperkiem 120 g, Brokuły gotowany z masłem 100 g (MLEKO), Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml, Grejpfrut 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 razowy 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 150 g,
Wartości odżywcze: Energia : 1912.15 kcal; Białko ogółem: 96.46 g; Tłuszcz: 59.64 g; Węglowodany ogółem: 236.45 g; Błonnik pokarmowy: 36.75 g; WW: 23.61 Por; Sód: 3074.80 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.94 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-05-18		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN , SOJA , SELER), Jajko gotowane 1 g (JAJA), Sos jogurtowy 30 g (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), Papryka świeża z natką 60 g , Polędwica z pasieki (blokowa drobiowa) 40 g , Roszponka 10 g , II Śniadanie: Chleb razowy 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 z oliwą 120 g , Brokuły gotowany z masłem 100 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 120 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 250 ml , Podwieczorek: Grejpfrut 130 g ,	Salatka z kalafiora, jajka i pomidora diet . 130 g (JAJA , MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Pomidor 60 g , Chleb razowy 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 150 g , Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia : 1912.15 kcal; Białko ogółem: 96.46 g; Tłuszcz: 59.64 g; Węglowodany ogółem: 236.45 g; Błonnik pokarmowy: 36.75 g; WW: 23.61 Por; Sód: 3074.80 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.94 g;		
niedziela 2025-05-18		
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 . 10 g (MLEKO), Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN , SOJA , SELER), Jajko gotowane 1 g (JAJA), Sos jogurtowo- chrzanowy 30 g (JAJA , MLEKO , SIARCZANY), Pomidor na sałacie zielonej z natką 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 z oliwą 120 g , Brokuły gotowany z masłem 100 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml , Wafel z kajmakiem 60 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO),	Salatka z kalafiora, jajka i pomidora diet . 130 g (JAJA , MLEKO), Polędwica sopocka (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 razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Deser mleczny z ryżem i owocami 150 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2351.39 kcal; Białko ogółem: 100.65 g; Tłuszcz: 61.83 g; Węglowodany ogółem: 345.31 g; Błonnik pokarmowy: 30.66 g; WW: 34.18 Por; Sód: 3124.50 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.64 g;		
niedziela 2025-05-18		
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), Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN , SOJA , SELER), Jajko w majonezie 50g/25 1 szt (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), Papryka świeża z natką 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 250 ml , Wafel z kajmakiem 60 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO),	Salatka z kalafiora, jajka i pomidora 130 g (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cukrem 250 ml , Pomidorki koktajlowe 60 g , Posiłek nocny: Deser mleczny z ryżem i owocami 150 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2568.12 kcal; Białko ogółem: 107.43 g; Tłuszcz: 78.95 g; Węglowodany ogółem: 344.87 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g; WW: 34.16 Por; Sód: 3505.94 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.01 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-05-18		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), Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN , SOJA , SELER), Jajko gotowane 1 g (JAJA), Sos jogurtowo- chrzanowy 30 g (JAJA , MLEKO , SIARCZANY), Pomidor na sałacie zielonej z natką 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 z oliwą 120 g, Brokuły gotowany z masłem 100 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 250 ml, Wafel z kajmakiem 60 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO),	Salatka z kalafiora, jajka i pomidora diet. 130 g (JAJA , MLEKO), Polędwica sopocka (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 razowy 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Deser mleczny z ryżem i owocami 150 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2405.57 kcal; Białko ogółem: 99.50 g; Tłuszcz: 65.40 g; Węglowodany ogółem: 342.12 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g; WW: 33.93 Por; Sód: 3124.01 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.64 g;		