

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-29		
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), Sałatka wiosenna diet 80 g (JAJA, MLEKO), 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 , Arbuz 160 g , Jogurt naturalny 150 g ,	Sałatka 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 : 2711.76 kcal; Białko ogółem: 131.25 g; Tłuszcz: 110.91 g; Węglowodany ogółem: 325.09 g; Błonnik pokarmowy: 43.75 g; WW: 32.56 Por; Sód: 4094.00 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.82 g;		
czwartek 2025-05-29		
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), Sałatka wiosenna diet 80 g (JAJA, MLEKO), 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 , Arbuz 160 g , Podwieczorek: Jogurt naturalny 150 g , Wafle ryżowe 20 g ,	Sałatka 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 : 2722.89 kcal; Białko ogółem: 131.51 g; Tłuszcz: 108.08 g; Węglowodany ogółem: 338.23 g; Błonnik pokarmowy: 43.75 g; WW: 33.83 Por; Sód: 4093.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.91 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-29 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), Sałatka wiosenna diet 80 g (JAJA, MLEKO), 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 wielowocowy z cukrem 250 ml , Arbuz 160 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 : 2670.07 kcal; Białko ogółem: 120.66 g; Tłuszcz: 91.98 g; Węglowodany ogółem: 405.37 g; Błonnik pokarmowy: 33.46 g; WW: 40.60 Por; Sód: 4027.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.73 g;		
czwartek 2025-05-29 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), Sałatka wiosenna ze śmietaną 80 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), 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 wielowocowy z cukrem 250 ml , Arbuz 160 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 : 2908.79 kcal; Białko ogółem: 119.79 g; Tłuszcz: 105.92 g; Węglowodany ogółem: 420.86 g; Błonnik pokarmowy: 36.92 g; WW: 42.25 Por; Sód: 3715.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.64 g;		
czwartek 2025-05-29 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), Sałatka wiosenna diet 80 g (JAJA, MLEKO), Sałatka wiosenna diet 80 g (JAJA, MLEKO),	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 wielowocowy z cukrem 250 ml , Arbuz 160 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 : 2781.57 kcal; Białko ogółem: 121.97 g; Tłuszcz: 97.58 g; Węglowodany ogółem: 410.60 g; Błonnik pokarmowy: 34.46 g; WW: 41.18 Por; Sód: 4469.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.53 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-05-30 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW- 5 POSIŁKOW		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb razowy 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pasta z jaj z natka 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 rodzynekami 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 : 2550.75 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 77.80 g; Węglowodany ogółem: 347.73 g; Błonnik pokarmowy: 41.88 g; WW: 34.64 Por; Sód: 2086.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.21 g;		
piątek 2025-05-30 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb razowy, graham 100 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 , 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 rodzynekami 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 : 2530.95 kcal; Białko ogółem: 112.98 g; Tłuszcz: 78.25 g; Węglowodany ogółem: 341.16 g; Błonnik pokarmowy: 41.88 g; WW: 33.94 Por; Sód: 2180.85 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.66 g;		
piątek 2025-05-30 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Pasta z jaj z natka 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 bałtonowski, chleb razowy 90 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Mus warzywny 100 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2718.46 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 70.00 g; Węglowodany ogółem: 417.97 g; Błonnik pokarmowy: 38.89 g; WW: 41.50 Por; Sód: 2249.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.45 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-05-30 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 110 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 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 bałtonowski, chleb razowy 90 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Mus warzywny 100 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2797.20 kcal; Białko ogółem: 113.35 g; Tłuszcz: 97.11 g; Węglowodany ogółem: 418.94 g; Błonnik pokarmowy: 38.29 g; WW: 41.79 Por; Sód: 2880.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.71 g;		
piątek 2025-05-30 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb razowy, bułka kajzerka 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 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 bałtonowski, chleb razowy 90 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Mus warzywny 100 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2790.46 kcal; Białko ogółem: 110.50 g; Tłuszcz: 73.60 g; Węglowodany ogółem: 419.23 g; Błonnik pokarmowy: 38.89 g; WW: 41.70 Por; Sód: 2249.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.45 g;		
sobota 2025-05-31 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), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (JAJA), 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, Sałata 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, Sałatka z selera,jabłek i kukurydzy diet. 130 g (JAJA, MLEKO , SELER), 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 : 2383.37 kcal; Białko ogółem: 125.67 g; Tłuszcz: 77.29 g; Węglowodany ogółem: 302.09 g; Błonnik pokarmowy: 46.39 g; WW: 30.26 Por; Sód: 3218.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.46 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-05-31 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 , Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (JAJA), 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 , Podwieczerek: 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 , Sałatka z selera,jabłek i kukurydzy diet. 130 g (JAJA , MLEKO , SELER), 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 : 2383.37 kcal; Białko ogółem: 125.67 g; Tłuszcz: 77.29 g; Węglowodany ogółem: 302.09 g; Błonnik pokarmowy: 46.39 g; WW: 30.26 Por; Sód: 3218.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.46 g;		
sobota 2025-05-31 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 , Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (JAJA), 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), Sałatka z selera,jabłek i kukurydzy diet. 130 g (JAJA , MLEKO , SELER), 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 : 2882.76 kcal; Białko ogółem: 139.42 g; Tłuszcz: 77.77 g; Węglowodany ogółem: 422.42 g; Błonnik pokarmowy: 34.88 g; WW: 41.95 Por; Sód: 2603.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.14 g;		
sobota 2025-05-31 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 , Sałatka z marchewki , jaj i cebulki 80 g (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), 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), Sałatka z selera,ogórka i kukurydzy 130 g (JAJA , MLEKO , SELER , GORCZYCA), 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 : 2994.57 kcal; Białko ogółem: 121.47 g; Tłuszcz: 98.93 g; Węglowodany ogółem: 414.17 g; Błonnik pokarmowy: 35.25 g; WW: 41.18 Por; Sód: 2424.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.61 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-05-31 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
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, Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (JAJA), 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), Sałatka z selera,jabłek i kukurydzy diet. 130 g (JAJA , MLEKO , SELER), Chleb bałtonowski, 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 : 2919.12 kcal; Białko ogółem: 138.19 g; Tłuszcz: 81.32 g; Węglowodany ogółem: 414.78 g; Błonnik pokarmowy: 34.52 g; WW: 41.25 Por; Sód: 2602.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.13 g;		
niedziela 2025-06-01 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 kielkami 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,	Sałatka 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 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;		