

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-09-21 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 60 g (MLEKO), Kielbasa szynkowa wieprzowa(gruborozdr,wędz) 40 g (GLUTEN , SOJA), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 50 g , Pomidor,rzodkiewka,ogórek na sałacie zielonej 40/30/30 100 g , Mandarynka 150 g , II Śniadanie: Serwatka truskawkowa 1 szt ,	Krupnik na jarzynach 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 kapusty kiszonej 120 g , Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 100 g (MLEKO), Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml , Pomarańcza 1 szt , 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 : 2188.84 kcal; Białko ogółem: 110.04 g; Tłuszcz: 67.60 g; Węglowodany ogółem: 282.33 g; Błonnik pokarmowy: 41.62 g; WW: 28.21 Por; Sód: 3097.20 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.93 g;		
sobota 2024-09-21 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Ser biały(półtusty) ze szczypiorkiem 60 g (MLEKO), Kielbasa szynkowa wieprzowa(gruborozdr,wędz) 40 g (GLUTEN , SOJA), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 50 g , Pomidor,rzodkiewka,ogórek na sałacie zielonej 40/30/30 100 g , Herbata z cytryną 250 ml , Mandarynka 150 g ,	Krupnik na jarzynach 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g (GLUTEN , MLEKO , GORCZYCA), Surówka z kapusty kiszonej 120 g , Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 100 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Ciasto 70 g (GLUTEN , JAJA , MLEKO , ORZECHY),	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 graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Sok owocowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2592.88 kcal; Białko ogółem: 125.14 g; Tłuszcz: 68.62 g; Węglowodany ogółem: 375.77 g; Błonnik pokarmowy: 32.72 g; WW: 37.25 Por; Sód: 2821.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.21 g;		
sobota 2024-09-21 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Ser biały(półtusty) ze szczypiorkiem 60 g (MLEKO), Kielbasa szynkowa wieprzowa(gruborozdr,wędz) 40 g (GLUTEN , SOJA), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 50 g , Pomidor,rzodkiewka,ogórek na sałacie zielonej 40/30/30 100 g , Herbata z cytryną 250 ml , Dżem porcjowy 1 szt , Mandarynka 150 g ,	Krupnik na jarzynach 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Bigos z mięsem wieprzowym 300 g (GLUTEN), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Pomarańcza 1 szt , Ciasto 70 g (GLUTEN , JAJA , MLEKO , ORZECHY),	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 graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Sok owocowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2956.51 kcal; Białko ogółem: 107.93 g; Tłuszcz: 88.98 g; Węglowodany ogółem: 431.80 g; Błonnik pokarmowy: 36.07 g; WW: 42.92 Por; Sód: 1665.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.48 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-09-21		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Ser biały(półtusty) ze szczypiorkiem 60 g (MLEKO), Kielbasa szynkowa wieprzowa(gruborozdr.wędz) 40 g (GLUTEN , SOJA), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz.parzony) 50 g, Pomidor,rzodkiewka,ogórek na sałacie zielonej 40/30/30 100 g, Herbata z cukrem 250 ml, Dżem porcjowy 1 szt, Mandarynka 150 g,	Krupnik na jarzynach 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g (GLUTEN , MLEKO , GORCZYCA), Surówka z kapusty kiszanej 120 g, Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 100 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Ciasto 70 g (GLUTEN , JAJA , MLEKO , ORZECHY),	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 baltonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Sok owocowy 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2787.64 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 72.16 g; Węglowodany ogółem: 406.83 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g; WW: 40.45 Por; Sód: 2820.42 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.20 g;		

niedziela 2024-09-22		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (GLUTEN), Chleb razowy, graham 110 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Jajko gotowane 1 szt (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 200 ml, Podwieczorek: Pomarańcza 1 szt,	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 1 szt, Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia : 2306.98 kcal; Białko ogółem: 117.95 g; Tłuszcz: 78.60 g; Węglowodany ogółem: 268.19 g; Błonnik pokarmowy: 40.77 g; WW: 26.72 Por; Sód: 3080.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.39 g;		

niedziela 2024-09-22		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN), Chleb baltonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Jajko gotowane 1 szt (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 200 ml, Wafel z kajmakiem 60 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Pomarańcza 1 szt,	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 graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt pitny 1 szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2677.81 kcal; Białko ogółem: 116.28 g; Tłuszcz: 78.34 g; Węglowodany ogółem: 376.42 g; Błonnik pokarmowy: 38.65 g; WW: 37.38 Por; Sód: 2722.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.90 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-09-22 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN), Chleb bałtonowski, chleb graham 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 200 ml, Wafel z kajmakiem 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Pomarańcza 1 szt,	Salatka szwedzka 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 graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt pitny 1 szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2833.35 kcal; Białko ogółem: 118.55 g; Tłuszcz: 86.71 g; Węglowodany ogółem: 384.76 g; Błonnik pokarmowy: 37.35 g; WW: 38.26 Por; Sód: 3480.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.42 g;		
niedziela 2024-09-22 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN), Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Jajko gotowane 1 szt (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 200 ml, Wafel z kajmakiem 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Pomarańcza 1 szt,	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 graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt pitny 1 szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2749.81 kcal; Białko ogółem: 115.20 g; Tłuszcz: 81.94 g; Węglowodany ogółem: 377.68 g; Błonnik pokarmowy: 38.65 g; WW: 37.58 Por; Sód: 2722.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.90 g;		
poniedziałek 2024-09-23 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), Pomidor 60 g, Szynka delikatesowa z fileta (gruborozr, parzona) 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA), Rzodkiewka z jabłkiem 60 g (MLEKO), Szynka Przecławska (wędzonka wieprz, wędz, parz) 50 g, Kiwi 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 200 ml, Mandarynka 150 g, 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 natką 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 : 2450.82 kcal; Białko ogółem: 140.07 g; Tłuszcz: 85.58 g; Węglowodany ogółem: 301.43 g; Błonnik pokarmowy: 46.48 g; WW: 30.19 Por; Sód: 2069.77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.72 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-09-23 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml (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 Przecławska (wędzonka wieprz, wędz, parz) 50 g, Pomidor 60 g, Rzodkiewka z jabłkiem 60 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Kiwi 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 brazowy na sypko 200 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 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 graham 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 : 2781.50 kcal; Białko ogółem: 132.60 g; Tłuszcz: 79.67 g; Węglowodany ogółem: 400.90 g; Błonnik pokarmowy: 41.58 g; WW: 39.94 Por; Sód: 2187.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.39 g;		
poniedziałek 2024-09-23 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Ser topiony 40 g (MLEKO), Szynka delikatesowa z fileta(gruborozr, parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO , SELER , GORCZYCA), Szynka Przecławska (wędzonka wieprz, wędz, parz) 50 g, Pomidor 60 g, Rzodkiewka z jabłkiem 60 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Kiwi 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 200 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 graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2950.81 kcal; Białko ogółem: 117.29 g; Tłuszcz: 92.49 g; Węglowodany ogółem: 408.37 g; Błonnik pokarmowy: 42.25 g; WW: 40.77 Por; Sód: 2350.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.13 g;		
poniedziałek 2024-09-23 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml (MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), 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, Pomidor 60 g, Rzodkiewka z jabłkiem 60 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Kiwi 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 brazowy na sypko 200 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 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 graham 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 : 2853.50 kcal; Białko ogółem: 131.52 g; Tłuszcz: 83.27 g; Węglowodany ogółem: 402.16 g; Błonnik pokarmowy: 41.58 g; WW: 40.14 Por; Sód: 2187.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.39 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-09-24 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), Seler naciowy z jabłkiem 80 g, Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g, II Śniadanie: Jogurt naturalny 1 szt,	Zupa koperkowa z makaronem diet 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Pierś z indyka pieczona w glazurze miodowej 100 g (GLUTEN , MLEKO , GORCZYCA), Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Kalafior gotowany z masłem 120 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Podwieczerek: Arbuz 160 g,	Pasta z twarogu (półtł) z tuńczykiem 80 g (RYBY , SOJA , MLEKO), Kielbasa szynkowa wieprzowa(gruborozdr,wędz) 40 g (GLUTEN , SOJA), Ogórek świeży z zieloną cebulką 60 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 1 szt (JAJA), Masło 5 g (MLEKO), Sałata zielona 10 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2085.93 kcal; Białko ogółem: 120.74 g; Tłuszcz: 74.57 g; Węglowodany ogółem: 228.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.67 g; WW: 23.01 Por; Sód: 2341.90 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.46 g;		
wtorek 2024-09-24 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, bułka kajzerka 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g, Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr,parzona 50 g (GLUTEN , SOJA , SELER), Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g, Seler naciowy z jabłkiem 80 g, Herbata z cytryną 250 ml,	Zupa koperkowa z makaronem diet 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Pierś z indyka pieczona w glazurze miodowej 100 g (GLUTEN , MLEKO , GORCZYCA), Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Kalafior gotowany z masłem 120 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Arbuz 160 g,	Pasta z twarogu (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), Pomidor 60 g, Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Pomarańcza 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2521.48 kcal; Białko ogółem: 129.78 g; Tłuszcz: 66.16 g; Węglowodany ogółem: 364.06 g; Błonnik pokarmowy: 33.97 g; WW: 36.24 Por; Sód: 2451.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.65 g;		
wtorek 2024-09-24 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, bułka kajzerka 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), ser żółty Gouda 40 g (MLEKO), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g, Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr,parzona 50 g (GLUTEN , SOJA , SELER), Seler naciowy z jabłkiem 80 g, Sałata lodowa z pomidorem koktajlowym i oliwą 80 g, Herbata z cytryną 250 ml,	Zupa fasolowa z makaronem 450 g (GLUTEN , SELER), Pierś z indyka pieczona w glazurze miodowej 100 g (GLUTEN , MLEKO , GORCZYCA), Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Kalafior gotowany z masłem 120 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Arbuz 160 g,	Pasta z twarogu (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), Ogórek świeży z zieloną cebulką 60 g, Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Pomarańcza 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2664.45 kcal; Białko ogółem: 134.95 g; Tłuszcz: 71.34 g; Węglowodany ogółem: 377.81 g; Błonnik pokarmowy: 38.55 g; WW: 37.71 Por; Sód: 2442.85 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.93 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-09-24		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb graham, 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, Seler naciowy z jabłkiem 80 g, Herbata z cytryną 250 ml,	Zupa koperkowa z makaronem diet 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Pierś z indyka pieczona w glazurze miodowej 100 g (GLUTEN , MLEKO , GORCZYCA), Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Kalafior gotowany z masłem 120 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Arbuz 160 g,	Pasta z twarogu (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), Pomidor 60 g, Chleb baltonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Pomarańcza 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2593.48 kcal; Białko ogółem: 128.70 g; Tłuszcz: 69.76 g; Węglowodany ogółem: 365.32 g; Błonnik pokarmowy: 33.97 g; WW: 36.44 Por; Sód: 2451.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.65 g;		

środa 2024-09-25		
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), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN , SOJA, SELER), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Sałatka z papryki świeżej z pomidorem 60 g, Ser mozzarella 50 g, Sałata mix 10 g, Pomidor z kielkami 60 g, II Śniadanie: Bułka grahamka 1 szt (GLUTEN , JAJA, ORZESZKI , SEZAM), Masło 5 g (MLEKO), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g,	Zupa z serków topionych z makaronem 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (GLUTEN , JAJA, GORCZYCA), Fasolka szparagowa z wody 150 g, Brokuły gotowany z wody 100 g, Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Podwieczorek: Mandarynka 150 g,	Risotto z ryżu brązowego i jarzemi 350 g (SELER), Szynka kons. (blokowa wieprz. z k. mięsa parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA, MLEKO), Sos pomidorowy 150 g (GLUTEN), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami 80 g, Chleb razowy, graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt skyr naturalny 1 szt, Płatki musli z rodzynekami 15 g,

Wartości odżywcze: Energia : 2487.87 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz: 88.89 g; Węglowodany ogółem: 307.21 g; Błonnik pokarmowy: 45.18 g; WW: 30.69 Por; Sód: 3912.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.62 g;

środa 2024-09-25		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN , SOJA, SELER), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Pomidor 60 g, Ser mozzarella 50 g, Sałata mix 10 g, Pomidor z kielkami 60 g, Herbata z cytryną 250 ml,	Zupa z serków topionych z makaronem 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (GLUTEN , JAJA, GORCZYCA), Sałata zielona z jogurtem naturalnym 80 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Mandarynka 150 g, Brokuły gotowany z wody 100 g,	Risotto z ryżu brązowego i jarzemi 350 g (SELER), Sos pomidorowy 150 g (GLUTEN), Chleb baltonowski, chleb graham 100 g (GLUTEN), Szynka kons. (blokowa wieprz. z k. mięsa parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA, MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami 80 g, Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt skyr 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2679.27 kcal; Białko ogółem: 115.79 g; Tłuszcz: 80.65 g; Węglowodany ogółem: 376.82 g; Błonnik pokarmowy: 36.21 g; WW: 37.36 Por; Sód: 3695.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.08 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-09-25 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN , SOJA, SELER), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Sałata mix 10 g, Ser mozzarella 50 g, Sałatka z papryki świeżej z pomidorem 60 g, Herbata z cytryną 250 ml, Pomidor z kielkami 60 g,	Zupa z serków topionych z makaronem 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (GLUTEN , JAJA, GORCZYCA), Sałata zielona ze śmietaną 80 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Gruszka 1 szt, Brokuły gotowany z wody 100 g,	Risotto z ryżu brązowego i jarzými 350 g (SELER), Sos pomidorowy 150 g (GLUTEN), Chleb baltonowski, chleb graham 100 g (GLUTEN), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA, MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami 80 g, Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt skyr 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2829.15 kcal; Białko ogółem: 114.86 g; Tłuszcz: 89.27 g; Węglowodany ogółem: 386.81 g; Błonnik pokarmowy: 37.30 g; WW: 38.45 Por; Sód: 4751.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.88 g;		
środa 2024-09-25 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN , SOJA, SELER), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Pomidor 60 g, Ser mozzarella 50 g, Sałata mix 10 g, Pomidor z kielkami 60 g, Herbata z cytryną 250 ml,	Zupa z serków topionych z makaronem 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Stek z filetem z kurczaka pieczony 110 g (GLUTEN , JAJA, GORCZYCA), Sałata zielona z jogurtem naturalnym 80 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Mandarynka 150 g, Brokuły gotowany z wody 100 g,	Risotto z ryżu brązowego i jarzými 350 g (SELER), Sos pomidorowy 150 g (GLUTEN), Chleb baltonowski, chleb graham 100 g (GLUTEN), Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA, MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i oliwkami 80 g, Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt skyr 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2751.27 kcal; Białko ogółem: 114.71 g; Tłuszcz: 84.25 g; Węglowodany ogółem: 378.08 g; Błonnik pokarmowy: 36.21 g; WW: 37.56 Por; Sód: 3695.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.08 g;		
czwartek 2024-09-26 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Kawa Inka na mleku b/c 250 ml (GLUTEN), Chleb razowy, graham 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, graham 40 g (GLUTEN), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Masło 5 g (MLEKO), Sałata zielona 10 g,	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Sztuka mięsa w sosie własnym 100g /150ml 250 g (GLUTEN), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g, Sałata lodowa z s.ogrodowym 80 g, Kasza gryczana 150 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Podwieczorek: Sałatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO),	Sałatka jarzynowa mr 130 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g, Chleb razowy, graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz, parzony) 50 g, Pomidor 60 g, Posiłek nocny: Chleb razowy, graham 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 30 g (JAJA, SOJA, MLEKO , GORCZYCA , SEZAM), Sałata zielona 10 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2373.98 kcal; Białko ogółem: 130.11 g; Tłuszcz: 88.78 g; Węglowodany ogółem: 300.33 g; Błonnik pokarmowy: 44.88 g; WW: 29.93 Por; Sód: 2912.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.35 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-09-26 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Twarożek (półtłusty) 60 g (MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (JAJA), Dżem porcjowy 1 szt , Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Jabłko 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 120 g , Sałata lodowa z s.ogrodowym 80 g , Kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN), Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml , Sałatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO),	Salatka jarzynowa mr 130 g (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g , Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 50 g , Pomidor 60 g , Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2559.92 kcal; Białko ogółem: 124.13 g; Tłuszcz: 70.71 g; Węglowodany ogółem: 370.81 g; Błonnik pokarmowy: 37.30 g; WW: 37.07 Por; Sód: 2740.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.20 g;		
czwartek 2024-09-26 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN), Chleb bałtonowski, chleb graham 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), Dżem porcjowy 1 szt , Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Jabłko 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 120 g , Sałata lodowa z s.ogrodowym 80 g , Kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN), Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml , Sałatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO),	Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g , Salatka jarzynowa mr 130 g (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 50 g , Ogórek świeży 60 g , Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2672.84 kcal; Białko ogółem: 115.22 g; Tłuszcz: 97.42 g; Węglowodany ogółem: 377.11 g; Błonnik pokarmowy: 39.24 g; WW: 37.89 Por; Sód: 3454.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.64 g;		
czwartek 2024-09-26 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kawa Inka na mleku 250 ml (GLUTEN), Chleb bałtonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Twarożek (półtłusty) 60 g (MLEKO), Sałata lodowa z pomidorem i natką 80 g (JAJA), Dżem porcjowy 1 szt , Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50 g (GLUTEN , SOJA , MLEKO), Jabłko 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 120 g , Sałata lodowa z s.ogrodowym 80 g , Kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN), Kompot wielowocowy z cukrem 200 ml , Sałatka owocowa z j. natralnym 150 g (MLEKO),	Salatka jarzynowa mr 130 g (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 40 g , Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 50 g , Pomidor 60 g , Chleb bałtonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2631.92 kcal; Białko ogółem: 123.05 g; Tłuszcz: 74.31 g; Węglowodany ogółem: 372.07 g; Błonnik pokarmowy: 37.30 g; WW: 37.27 Por; Sód: 2740.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.20 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-09-27 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW -6 POSIŁKOWA		
Herbata bez cukru 250 ml , Chleb razowy, graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pasta z twarogu(półtł) z makrelą w s.pomid. 70 g (GLUTEN , RYBY, MLEKO , GORCZYCA), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Ogórek świeży 60 g , Sos jogurtowy 30 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Ser mozzarella 50 g , Rukola 10 g , II Śniadanie: Chleb razowy, graham 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 30 g ,	Zupa ryżowa 450 ml (SELER), Dorsz pieczony w sosie greckim 100g/120g b/g 220 g (RYBY, SELER , GORCZYCA), Surówka z kapusty kiszanej 120 g , Ziemniaki z koperkiem 120 g , Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml , Podwieczerek: Jabłko 150 g ,	Makaron spaghetti ze szpinakiem i serem feta 350 g (GLUTEN , MLEKO), Sałata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g , Ser fawita plastry 50 g , Pomidor 60 g , Chleb razowy, graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata bez cukru 250 ml , Posiłek nocny: Maślanka 1 szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2393.24 kcal; Białko ogółem: 97.23 g; Tłuszcz: 79.17 g; Węglowodany ogółem: 303.23 g; Błonnik pokarmowy: 35.68 g; WW: 30.24 Por; Sód: 2685.24 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.37 g;		
piątek 2024-09-27 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml (MLEKO), Chleb balonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Pasta z twarogu(półtł) z makrelą w s.pomid. 70 g (GLUTEN , RYBY, MLEKO , GORCZYCA), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Pomidor z kielkami 60 g , Herbata z cytryną 250 ml , Sos jogurtowy 30 g (JAJA, MLEKO , GORCZYCA), Ser mozzarella 50 g , Rukola 10 g ,	Zupa ryżowa 450 ml (SELER), Dorsz pieczony w sosie greckim 100g/120g b/g 220 g (RYBY, SELER , GORCZYCA), Surówka z kapusty kiszanej diet. 120 g , Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Jabłko 150 g ,	Makaron spaghetti ze szpinakiem i serem feta 350 g (GLUTEN , MLEKO), Ser fawita plastry 50 g , Sałata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g , Pomidor 60 g , Chleb balonowski, chleb graham 90 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Maślanka 1 szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2723.56 kcal; Białko ogółem: 107.08 g; Tłuszcz: 79.72 g; Węglowodany ogółem: 388.68 g; Błonnik pokarmowy: 33.05 g; WW: 38.50 Por; Sód: 2957.24 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.21 g;		
piątek 2024-09-27 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml (MLEKO), Chleb balonowski, chleb graham, 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 1 szt (JAJA), Ogórek świeży z zieloną cebulką 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 kiszanej diet. 120 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Gruszka 1 szt ,	Racuchy drożdżowe 200 g (GLUTEN , JAJA, MLEKO), Ser żółty Edam 40 g (MLEKO), Ser fawita plastry 50 g , Sałata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g , Chleb balonowski, chleb graham 90 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Maślanka 1 szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 3065.99 kcal; Białko ogółem: 129.48 g; Tłuszcz: 107.30 g; Węglowodany ogółem: 392.51 g; Błonnik pokarmowy: 36.31 g; WW: 38.98 Por; Sód: 2474.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.51 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-09-27 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml (MLEKO), Chleb balonowski, chleb graham, chleb pszemny 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 1 szt (JAJA), Pomidor z kielkami 60 g, Herbata z cukrem 250 ml, Sos jogurtowy 30 g (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), Ser mozzarella 50 g, Rukola 10 g,	Zupa ryżowa 450 ml (SELER), Dorsz pieczony w sosie greckim 100g/120g b/g 220 g (RYBY , SELER , GORCZYCA), Surówka z kapusty kiszzonej diet. 120 g, Ziemniaki z koperkiem 250 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml, Jabłko 150 g,	Makaron spaghetti ze szpinakiem i serem fetą 350 g (GLUTEN , MLEKO), Ser fawita plastry 50 g, Sałata zielona z pomidorem i oliwkami 70 g, Pomidor 60 g, Chleb balonowski, chleb graham 90 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Maślanka 1 szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2777.74 kcal; Białko ogółem: 105.93 g; Tłuszcz: 83.29 g; Węglowodany ogółem: 385.50 g; Błonnik pokarmowy: 32.87 g; WW: 38.25 Por; Sód: 2956.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.21 g;		
sobota 2024-09-28 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), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g (SOJA), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Ogórek świeży 60 g, Sałata mix 10 g, Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 50 g (SOJA), Grejpfrut 130 g, II Śniadanie: Jogurt naturalny 1 szt, Wafle ryżowe 20 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Udko z kurczaka gotowane 1 szt, Fasolka szparagowa z wody 150 g, Kasza bulgur na sypko 150 g (MLEKO), Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Podwieczorek: Sok pomidorowy 200 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, Pomidor na sałacie zielonej z natką pietruszki 70 g, Chleb razowy, graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata bez cukru 250 ml, Posiłek nocny: Chleb razowy, graham 40 g (GLUTEN), Masło 5 g (MLEKO), Szynkowa dębowa (kielbasa drob. gruborozdr) 30 g, Sałata zielona 10 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2446.62 kcal; Białko ogółem: 158.03 g; Tłuszcz: 86.98 g; Węglowodany ogółem: 271.93 g; Błonnik pokarmowy: 37.30 g; WW: 27.31 Por; Sód: 3344.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.32 g;		
sobota 2024-09-28 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Herbata z cytryną 250 ml, Chleb razowy, graham 100 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g (SOJA), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Ogórek świeży 60 g, Sałata mix 10 g, Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 50 g (SOJA), Grejpfrut 130 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Udko z kurczaka gotowane 1 szt, Fasolka szparagowa z wody 150 g, Kasza bulgur na sypko 150 g (MLEKO), Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Podwieczorek: Sok pomidorowy 200 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, Pomidor na sałacie zielonej z natką pietruszki 70 g, Chleb razowy, graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt pitny 1 szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2242.26 kcal; Białko ogółem: 150.20 g; Tłuszcz: 77.33 g; Węglowodany ogółem: 261.84 g; Błonnik pokarmowy: 34.33 g; WW: 26.17 Por; Sód: 3179.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.90 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-09-28 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb graham, 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 świeży 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 1 szt (GORCZYCA), Fasolka szparagowa z masłem 150 g (MLEKO), Kasza bulgur na sytko 200 g (MLEKO), Jabłko 150 g, Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 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), Pomidor na sałacie zielonej z natką pietruszki 70 g, Chleb baltonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt pitny 1 szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2876.71 kcal; Białko ogółem: 154.31 g; Tłuszcz: 103.80 g; Węglowodany ogółem: 336.43 g; Błonnik pokarmowy: 32.99 g; WW: 33.57 Por; Sód: 2741.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.09 g;		
sobota 2024-09-28 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenny 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Szynka beskidzka (wieprzowa parzona) 40 g (SOJA), Twarożek z ziołami prowansalskimi 60 g (MLEKO), Pomidor z kielkami 60 g, Herbata z cukrem 250 ml, Sałata mix 10 g, Szynka pieczona (szynka wp.parzona) 50 g (SOJA),	Barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Udko z kurczaka pieczone 1 szt (GORCZYCA), Fasolka szparagowa z masłem 150 g (MLEKO), Kasza bulgur na sytko 200 g (MLEKO), Jabłko 150 g, Surówka z k. włoskiej i marchwi 120 g, Kompot wieloowocowy z cukrem 200 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, Pomidor na sałacie zielonej z natką pietruszki 70 g, Chleb baltonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cukrem 250 ml, Posiłek nocny: Jogurt pitny 1 szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia : 2787.30 kcal; Białko ogółem: 164.72 g; Tłuszcz: 93.39 g; Węglowodany ogółem: 336.84 g; Błonnik pokarmowy: 33.33 g; WW: 33.55 Por; Sód: 3098.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.70 g;		
niedziela 2024-09-29 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), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr.parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA, SELER), Jajko gotowane 1 szt (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, graham 40 g (GLUTEN), Ser biały w plastrach 50 g (MLEKO), Celestynka 1 szt,	Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (GLUTEN , MLEKO , SELER), Roladki duszone z piersi z kurczaka z suszonymi pomidorami 220 g (GLUTEN , MLEKO , GORCZYCA), Surówka z k. pekińskiej i marchwi 120 g, Brokuły gotowany z masłem 100 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 120 g, Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml, Podwieczorek: Grejpfrut 130 g,	Salatka z kalafiora, jajka i pomidora diet. 130 g (JAJA, MLEKO), Polędwica sopocka (wp. wędzona parzona) 40 g (SOJA), Pomidor 60 g, Chleb razowy, graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml, Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 40 g (GLUTEN , SOJA, MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt, Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia : 1988.89 kcal; Białko ogółem: 104.91 g; Tłuszcz: 64.84 g; Węglowodany ogółem: 234.71 g; Błonnik pokarmowy: 36.40 g; WW: 23.40 Por; Sód: 3173.20 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.12 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-09-29 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.		
Kakao z cukrem na mleku 250 ml , Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenney 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN , SOJA , SELER), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Sos jogurtowo-chrzanowy 30 g (JAJA , MLEKO , SIARCZANY), Pomidor na sałacie zielonej z 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 120 g , Brokuły gotowany z masłem 100 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Ciasto kolorowe 100 g (GLUTEN , JAJA),	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 baltonowski, chleb graham 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 : 2448.65 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 72.89 g; Węglowodany ogółem: 333.67 g; Błonnik pokarmowy: 31.27 g; WW: 33.08 Por; Sód: 3328.24 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.47 g;		
niedziela 2024-09-29 Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1		
Kakao z cukrem na mleku 250 ml , Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenney 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN , SOJA , SELER), Jajko w majonezie 50g/25 1 szt (JAJA , MLEKO , GORCZYCA), Papryka świeża 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 200 ml , Ciasto kolorowe 100 g (GLUTEN , JAJA),	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 baltonowski, chleb graham 130 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cukrem 250 ml , Pomidor 60 g , Posiłek nocny: Deser mleczny z ryżem i owocami 150 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2574.83 kcal; Białko ogółem: 109.05 g; Tłuszcz: 84.27 g; Węglowodany ogółem: 332.37 g; Błonnik pokarmowy: 30.98 g; WW: 33.02 Por; Sód: 3880.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.35 g;		
niedziela 2024-09-29 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kakao z cukrem na mleku 250 ml , Chleb baltonowski, chleb graham, chleb pszenney 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Kielbasa krakowska (wieprz. gruborozdr, parzona 40 g (GLUTEN , SOJA , SELER), Jajko gotowane 1 szt (JAJA), Sos jogurtowo-chrzanowy 30 g (JAJA , MLEKO , SIARCZANY), Pomidor na sałacie zielonej z 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 120 g , Brokuły gotowany z masłem 100 g (MLEKO), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Ciasto kolorowe 100 g (GLUTEN , JAJA),	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 baltonowski, chleb graham 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 : 2502.83 kcal; Białko ogółem: 109.63 g; Tłuszcz: 76.46 g; Węglowodany ogółem: 330.48 g; Błonnik pokarmowy: 31.09 g; WW: 32.83 Por; Sód: 3327.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.46 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-09-30		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), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 40 g , Twarożek (półtłusty) z z.pietruszką 60 g (MLEKO), Ogórek świeży 60 g , Sałata lodowa z pomidorem koktajlowm i oliwą 60 g , Sok owocowo-warzywny 1 szt , Celestynka 1 szt , II Śniadanie: Bułka grahamka 1 szt (GLUTEN , JAJA , ORZESZKI , SEZAM), Masło 5 g (MLEKO), Sałata zielona 0.1 g , Szynka got. z kurczaka (drob. parzona) 40 g (JAJA , SOJA , MLEKO , GORCZYCA , SEZAM),	Zupa wiosenna z kalarepką diet. 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Makaron razowy z s.mięsno-pomidorowym 150g/150g 300 g (GLUTEN), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (SELER), Kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml , Jabłko 150 g , Podwieczorek: Sok pomidorowy 1 szt , Pieczywo chrupkie (3szt) 15 g (GLUTEN),	Kielbasa biała (wieprz. rozdrobniona) z wody 1 szt (SOJA), Szynka Przeclawska (wędzonka wieprz, wędz, parz) 40 g , Twarożek sernikowy 40 g (MLEKO), Pomidor z kielkami 60 g , Ketchup 20 g (GORCZYCA), Chleb razowy,graham 80 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną bez cukru 250 ml , Posiłek nocny: Kefir 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2212.91 kcal; Białko ogółem: 121.34 g; Tłuszcz: 87.19 g; Węglowodany ogółem: 245.87 g; Błonnik pokarmowy: 34.57 g; WW: 24.67 Por; Sód: 2443.59 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.71 g;		
poniedziałek 2024-09-30		Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZ.
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, bułka kajzerka 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 40 g , Twarożek (półtłusty) z z.pietruszką 60 g (MLEKO), Ogórek świeży 60 g , Sałata lodowa z pomidorem koktajlowm i oliwą 60 g , Herbata z cytryną 250 ml , Sok owocowo-warzywny 1 szt ,	Zupa wiosenna z kalarepką diet. 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Spaghetti z sosem bolońskim 350 g (GLUTEN), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (SELER), Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Banan 150 g ,	Kielbasa biała (wieprz. rozdrobniona) z wody 1 szt (SOJA), Ketchup 20 g (GORCZYCA), Szynka Przeclawska (wędzonka wieprz, wędz, parz) 40 g , Twarożek sernikowy 40 g (MLEKO), Pomidor z kielkami 60 g , Chleb bałtonowski, chleb graham 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe . 10 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Kefir 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2708.66 kcal; Białko ogółem: 125.61 g; Tłuszcz: 83.36 g; Węglowodany ogółem: 380.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.00 g; WW: 37.92 Por; Sód: 3254.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.29 g;		
poniedziałek 2024-09-30		Dieta: DIETA PODSTAWOWA 1
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb bałtonowski, chleb graham, bułka kajzerka 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 40 g , Twarożek (półtłusty) z z.pietruszką 60 g (MLEKO), Ogórek świeży 60 g , Herbata z cytryną 250 ml , Sałata lodowa z pomidorem koktajlowm i oliwą 60 g , Sok owocowo-warzywny 1 szt ,	Zupa wiosenna z kalarepką 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Spaghetti z sosem bolońskim 350 g (GLUTEN), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (SELER), Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Banan 150 g ,	Kielbasa (wieprz. -drob.) smażona z cebulką 100/15 120 g , Musztarda 15 g (GORCZYCA), Szynka Przeclawska (wędzonka wieprz, wędz, parz) 40 g , Chleb bałtonowski, chleb graham 120 g (GLUTEN), Ser topiony 40 g (MLEKO), Pomidor z kielkami 60 g , Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Kefir 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2898.56 kcal; Białko ogółem: 113.01 g; Tłuszcz: 99.62 g; Węglowodany ogółem: 384.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.68 g; WW: 38.38 Por; Sód: 3281.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.01 g;		

Oddział: Zimowit PROGRAM DOBRY POSIŁEK		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-09-30		Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (GLUTEN , MLEKO), Chleb baltonowski, chleb graham, bułka kajzerka 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Pyzdra schabowa(schab wieprz. wędz,parzony) 40 g , Twarożek (półtłusty) z z.pietruszką 60 g (MLEKO), Pomidor z kielkami i ziamami słonecznika 60 g , Sałata lodowa z pomidorem koktajlowm i oliwą 60 g , Herbata z cytryną 250 ml , Sok owocowo-warzywny 1 szt ,	Zupa wiosenna z kalarepką diet. 450 g (GLUTEN , MLEKO , SELER), Spaghetti z sosem bolońskim 350 g (GLUTEN), Surówka z warzyw mieszanych 120 g (SELER), Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml , Banan 150 g ,	Kielbasa biała (wieprz. rozdrobniona) z wody 1 szt (SOJA), Ketchup 20 g (GORCZYCA), Szynka Przecławska (wędzonka wieprz, wędz, parz) 40 g , Twarożek semikowy 40 g (MLEKO), Pomidor z kielkami 60 g , Chleb baltonowski, chleb graham 120 g (GLUTEN), Masło porcjowe 15 g (MLEKO), Herbata z cytryną 250 ml , Posiłek nocny: Kefir 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2781.13 kcal; Białko ogółem: 124.64 g; Tłuszcz: 87.05 g; Węglowodany ogółem: 381.68 g; Błonnik pokarmowy: 29.34 g; WW: 38.09 Por; Sód: 3251.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.30 g;		