

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2023-12-06 środa	Dieta Podstawowa	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Ser wędzony 30 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa z mlekiem instant/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)		Grysikowa * 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Salatka szwedzka () 100 g (<u>GOR.</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki () 250 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g	Mandarynka 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 132,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 75,1 Tłuszcz [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 305,3 w tym cukry [g] 62,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 Sól [g] 10,7
	Dieta Łatwo strawna	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa z mlekiem instant/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)		Grysikowa * 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki () 250 g Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Mandarynka 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 027,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 86,4 Tłuszcz [g] 48,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 319,3 w tym cukry [g] 69,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Sól [g] 6,9
	Dieta . Cukrzycowa	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser wędzony 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Grysikowa * 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Salatka szwedzka () 100 g (<u>GOR.</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki () 250 g Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 15 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 165 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 101,3 Tłuszcz [g] 62 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 306,5 w tym cukry [g] 19,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 Sól [g] 11,8

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,