

Dieta	16.cze.26 - wtorek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)		OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]		Zupa ogórkowa 350g [1/8]	---	Energia: 2037kcal, Białko 98, Tłuszcze 56g w tym nasycone 27,5, węglowodany 178g w tym cukry 50g, błonnik 32g, sól 5g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g		Potrawka z kurczaka 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Mizeria z jogurtem 110g/30g	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g [3/8], ogórek zielony 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml	Mus tubka 100g	
Dieta Latwostrawna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]		Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g [1/8]	---	Energia: 2114 kcal, Białko 101, Tłuszcze 52g w tym nasycone 26,8, węglowodany 288g w tym cukry 80,6g, błonnik 40g, sól 5,1g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g		Potrawka z kurczaka 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g[1/8]	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g[3/8], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml	Mus tubka 100g	
Dieta Biegotałkawa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]		Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g [1/8]	---	Energia: 2526kcal, Białko 116, Tłuszcze 58g w tym nasycone 26,8, węglowodany 361g w tym cukry 80,6g, błonnik 43g, sól 5,1g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g		Potrawka z kurczaka 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g[1/8]	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g[3/8], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml	Mus tubka 100g	
Dieta Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]		Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g [1/8]	---	Energia: 2078 kcal, Białko 100 Tłuszcze 52g w tym nasycone 21, węglowodany 276g w tym cukry 84g, błonnik 41g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor b/s 60g, rukola 10g		Potrawka z kurczaka 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g[1/8]	pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g Ryba po grecku 200g[3/8], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml	Mus tubka 100g	
Dieta z ogr. tłuszczu i ograniczeniem węglowodanów	Zupa ogórkowa 350g [1/8]		---	---	Energia: 2180 kcal, Białko 58 Tłuszcze w tym nasycone 25, węglowodany 183g w tym cukry 88g, błonnik 36g, sól 4,9g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g		Potrawka z kurczaka 180g[1/8], ryż brązowy 200g Mizeria z jogurtem 110g/30g	pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g[3/8], ogórek zielony 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] <b>Bez Cukru</b>		Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	<b>kanapka 1 szt.</b>	
Dieta z Ograniczeniem Pch. s. Zębkowaty	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]		Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g [1/8]	---	Energia: 2078 kcal, Białko 100 Tłuszcze 52g w tym nasycone 21, węglowodany 276g w tym cukry 84g, błonnik 41g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g		Potrawka z kurczaka 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g[1/8]	pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g Ryba po grecku 200g[3/8], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml	Mus tubka 100g	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]		Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g [1/8]	---	Energia: 2269 kcal, Białko 106 Tłuszcze 55g w tym nasycone 31,2g w tym cukry 84g, błonnik 32g, sól 4,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor b/s 60g, rukola 10g		Potrawka z kurczaka 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g[1/8]	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g[3/8], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml	Mus tubka 100g	
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]		Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g [1/8]	---	Energia: 2114 kcal, Białko 101, Tłuszcze 56g w tym nasycone 26,8, węglowodany 288g w tym cukry 80,6g, błonnik 40g, sól 5,1g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g		Potrawka z kurczaka 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g[1/8]	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g[3/8], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml	Mus tubka 100g	
Dieta Pielkowna	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8]		Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g	Przetarta z brokulem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Energia: 2052 kcal, Białko: 117g, Tłuszcze 86g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 16,1g, węglowodany 186g w tym cukry 21g, błonnik 22g, sól 5,1g
	Kawa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>		<b>Mus tubka 100g</b>	<b>Budyń 200g [1/6]</b>	
Chirurgiczna preparacyjna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]		Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g [1/8]	---	Energia: 2078 kcal, Białko 100 Tłuszcze 52g w tym nasycone 21, węglowodany 276g w tym cukry 84g, błonnik 41g, sól 5,2g
	Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] wędlina [1/5/7-10], pomidor bez skóry 70g, sałata 10g		Potrawka z kurczaka 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g[1/8]	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10],dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml	Mus tubka 100g	

**Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki**

Dieta	15.cze.26 - poniedziałek			Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)			
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)		OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)		WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]		Zupa fasolowa 350ml [1/8]	---		Energia: 2441 kcal, Białko 130g, Tłuszcz 70g w tym nasycone 31,6, węglowodany 242g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 6,7g	
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g		sos boloński 180g[1/8], makaron pszenny 200g[1/2] Surówka z kapusty pekińskiej z olejem słonecznikowym 100g	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] polędwica sopocka 60g [1/5/7-10],serek deliser 1 szt. [6], rzodkiewka 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml			
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml	serek homogenizowany naturalny 150g [6]			
Dieta Latwostrawna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]		Zupa krupnik z ziemniakami 350ml [1/8]	---		Energia: 2440 kcal, Białko 128g, Tłuszcz 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 305g w tym cukry 53g, błonnik 27g, sól 5,3g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g		sos boloński 180g[1/8], makaron pszenny 200g[1/2] Surówka z kapusty pekińskiej z olejem słonecznikowym 100g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] polędwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml			
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml	serek homogenizowany naturalny 150g [6]			
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]		Zupa krupnik z ziemniakami 350ml [1/8]	---		Energia: 2541 kcal, Białko 129g, Tłuszcz 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 329g w tym cukry 53g, błonnik 29g, sól 5,3g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g		sos boloński 180g[1/8], makaron pszenny 200g[1/2] Surówka z kapusty pekińskiej z olejem słonecznikowym 100g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] polędwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml			
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml	serek homogenizowany naturalny 150g [6]			
Dieta Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]		Zupa krupnik z ziemniakami 350ml [1/8]	---		Energia: 2364kcal, Białko 114g, Tłuszcz 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 301g w tym cukry 60g, błonnik 28g, sól 5,3g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] wędlina 60g[1/5/7-10], miód 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata 10g		sos boloński 180g[1/8], makaron pszenny 200g[1/2] Cukinia z marchewką na parze z oliwą z oliwek 120g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] polędwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 17g[6], Pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml			
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml	serek homogenizowany naturalny 150g [6]			
Dieta z ogr. tłuszczowosywalnych węglowodanów	jabłko z pieca 120g		Zupa krupnik z ziemniakami 350ml [1/8]	---		Energia: 2157kcal, Białko 115g, Tłuszcz 70g w tym nasycone 31,2g, węglowodany 189g w tym cukry 56g, błonnik 29g, sól 4,7g	
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, sałata 10g		sos boloński 180g[1/8], makaron brązowy 200g[1/2] Surówka z kapusty pekińskiej z olejem słonecznikowym 100g	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] polędwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], rzodkiewka 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml			
	kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>Bez Cukru</b>		Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	serek homogenizowany naturalny 150g [6] <b>Bez Cukru</b>			
Dieta z Ograniczeniem P.b. s. Ziegłkowy	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]		Zupa krupnik z ziemniakami 350ml [1/8]	---		Energia: 2364kcal, Białko 114g, Tłuszcz 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 301g w tym cukry 60g, błonnik 28g, sól 5,3g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] wędlina 60g[1/5/7-10], miód 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata 10g		sos boloński 180g[1/8], makaron pszenny 200g[1/2] Cukinia z marchewką na parze z oliwą z oliwek 120g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] polędwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 17g[6], Pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml			
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml	serek homogenizowany naturalny 150g [6]			
Dieta Rozdrobiliona	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]		Zupa krupnik z ziemniakami 350ml [1/8]	---		Energia: 2465kcal, Białko 114g, Tłuszcz 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 325g w tym cukry 60g, błonnik 30g, sól 5,3g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor B/S 60g, sałata 10g		sos boloński 180g[1/8], makaron pszenny 200g[1/2] Cukinia z marchewką na parze z oliwą z oliwek 120g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] polędwica sopocka - siekana 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml			
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml	serek homogenizowany naturalny 150g [6]			
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]		Zupa krupnik z ziemniakami 350ml [1/8]	---		Energia: 2440 kcal, Białko 128g, Tłuszcz 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 305g w tym cukry 53g, błonnik 27g, sól 5,3g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g		sos boloński 180g[1/8], makaron pszenny 200g[1/2] Surówka z kapusty pekińskiej z olejem słonecznikowym 100g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] polędwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml			
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml	serek homogenizowany naturalny 150g [6]			
Dieta Popękawata	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem [2/8] 492g		Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i mielonym słonecznikiem[2/8] 502g	Przetarta z kaszą kukurydzianą i schabem i siemieniem lnianym [2/8] 437g		Energia: 2070 kcal, b:125 Tłuszcz 80g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,3, węglowodany 195g w tym cukry 44g, błonnik 26g, sól 3,9g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml	Herbata 250ml			
	Jogurt 100g [6]		Kisiel 150g z cukrem	serek homogenizowany naturalny 150g [6]			
Chirurgiczna popękawczyjna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]		Zupa krupnik z ziemniakami 350ml [1/8]	---		Energia: 2364kcal, Białko 114g, Tłuszcz 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 301g w tym cukry 60g, błonnik 28g, sól 5,3g	
	Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 60g[1/5/7-10], miód 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata 10g		sos boloński 180g[1/8], ziemniaki 200g Cukinia z marchewką na parze z oliwą z oliwek 100g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] polędwica sopocka 60g [1/5/7-10], tuńczyk z warzywami 70g [1/3/8], pomidor b/s 60, sałata 10g Herbata 250ml			
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml	serek homogenizowany naturalny 150g [6]			

**Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki**

Dieta	14.cze.26 - niedziela		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kuskami 300 ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2279kcal, Białko 115g, Tłuszcz 88g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 229g w tym cukry 65g, błonnik 33g, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6]	Udko pieczone 160g + sos własny 80g[1/8], ziemniaki 200g	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6]	
	wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g	Surówka z czerwonej kapusty z majonezem i ziarnami lnu 130g[2/9]	kiełbaska z cebulką 100g/50g[1/5/7-10], pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko 120g</a>		<a href="#">Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]</a>	
Dieta Latwostrawna	Zupa mleczna z kuskami 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2250kcal, Białko: 107g, Tłuszcz 91g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 236g w tym cukry 61g, błonnik 29g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]	Udko pieczone 160g + sos własny 80g[1/8], ziemniaki 200g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]	
	wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g	Seler gotowany z oliwą z oliwek 120g[8]	parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko 120g</a>		<a href="#">Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]</a>	
Dieta Biegotałkawa	Zupa mleczna z kuskami 300 ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2489 kcal, Białko: 117g, Tłuszcz 98g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 270g w tym cukry 61g, błonnik 30g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]	Udko pieczone 160g + sos własny 80g[1/8], ziemniaki 200g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]	
	wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g	Seler gotowany z oliwą z oliwek 120g[8]	parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<a href="#">Jogurt naturalny 200g[6] + jabłko 120g</a>	<a href="#">Wafle ryżowe 3 szt</a>	<a href="#">Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]</a>	
Dieta Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kuskami 300 ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2370kcal, Białko: 110g, Tłuszcz 93g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 260g w tym cukry 61g, błonnik 30g, sól 4,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]	Udko pieczone 160g + sos własny 80g[1/8], ziemniaki 200g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]	
	wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor b/s 60g, rukola 10g	Seler gotowany z oliwą z oliwek 120g[8]	parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko z pieca 120g</a>		<a href="#">Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]</a>	
Dieta z ogr. tłuszczowych składników	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6]	Udko pieczone 160g + sos własny 80g[1/8], ziemniaki 200g	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6]	Energia: 2291kcal, Białko 102, Tłuszcz 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 225g w tym cukry 65g, błonnik 37g, sól 4,8g
	wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g	Surówka z czerwonej kapusty z majonezem i ziarnami lnu 130g[2/9]	parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
		<a href="#">jabłko 120g</a>	<a href="#">mus tubka 100g</a>	
Dieta z Ograniczeniem P.b. s. Złazłkowy	Zupa mleczna z kuskami 300 ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2370kcal, Białko: 110g, Tłuszcz 93g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 260g w tym cukry 61g, błonnik 30g, sól 4,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]	Udko pieczone 160g + sos własny 80g[1/8], ziemniaki 200g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]	
	wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor b/s 60g, rukola 10g	Seler gotowany z oliwą z oliwek 120g[8]	parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko z pieca 120g</a>		<a href="#">Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]</a>	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z kuskami 300 ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2370 kcal, Białko: 110g, Tłuszcz 93g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 260g w tym cukry 61g, błonnik 30g, sól 4,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]	Pulpet z piersi z kurczaka 120g [1/2], sos własny 80g[1/8], ziemniaki 200g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]	
	wędlina mielona 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor b/s 60g, rukola 10g	Seler gotowany z oliwą z oliwek 120g[8]	parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko z pieca 120g</a>	<a href="#">Mus tubka 100g</a>	<a href="#">Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]</a>	
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kuskami 300 ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2250kcal, Białko: 107g, Tłuszcz 91g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 236g w tym cukry 61g, błonnik 29g, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6]	Udko pieczone 160g + sos własny 80g[1/8], ziemniaki 200g	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6]	
	wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g	Surówka z czerwonej kapusty z majonezem i ziarnami lnu 130g[2/9]	parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko z pieca 120g</a>		<a href="#">Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]</a>	
Dieta Pielkowna	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8]	Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g	Przetarta z brokulem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Energia: 1723 kcal, Białko: 111g, Tłuszcz 78g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 19g, węglowodany 129g w tym cukry 55g, błonnik 17g, sól 4,5g
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
		<a href="#">Jogurt naturalny 100g [6]</a>	<a href="#">Mus tubka 100g</a>	
Chirurgiczna preparacyjna	Zupa mleczna z kuskami 300 ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2370kcal, Białko: 110g, Tłuszcz 93g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 260g w tym cukry 61g, błonnik 30g, sól 4,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]	Pulpet z piersi z kurczaka 120g [1/2], sos własny 80g[1/8], ziemniaki 200g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]	
	wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor b/s 60g, rukola 10g	Seler gotowany z oliwą z oliwek 120g[8]	wędlina 60g[1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko z pieca 120g</a>		<a href="#">Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]</a>	

**Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki**

Dieta	13.cze.26 - sobota		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2316 kcal, Białko 122, Tłuszcze 77g w tym nasycone 25, węglowodany 257g w tym cukry 50g, błonnik 36g, sól 5,2g
	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., ogórek zielony 60g, sałata mix 10g	Surówka z marchewki z olejem rzepakowym i siemniemieniem lnianym 130g	Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g serek deliser 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>pomarańcza 120g</b>		<b>skyr 140g[6]</b>	
Dieta Łatwastrawna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2293 kcal, Białko 119, Tłuszcze 76g w tym nasycone 25, węglowodany 270g w tym cukry 50g, błonnik 34g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g	Surówka z marchewki z olejem rzepakowym i siemniemieniem lnianym 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g , serek deliser 1szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>pomarańcza 120g</b>		<b>skyr 140g[6]</b>	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2448 kcal, Białko 122, Tłuszcze 76g w tym nasycone 25, węglowodany 305g w tym cukry 50g, błonnik 34g, sól 4,2g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g	Surówka z marchewki z olejem rzepakowym i siemniemieniem lnianym 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g , serek deliser 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6] + pomarańcza 120g</b>	<b>galaretka 250 ml</b>	<b>skyr 140g[6]</b>	
Dieta Łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2116 kcal, Białko 109 Tłuszcze 67g w tym nasycone 24, węglowodany 255g w tym cukry 52g, błonnik 31g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1szt., pomidor b/s 60g, sałata mix 10g	Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor B/S 60g, sałata mix 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>mus tubka 100g</b>		<b>skyr 140g[6]</b>	
Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], serek deliser 1 szt. [6], ogórek zielony 60g, sałata mix 10g	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2464 kcal, Białko 120 Tłuszcze 80g w tym nasycone 23,5, węglowodany 288g w tym cukry 45g, błonnik 40g, sól 5,2g
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>Bez Cukru</b>	Surówka z marchewki z olejem rzepakowym i siemniemieniem lnianym 130g	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g, serek deliser 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g	
	<b>pomarańcza 120g</b>	<b>galaretka b/c 250 ml</b>	<b>skyr naturalny 140g [6]</b>	
Dieta z Ograniczeniem Pch. s. Złazdkowy	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2116 kcal, Białko 109 Tłuszcze 67g w tym nasycone 24, węglowodany 255g w tym cukry 52g, błonnik 31g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1szt., pomidor b/s 60g, sałata mix 10g	Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor B/S 60g, sałata mix 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>mus tubka 100g</b>		<b>skyr 140g[6]</b>	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Pulpet ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2271 kcal, Białko 112 Tłuszcze 67g w tym nasycone 24, węglowodany 291g w tym cukry 52g, błonnik 31g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata mix 10g	Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina mielona [1/5/7-10] 60g , serek deliser 1 szt [6], Pomidor B/S 60g, sałata mix 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>mus tubka 100g</b>	<b>galaretka 250 ml</b>	<b>skyr 140g[6]</b>	
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2293 kcal, Białko 119, Tłuszcze 76g w tym nasycone 25, węglowodany 270g w tym cukry 50g, błonnik 34g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., ogórek zielony 60g, sałata mix 10g	Surówka z marchewki z olejem rzepakowym i siemniemieniem lnianym 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g , serek deliser 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>pomarańcza 120g</b>		<b>skyr 140g[6]</b>	
Dieta Pajekawa	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek	Przetarta 500ml [1/2/8]	Energia: 2107 kcal, Białko 122, Tłuszcze 79g w tym nasycone 25, węglowodany 213g w tym cukry 47g, błonnik 21g, sól 4,9g
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>	<b>Galaretka do picia 250ml</b>	<b>skyr 140g[6]</b>	
Chirurgiczna popoperacyjna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Pulpet ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2116 kcal, Białko 109 Tłuszcze 67g w tym nasycone 24, węglowodany 255g w tym cukry 52g, błonnik 31g, sól 5,2g
	Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] wędlina drobiowa 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor B/S 60g, sałata mix 10g	Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor B/S 60g, sałata mix 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>mus tubka 100g</b>		<b>skyr 140g[6]</b>	

**Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki**

Dieta	12.cze.26 - piątek	Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8] Filet rybny na parze 120g[1/2/3/8], sos cytrynowy 80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2018, Białko 79, Tłuszcze 65g w tym nasycone 30, węglowodany 181g w tym cukry 75g, błonnik 30g, sól 5,2g
	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata rozponka 10g	Sałata lodowa z pomidorem i olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>banan 120g</b>		<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	
Dieta Łatwastrawna	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8] Filet rybny na parze 120g[1/2/3/8], sos cytrynowy 80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2002, Białko 97, Tłuszcze 61g w tym nasycone 30, węglowodany 254g w tym cukry 75g, błonnik 30g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata rozponka 10g	Sałata lodowa z pomidorem i olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>banan 120g</b>		<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8] Filet rybny na parze 120g[1/2/3/8], sos cytrynowy 80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2233, Białko 109, Tłuszcze 71g w tym nasycone 30, węglowodany 279g w tym cukry 75g, błonnik 30g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata rozponka 10g	Sałata lodowa z pomidorem i olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>jogurt 100 g [6]+ banan 120g</b>	<b>serek waniliowy 100g [6]</b>	<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	
Dieta Łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8] Filet rybny na parze 120g[1/2/3/8], sos cytrynowy 80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 1921, Białko 103, Tłuszcze 57g w tym nasycone 21, węglowodany 235g w tym cukry 80g, błonnik 31g, sól 4,7g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pasta z białek jaj 70g [2], pomidor b/s 60g, sałata rozponka 10g	Sałata lodowa z pomidorem b/s i olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>mus tubka 100g</b>		<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	
Dieta z ogr. laktoprocywalajnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata rozponka 10g	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8] Filet rybny na parze 120g[1/2/3/8], sos cytrynowy 80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 1981, Białko 94, Tłuszcze 65 w tym nasycone 30, węglowodany 152g w tym cukry 75g, błonnik 39g, sól 5,2g
	Kawa z mlekiem 250ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Sałata lodowa z pomidorem i olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, sałata 10g	
		Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	
	<b>pomarańcza 120g</b>	<b>sok pomidorowy 200 ml</b>	<b>jogurt naturalny 200g[6]</b>	
Dieta z Ograniczeniem Pch. s. Zbożowych	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8] Filet rybny na parze 120g[1/2/3/8], sos cytrynowy 80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 1921, Białko 103, Tłuszcze 57g w tym nasycone 21, węglowodany 235g w tym cukry 80g, błonnik 31g, sól 4,7g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pasta z białek jaj 70g[2], pomidor b/s 60g, sałata rozponka 10g	Sałata lodowa z pomidorem b/s i olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>mus tubka 100g</b>		<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8] Filet rybny na parze 120g[1/2/3/8], sos cytrynowy 80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 1978, Białko 106, Tłuszcze 57g w tym nasycone 21, węglowodany 244g w tym cukry 80g, błonnik 34g, sól 4,7g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska mielona 50g [1/5/7-10], pasta z jaj 70g[2], pomidor b/s 60g, sałata rozponka 10g	Sałata lodowa z pomidorem b/s i olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>mus tubka 100g</b>	<b>Sok pomidorowy 200 ml</b>	<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	
Dieta Bogata Energetyczna	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8] Filet rybny na parze 120g[1/2/3/8], sos cytrynowy 80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2002, Białko 97, Tłuszcze 61g w tym nasycone 30, węglowodany 254g w tym cukry 75g, błonnik 30g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata rozponka 10g	Sałata lodowa z pomidorem i olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>banan 120g</b>		<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	
Dieta Płapkawa	Przetarta z kalafiozem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Przetarta z kaszą manną, rybą, pestkami dyni 502g[1/2/3/8]+Kasza manna na mleku z musuem owocowym 180g[1/2]	Przetarta z dynią i kurczakiem 493[1/2/8]	Energia: 2334, Białko 122, Tłuszcze 89g w tym nasycone 15, węglowodany 243g w tym cukry 82g, błonnik 25g, sól 4,3g
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
		<b>Jogurt 100g [6]</b>	<b>sok pomidorowy 200 ml</b>	<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8] Filet rybny na parze 120g[1/2/3/8], sos cytrynowy 80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 1921, Białko 103, Tłuszcze 57g w tym nasycone 21, węglowodany 235g w tym cukry 80g, błonnik 31g, sól 4,7g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], twaróg 50g [6], pomidor b/s 60g, sałata rozponka 10g	Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g [8]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Kawa z mlekiem 250ml [6]	
	<b>mus tubka 100g</b>		<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	

**Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki**

Dieta	11.cze.26 - czwartek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa jarzynowa z białą fasolą 350 ml [8]	---	Energia: 2322 Białko 93, Tłuszcze 74g w tym nasycone 28, węglowodany 291 w tym cukry 100g, błonnik 45g, sól 5,2g
	Pieczyworazowe 100g[1], rama 10g[6], twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., papryka czerwona 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Bigos z białej kapusty 180g[1/5/7-10], ziemniaki 200g 0 Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, rozszponka 10g Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko 120g</a>		<a href="#">Mus tubka 100g</a>	
Dieta Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Pulpet z szynki w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2217, Białko 90, Tłuszcze 71g w tym nasycone 29 węglowodany 291g w tym cukry 100g, błonnik 33g, sól 4,3g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6], twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g[1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, rozszponka 10g Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko 120g</a>		<a href="#">Mus tubka 100g</a>	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Pulpet z szynki w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2403, Białko 103, Tłuszcze 78g w tym nasycone 29 węglowodany 309g w tym cukry 100g, błonnik 33g, sól 5,3g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g[1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, rozszponka 10g Herbata 250ml	
	<a href="#">jogurt owocowy 100g [6] + jabłko 120g</a>	<a href="#">Kefir 200 ml [6]</a>	<a href="#">Mus tubka 100g</a>	
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Pulpet z szynki w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2201 Białko 96, Tłuszcze 66g w tym nasycone 27, węglowodany 291 w tym cukry 93g, błonnik 33g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1szt., pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g[1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z białek jaj 70g [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor b/s 60g, rozszponka 10g Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko z pieca 120g</a>		<a href="#">Mus tubka 100g</a>	
Dieta z ograniczeniem ilości nasyconych węglowodanów	Pieczywo razowe100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 80g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], papryka czerwona 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Pulpet z szynki w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2287, Białko 97, Tłuszcze 78g w tym nasycone 28, węglowodany 270g w tym cukry 100g, błonnik 33g, sól 4,6g
	<b>Bez Cukru</b>	Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g[1/8] Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, rozszponka 10g Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko 120g</a>	<a href="#">kefir 200 ml [6]</a>	<a href="#">mus tubka 100 g</a>	
Dieta z Ograniczeniem Pch. s. Złotkowskiej	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Pulpet z szynki w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2201 Białko 96, Tłuszcze 66g w tym nasycone 27, węglowodany 291 w tym cukry 93g, błonnik 33g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g[1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z białek jaj 70g [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor b/s 60g, rozszponka 10g Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko z pieca 120g</a>		<a href="#">Mus tubka 100g</a>	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Pulpet z szynki w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2297, Białko 104, Tłuszcze 69g w tym nasycone 27, węglowodany 300g w tym cukry 93g, błonnik 33g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g[1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z jaj 70g [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor b/s 60g, rozszponka 10g Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko z pieca 120g</a>	<a href="#">kefir 200 ml [6]</a>	<a href="#">Mus tubka 100g</a>	
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Pulpet z szynki w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2217, Białko 90, Tłuszcze 71g w tym nasycone 29 węglowodany 291g w tym cukry 100g, błonnik 33g, sól 4,3g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6], twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g[1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, rozszponka 10g Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko 120g</a>		<a href="#">Mus tubka 100g</a>	
Dieta Pielkarska	Przetarta z brokułem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g+MUS JABŁKOWY z cukrem 220g	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem [1/2/8] 502g	Energia: 2026, Białko 110, Tłuszcze 80g w tym nasycone 18, węglowodany 200g w tym cukry 90g, błonnik 21g, sól 4,1g
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<a href="#">Jogurt 100g [6]</a>	<a href="#">Kisiel do picia 250 ml [1]</a>	<a href="#">mus tubka 100g</a>	
Chirurgiczna poropieracyjna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Pulpet z szynki w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2201 Białko 96, Tłuszcze 66g w tym nasycone 27, węglowodany 291 w tym cukry 93g, błonnik 33g, sól 5,2g
	Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1szt., pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g[1/8] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, rozszponka 10g Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko z pieca 120g</a>		<a href="#">Mus tubka 100g</a>	

**Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki**

Dieta	10.cze.26 - środa		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa grochowa 350 ml [8]	---	Energia: 2489kcal, Białko 134, Tłuszcz 94g w tym nasycone 24,3, węglowodany 190g w tym cukry 75g, błonnik 38g, sól 4,7g
	Pieczywo razowe + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 70g [3/2/3/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata 10g	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], rzodkiew 60g, roszpodka 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<a href="#">gruszka 120g</a>		<a href="#">kefir 200 ml [6]</a>	
Dieta Łatwastrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [8]	---	Energia: 2509 kcal, Białko 124, Tłuszcz 90g w tym nasycone 24,3, węglowodany 281g w tym cukry 75g, błonnik 34g, sól 4,7g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 70g [3/2/3/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata 10g	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszpodka 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko 120g</a>		<a href="#">kefir 200 ml [6]</a>	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [8]	---	Energia: 2733 kcal, Białko 135, Tłuszcz 95g w tym nasycone 24,3, węglowodany 315g w tym cukry 75g, błonnik 34g, sól 4,8g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 70g [3/2/3/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata 10g	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszpodka 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<a href="#">Jogurt 100g [6] + jabłko 120g</a>	<a href="#">budyń 150g [1/6]</a>	<a href="#">kefir 200 ml [6]</a>	
Dieta Łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [8]	---	Energia: 2547, Białko 128, Tłuszcz 91g w tym nasycone 26,8, węglowodany 284g w tym cukry 71g, błonnik 36g, sól 4,9g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 70g [3/2/3/9], pasta z białek jaj 70g [2], pomidor b/s 60g, sałata 10g	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Marchewka gotowana z selerem z olejem rzepakowym 130g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, roszpodka 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko z pieca 120g</a>		<a href="#">kefir 200 ml [6]</a>	
Dieta z ogr. laktoprostein i węglowodanów	Pieczywo razowe100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 150g [3/2/3/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata 10g	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], rzodkiew 60g, roszpodka 10g	Energia: 2402 kcal, Białko 115, Tłuszcz 92g w tym nasycone 24,3, węglowodany 192g w tym cukry 75g, błonnik 39g, sól 4,7g
	<i>Kawa z mlekiem 250 ml [6] Bez Cukru</i>	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<a href="#">gruszka 120g</a>	<a href="#">budyń b/c 150g [1/6]</a>	<a href="#">kefir 200 ml [6]</a>	
Dieta z Ograniczeniem Pob. s. Złazdkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [8]	---	Energia: 2547, Białko 128, Tłuszcz 91g w tym nasycone 26,8, węglowodany 284g w tym cukry 71g, błonnik 36g, sól 4,9g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 70g [3/2/3/9], pasta z białek jaj 70g [2], pomidor b/s 60g, sałata 10g	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Marchewka gotowana z selerem z olejem rzepakowym 130g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, roszpodka 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko z pieca 120g</a>		<a href="#">kefir 200 ml [6]</a>	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [8]	---	Energia: 2792, Białko 122 Tłuszcz 98g w tym nasycone 26,8, węglowodany 333g w tym cukry 71g, błonnik 40g, sól 4,6g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 70g [3/2/3/9], pasta z jaj 70g [2], pomidor b/s 60g, sałata 10g	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Marchewka gotowana z selerem z olejem rzepakowym 130g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, roszpodka 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko z pieca 120g</a>	<a href="#">Budyń 150g[1/6]</a>	<a href="#">kefir 200 ml [6]</a>	
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [8]	---	Energia: 2509 kcal, Białko 125, Tłuszcz 90g w tym nasycone 24,3, węglowodany 281g w tym cukry 75g, błonnik 34g, sól 4,7g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 150g [3/2/3/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata 10g	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszpodka 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko 120g</a>		<a href="#">kefir 200 ml [6]</a>	
Dieta Półkwaśna	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem i dynią 512 [1/2/8]	Przetarta z cukinią i schabem i siemieniem [1/2/8] 488g	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8] 502g	Energia: 2021, Białko 125, Tłuszcz 89g w tym nasycone 14,3, węglowodany 170g w tym cukry 60g, błonnik 18g, sól 4,7g
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<a href="#">jogurt 100g [6]</a>	<a href="#">Budyń 150 g [1]</a>	<a href="#">kefir 200 ml [6]</a>	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [8]	---	Energia: 2547, Białko 128, Tłuszcz 91g w tym nasycone 26,8, węglowodany 284g w tym cukry 71g, błonnik 36g, sól 4,9g
	Pieczywo jasne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] Szynka gotowana 50g [1/5/7-10], twaróg 50g [6], pomidor b/s 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kurczak w sosie własnym 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Marchewka gotowana z selerem z olejem rzepakowym 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10],dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, roszpodka 10g Herbata 250ml	
	<a href="#">jabłko z pieca 120g</a>		<a href="#">kefir 200 ml [6]</a>	

**Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 tulin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki**

Dieta	09.cze.26 - wtorek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6] <b>banan 120g</b>	Zupa z zielonego groszku 350g [1/8] Gołąbek francuski 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250 ml <b>sok warzywny 300 ml [8]</b>	Energia: 2294kcal, Białko 101, Tłuszcz 74g w tym nasycone 25, węglowodany 202g w tym cukry 88g, błonnik 35g, sól 4,9g
Dieta Łatwastrawna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6] <b>banan 120g</b>	Zupa z zielonego groszku 350g [1/8] Gołąbek francuski 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250 ml <b>sok warzywny 300 ml [8]</b>	Energia: 2335 kcal, Białko 111, Tłuszcz 76g w tym nasycone 26,8, węglowodany 281g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. , pomidor 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6] <b>jogurt 100g [6] + banan 120g</b>	Zupa z zielonego groszku 350g [1/8] Gołąbek francuski 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250 ml <b>sok warzywny 300 ml [8]</b>	Energia: 2410kcal, Białko 103, Tłuszcz 76g w tym nasycone 26,8, węglowodany 310g w tym cukry 80,6g, błonnik 38g, sól 5,1g
Dieta Łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor b/s 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6] <b>banan 120g</b>	Zupa dyniowa 350g [1/8] Pulpet 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 60g, rukola 10g Herbata 250 ml <b>sok warzywny 300 ml [8]</b>	Energia: 2105 kcal, Białko 96, Tłuszcz 70g w tym nasycone 21, węglowodany 255g w tym cukry 84g, błonnik 28g, sól 5,2g
Dieta z ogr. łatwoprysywalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Zupa z zielonego groszku 350g [1/8] Gołąbek francuski 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	--- pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250 ml <b>Bez Cukru</b>	Energia: 2244kcal, Białko 95, Tłuszcz 78g w tym nasycone 25, węglowodany 182g w tym cukry 58g, błonnik 41g, sól 4,2g
Dieta z Ograniczeniem Pch. s. Zjadłowej	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor b/s 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6] <b>jabłko 1 szt.</b>	Zupa dyniowa 350g [1/8] Pulpet 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 60g, rukola 10g Herbata 250 ml <b>sok warzywny 300 ml [8]</b>	Energia: 2105 kcal, Białko 96, Tłuszcz 70g w tym nasycone 21, węglowodany 255g w tym cukry 84g, błonnik 28g, sól 5,2g
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] szynka mielona 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6] <b>banan 120g</b>	Zupa z zielonego groszku 350g [1/8] Pulpet 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 60g, rukola 10g Herbata 250 ml <b>sok warzywny 300 ml [8]</b>	Energia: 2295 kcal, Białko 98, Tłuszcz 65g w tym nasycone 21, węglowodany 311g w tym cukry 84g, błonnik 31g, sól 5,2g
Dieta Bogata Energetyczna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6] <b>banan 120g</b>	Zupa z zielonego groszku 350g [1/8] Gołąbek francuski 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250 ml <b>sok warzywny 300 ml [8]</b>	Energia: 2335 kcal, Białko 111, Tłuszcz 76g w tym nasycone 26,8, węglowodany 281g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
Dieta Paplowata	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8] Kawa z mlekiem 250ml [6] <b>Jogurt 100g [6]</b>	Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g Kompot 250ml <b>mus tubka 100g</b>	Przetarta z brokułem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8] Herbata 250 ml <b>sok warzywny 300 ml [8]</b>	Energia: 1984 kcal, Białko: 113g, tłuszcz 83g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 16,1g, węglowodany 182g w tym cukry 36g, błonnik 22g, sól 5,1g
Chirurgiczna popoperacyjna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] wędlina [1/5/7-10], pomidor bez skóry 70g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6] <b>mus tubka 100g</b>	Zupa dyniowa 350g [1/8] Pulpet 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, sałata 10g Herbata 250 ml <b>sok warzywny 300 ml [8]</b>	Energia: 2105 kcal, Białko 96, Tłuszcz 70g w tym nasycone 21, węglowodany 255g w tym cukry 84g, błonnik 28g, sól 5,2g

**Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki**

Dieta	08.cze.26 - poniedziałek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] ser żółty 60g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>brzoskwinia 120g</b>	Zupa szczawiowa 350ml [1/2/8] Potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym 180g[1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml <b>kefir 200 ml [6]</b>	Energia: 2450kcal, Białko 114g, Tłuszcz 104g w tym nasycone 31,6, węglowodany 243g w tym cukry 56g, błonnik 29g, sól 4,7g
Dieta Latostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] twaróg 80g [6], dżem owocowy 1szt., pomidor 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>brzoskwinia 120g</b>	Zupa krupnik 350 ml [1/8] Potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym 180g[1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml <b>kefir 200 ml [6]</b>	Energia: 2357 kcal, Białko 111g, Tłuszcz 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 293g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 4,3g
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] twaróg 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>Jogurt 100g [6] + brzoskwinia 120g</b>	Zupa krupnik 350 ml [1/8] Potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym 180g[1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml <b>kefir 200 ml [6]</b>	Energia: 2515 kcal, Białko 115g, Tłuszcz 82g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 316g w tym cukry 53g, błonnik 33g, sól 5,3g
Dieta Latostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] twaróg 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>mus tubka 100g</b>	Zupa krupnik 350 ml [1/8] Potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym 180g[1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata 10g Herbata 250ml <b>kefir 200 ml [6]</b>	Energia: 2441kcal, Białko 114g, Tłuszcz 81g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 301g w tym cukry 60g, błonnik 30g, sól 4,3g
Dieta z ogr. łatwopryswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] twaróg 80g [6], serek lactima 1 szt. [6], pomidor 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>Bez Cukru</b> <b>pomarańcza 120g</b>	Zupa krupnik 350 ml [1/8] Potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym 180g[1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b> <b>Jabłko 1 szt 150g</b>	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b> <b>kefir 200 ml [6]</b>	Energia: 2369 kcal, Białko 107, Tłuszcz 79g w tym nasycone 30,4 węglowodany 283g w tym cukry 46g, błonnik 35g, sól 5,1g
Dieta z ograniczeniem Pch. s. Złazłkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] twaróg 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>mus tubka 100g</b>	Zupa krupnik 350 ml [1/8] Potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym 180g[1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata 10g Herbata 250ml <b>kefir 200 ml [6]</b>	Energia: 2441kcal, Białko 114g, Tłuszcz 81g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30,4 węglowodany 301g w tym cukry 60g, błonnik 30g, sól 4,3g
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] twaróg 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>mus tubka 100g</b>	Zupa krupnik 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy w sosie własnym 120g/80g[1/2/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml <b>Jabłko z pieca 1 szt 150g</b>	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata 10g Herbata 250ml <b>kefir 200 ml [6]</b>	Energia: 2591cal, Białko 113g, Tłuszcz 80g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 338g w tym cukry 60g, błonnik 35g, sól 4,3g
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] ser żółty 60g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>brzoskwinia 120g</b>	Zupa krupnik 350 ml [1/8] Potrawka wieprzowa duszona w sosie własnym 180g[1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml <b>kefir 200 ml [6]</b>	Energia: 2357 kcal, Białko 111g, Tłuszcz 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 293g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 4,3g
Dieta Pępkawia	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem [2/8] 492g kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>Jogurt 100g [6]</b>	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i mielonym słończnikiem[2/8] 502g Kompot 250ml <b>jogurt naturalny 100g</b>	Przetarta z kaszą kukurydzianą i schabem i siemieniem lnianym [2/8] 437g Herbata 250ml <b>kefir 200 ml [6]</b>	Energia: 2048kcal, b:123 Tłuszcz 87g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,3, węglowodany 182g w tym cukry 44g, błonnik 19g, sól 3,9g
Dieta Chirurgiczna propraeyjina	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/6] Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] połędwica sopocka 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>mus tubka 100g</b>	Zupa krupnik 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy w sosie własnym 120g/80g[1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml <b>kefir 200 ml [6]</b>	Energia: 2441kcal, Białko 114g, Tłuszcz 81g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 301g w tym cukry 60g, błonnik 30g, sól 4,3g

**Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 lubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki**

Dieta	07.cze.26 - niedziela		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2071kcal, Białko 103g, Tłuszcz 69g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 233g w tym cukry 65g, błonnik 26g, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka jarzynowa 120g [2/8/9], sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kotlet schabowy drobiowy 120g [1/2], ziemniaki 200g Mizeria z jogurtem 110g/30g [6] Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., ogórek zielony 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
Dieta Lekwastrawna	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2262kcal, Białko 104g, Tłuszcz 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 258 w tym cukry 65g, błonnik 29g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka jarzynowa 120g [2/8/9], sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110g/80g [8], ziemniaki 200g Marchewka mix gotowana na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2364kcal, Białko 104g Tłuszcz 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 282g w tym cukry 65g, błonnik 31g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka jarzynowa 120g [2/8/9], sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110g/80g [8], ziemniaki 200g Marchewka mix gotowana na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
Dieta Lekwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2257kcal, Białko 110g, Tłuszcz 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 261g w tym cukry 65g, błonnik 30g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z białek jaj 70g [2], sałatka jarzynowa bez groszku 120g [2/8/9], sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110g/80g [8], ziemniaki 200g Marchewka mix gotowana na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
Dieta z ogr. łatwoprzewodzących węglowodanów	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka jarzynowa 120g [2/8/9], sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110g/80g [8], ziemniaki 200g Mizeria z jogurtem 110g/30g [6] Kompot 250ml	---	Energia: 2213kcal, Białko 98g, Tłuszcz 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 254g w tym cukry 65g, błonnik 30g, sól 4,8g
	<b>Bez Cukru</b>	<b>Bez Cukru</b>	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], ogórek zielony 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
Dieta z ograniczeniem Poli. s. Złazkowy	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2257kcal, Białko 110g, Tłuszcz 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 261g w tym cukry 65g, błonnik 30g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z białek jaj 70g [2], sałatka jarzynowa bez groszku 120g [2/8/9], sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110g/80g [8], ziemniaki 200g Marchewka mix gotowana na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2359kcal, Białko 111g, Tłuszcz 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 285g w tym cukry 65g, błonnik 32g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z jaj 70g [2], sałatka jarzynowa 120g [2/8/9], sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Pulpet z piersi z kurczaka w sosie koperkowym 110g/80g [8], ziemniaki 200g Marchewka mix gotowana na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina mielona 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., b/s pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2262kcal, Białko 104g, Tłuszcz 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 258 w tym cukry 65g, błonnik 19g, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka jarzynowa 120g [2/8/9], sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110g/80g [8], ziemniaki 200g Mizeria z jogurtem 110g/30g [6] Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
Dieta Poprawiana	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8] Kawa z mlekiem 250ml [6]	Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g Kompot 250ml	Przetarta z brokulem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8] Herbata 250ml	Energia: 1940 kcal, Białko: 114g, tłuszcz 87g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 19g, węglowodany 162g w tym cukry 55g, błonnik 19g, sól 4,5g
	<b>Jogurt naturalny 100g [6]</b>	<b>mus tubka 100g</b>	<b>jogurt naturalny 200g[6]</b>	
Dieta Chirurgiczna poropracyjna	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2257kcal, Białko 110g, Tłuszcz 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 261g w tym cukry 65g, błonnik 30g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10], twaróg 50g [6], pomidor b/s 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Pulpet z piersi z kurczaka w sosie koperkowym 110g/80g [8], ziemniaki 200g Marchewka mix gotowana na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 60g, sałata 10g Herbata 250ml	

**Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 tulin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki**