

Dieta	26.cze.26 - piątek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Półstawowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] banan 120g	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] Ryba na parze zapiekana z warzywami z mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaczki 200g Surówka z buraczką z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., ogórek zielony 60g, rozspanka 10g Herbata 250ml Mus tubka 100g	Energia: 2140 kcal, Białko 98g, Tłuszcze 61g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 193g w tym cukry 65g, błonnik 31g, sól 4,8g
Dieta Łatwostrawna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] banan 120g	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] Ryba na parze zapiekana z warzywami z mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaczki 200g Surówka z buraczką z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, rozspanka 10g Herbata 250ml Mus tubka 100g	Energia: 2142 kcal, Białko 98g, Tłuszcze 61g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 282g w tym cukry 65g, błonnik 31g, sól 4,8g
Dieta Biegatobiałkowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] kefir 200ml [6] + banan 120g	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] Ryba na parze zapiekana z warzywami z mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaczki 200g Surówka z buraczką z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, rozspanka 10g Herbata 250ml Mus tubka 100g	Energia: 2408 kcal, Białko 112, Tłuszcze 67g w tym nasycone 27,5, węglowodany 322g w tym cukry 50g, błonnik 31g, sól 5g
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor b/s 60g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] mus tubka 100g	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] Ryba na parze zapiekana z warzywami 140g [1/8], ziemniaczki 200g Surówka z buraczką z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, rozspanka 10g Herbata 250ml Mus tubka 100g	Energia: 2100 kcal, Białko 96 Tłuszcze 61g w tym nasycone 21, węglowodany 269g w tym cukry 84g, błonnik 31g, sól 5,2g
Dieta z ogr. tłuszczu i węglowodanów	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru jabłko 120g	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] Ryba na parze zapiekana z warzywami z mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaczki 200g Surówka z buraczką z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml Bez Cukru	--- pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], ogórek deliser 60g, rozspanka 10g Herbata 250ml Bez Cukru kanapka 1 szt.	Energia: 2100 kcal, Białko 96 Tłuszcze 61g w tym nasycone 21, węglowodany 269g w tym cukry 84g, błonnik 31g, sól 5,2g
Dieta z Ograniczeniem P.b. s. Złazłkowy	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] mus tubka 100g	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] Ryba na parze zapiekana z warzywami 140g [1/8], ziemniaczki 200g Surówka z buraczką z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, rozspanka 10g Herbata 250ml Mus tubka 100g	Energia: 2100 kcal, Białko 96 Tłuszcze 61g w tym nasycone 21, węglowodany 269g w tym cukry 84g, błonnik 31g, sól 5,2g
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor b/s 60g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] mus tubka 100g	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] Ryba na parze zapiekana z warzywami z mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaczki 200g Surówka z buraczką z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, rozspanka 10g Herbata 250ml Mus tubka 100g	Energia: 2250 kcal, Białko 103 Tłuszcze 63g w tym nasycone 21, węglowodany 294g w tym cukry 84g, błonnik 31g, sól 4,2g
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] banan 120g	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] Ryba na parze zapiekana z warzywami z mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaczki 200g Surówka z buraczką z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, rozspanka 10g Herbata 250ml Mus tubka 100g	Energia: 2142 kcal, Białko 98g, Tłuszcze 61g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 282g w tym cukry 65g, błonnik 31g, sól 4,8g
Dieta Popłokowa	Przetarta z buraczką i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8] Kawa z mlekiem 250ml [6] Jogurt 100g [6]	Przetarta z kukinią i schabem[1/2/8] 492g Kompot 250ml Mus tubka 100g	Przetarta z brokulem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8] Herbata 250ml Budyń 200g [1/6]	Energia: 2052 kcal, białko: 117g, Tłuszcze 86g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 16,1g, węglowodany 186g w tym cukry 36g, błonnik 21g, sól 5,1g
Chirurgiczna preparacyjna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] wędlina [1/5/7-10] , pomidor bez skóry 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] mus tubka 100g	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] Ryba na parze zapiekana z warzywami 140g [1/8], ziemniaczki 200g Surówka z buraczką z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, rozspanka 10g Herbata 250ml Mus tubka 100g	Energia: 2100 kcal, Białko 96 Tłuszcze 61g w tym nasycone 21, węglowodany 269g w tym cukry 84g, błonnik 31g, 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	25.cze.26 - czwartek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Pustawowa	Zupa mleczna z kuskami 300ml [1/6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] brzoskwinia 120g	Zupa szczawiowa [1/2/8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Mizeria z jogurtem 110g/30g[6] Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] południca sopocka 60g [1/5/7-10],serek deliser 1 szt. [6], rzodkiewka 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml serek homogenizowany naturalny 150g [6]	Energia: 2442 kcal, Białko 131g, Tłuszcz 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 209g w tym cukry 65g, błonnik 28g, sól 4,8g
Dieta Latwostrawna	Zupa mleczna z kuskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] brzoskwinia 120g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] południca sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt.[6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml serek homogenizowany naturalny 150g [6]	Energia: 2562 kcal, Białko 123g, Tłuszcz 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 311g w tym cukry 65g, błonnik 33g, sól 4,8g
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z kuskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] jogurt naturalny 100g [6] + brzoskwinia 120g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] południca sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt.[6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml serek homogenizowany naturalny 150g [6]	Energia: 2754 kcal, Białko 129g, Tłuszcz 89g w tym nasycone 31,6, węglowodany 343g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 6,7g
Dieta Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kuskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], miód 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] jabłko z pieca 120g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] południca sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml serek homogenizowany naturalny 150g [6]	Energia: 2490kcal, Białko 114g, Tłuszcz 78g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 316g w tym cukry 60g, błonnik 35g, sól 5,3g
Dieta z ogr. tłuszczow. i węglowodanów	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Mizeria z jogurtem 110g/30g[6] Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] południca sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], rzodkiewka 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2368kcal, Białko 118g, Tłuszcz 85g w tym nasycone 31,6, węglowodany 201g w tym cukry 56g, błonnik 37g, sól 4,7g
Dieta z ograniczeniem p.b. s. Złagławki	Zupa mleczna z kuskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], miód 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] jabłko z pieca 120g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] południca sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml serek homogenizowany naturalny 150g [6]	Energia: 2490kcal, Białko 114g, Tłuszcz 78g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 316g w tym cukry 60g, błonnik 35g, sól 5,3g
Dieta Rozdrobilniona	Zupa mleczna z kuskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor B/S 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] jabłko z pieca 120g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Pulpet ze schabu w sosie własnym 120g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] południca sopocka - siekana 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt.[6], Pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml serek homogenizowany naturalny 150g [6]	Energia: 2465kcal, Białko 114g, Tłuszcz 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 325g w tym cukry 60g, błonnik 33g, sól 6,3g
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kuskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] brzoskwinia 120g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] południca sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt.[6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml serek homogenizowany naturalny 150g [6]	Energia: 2562 kcal, Białko 123g, Tłuszcz 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 311g w tym cukry 65g, błonnik 33g, sól 4,8g
Dieta Popękawata	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem [2/8] 492g kawa z mlekiem 250ml [1/6] Jogurt 100g [6]	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i mielonym słonecznikiem[2/8] 502g Kompot 250ml	Przetarta z kaszą kukurydzianą i schabem i siemieniem lnianym [2/8] 437g Herbata 250ml serek homogenizowany naturalny 150g [6]	Energia: 2102 kcal, b:127 Tłuszcz 80g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,3, węglowodany 201g w tym cukry 44g, błonnik 25g, sól 3,9g
Chirurgiczna popękawina	Zupa mleczna z kuskami 300ml [1/6] Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 60g[1/5/7-10], miód 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] jabłko z pieca 120g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Pulpet ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] południca sopocka 60g [1/5/7-10], tuńczyk z warzywami 70g [1/3/8], pomidor b/s 60, sałata 10g Herbata 250ml serek homogenizowany naturalny 150g [6]	Energia: 2490kcal, Białko 114g, Tłuszcz 78g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 316g w tym cukry 60g, błonnik 35g, sól 5,3g

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

Dieta	24.cze.26 - środa		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Pustawowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8] Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2404 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 107g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 215g, w tym cukry 65g, błonnik 34g, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] ser żółty 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, ogórek zielony 60g, rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Surówka z czerwonej kapusty z majonezem i ziarnami lnu 130g[2/9] Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
Dieta Latwostrawna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8] Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2235 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 96g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 220g, w tym cukry 65g, błonnik 27g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Salata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
Dieta Biegotobiałkowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8] Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2474 kcal, Białko 119g, Tłuszcze 103g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 254g, w tym cukry 65g, błonnik 28g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Salata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
Dieta Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8] Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2359 kcal, Białko 111g, Tłuszcze 98g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 244g, w tym cukry 61g, błonnik 28g, sól 4,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor b/s 60g, rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Salata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
Dieta z ogr. tworzywowych węglowodanów	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8] Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2052kcal, Białko 98g, Tłuszcze 96g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 167g, w tym cukry 65g, błonnik 30g, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] ser żółty 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, ogórek zielony 60g, rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Surówka z czerwonej kapusty z majonezem i ziarnami lnu 130g[2/9] Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
Dieta z Ograniczeniem Pch. s. Zębkłowy	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8] Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2359 kcal, Białko 111g, Tłuszcze 98g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 244g, w tym cukry 61g, błonnik 28g, sól 4,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor b/s 60g, rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Salata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8] Pulpet z kurczaka w sosie własnym 110g/80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2359 kcal, Białko 111g, Tłuszcze 98g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 244g, w tym cukry 61g, błonnik 28g, sól 4,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina mielona 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor b/s 60g, rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Salata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
Dieta Bogata Energetyczna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8] Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2235 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 96g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 220g, w tym cukry 65g, błonnik 27g, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Surówka z czerwonej kapusty z majonezem i ziarnami lnu 130g[2/9] Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
Dieta Popławowa	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8]	Przetarta z kukinią i schabem[1/2/8] 492g	Przetarta z brokulem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Energia: 1723 kcal, Białko 111g, Tłuszcze 78g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 19g, węglowodany 130g, w tym cukry 55g, błonnik 17g, sól 4,5g
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Chirurgiczna preparacyjna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8] Pulpet z kurczaka w sosie własnym 110g/80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2359 kcal, Białko 111g, Tłuszcze 98g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 244g, w tym cukry 61g, błonnik 28g, sól 4,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor b/s 60g, rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Seler gotowany z olejem rzepakowym 130g [8] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt.[6], 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

Dieta	23.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]	Barszcz ukraiński z fasolą zabielaną 350g [8]	---	Energia: 2202 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 247g w tym cukry 65g, błonnik 35g, sól 4,8g
	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., ogórek zielony 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	sos boloński 180g [1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g serek deliser 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	pomarańcza 120g		skyr 140g[6]	
Dieta Łatwastrawna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa z botwinki z ziemniakami 350ml [8]	---	Energia: 2199 kcal, Białko 114g, Tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 252g w tym cukry 65g, błonnik 31g, sól 4,8g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	sos boloński 180g [1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g , serek deliser 1szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	pomarańcza 120g		skyr 140g[6]	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa z botwinki z ziemniakami 350ml [8]	---	Energia: 2354kcal, Białko 117, Tłuszcze 72g w tym nasycone 25, węglowodany 297g w tym cukry 50g, błonnik 31g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	sos boloński 180g [1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g , serek deliser 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	Jogurt 100g [6] + pomarańcza 120g	galaretka 250 ml	skyr 140g[6]	
Dieta Łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa z botwinki z ziemniakami 350ml [8]	---	Energia: 1985 kcal, Białko 102 Tłuszcze 59g w tym nasycone 24,5g, węglowodany 245g w tym cukry 52g, błonnik 30g, 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 kawa z mlekiem 250ml [6]	sos boloński 180g [1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2] Seler gotowany z olejem rzepakowym 130g [8] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopočka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor B/S 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	mus tubka 100g		skyr 140g[6]	
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 Kawa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru	Zupa z botwinki z ziemniakami 350ml [8] sos boloński 180g [1/5/7-10], makaron razowy 200g [1/2] Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	---	Energia: 2442kcal, Białko 119 Tłuszcze 78g w tym nasycone 23,5, węglowodany 286g w tym cukry 45g, błonnik 43g, sól 5,2g
	pomarańcza 120g	galaretka b/c 250 ml	skyr naturalny 140g [6]	
Dieta z Ograniczeniem Pbi. s. Złazdkowy	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa z botwinki z ziemniakami 350ml [8]	---	Energia: 1985 kcal, Białko 102 Tłuszcze 59g w tym nasycone 24, węglowodany 245g w tym cukry 52g, błonnik 30g, 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 Kawa z mlekiem 250ml [6]	sos boloński 180g [1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2] Seler gotowany z olejem rzepakowym 130g [8] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopočka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor B/S 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	mus tubka 100g		skyr 140g[6]	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa z botwinki z ziemniakami 350ml [8]	---	Energia: 2140 kcal, Białko 105 Tłuszcze 59 g w tym nasycone 24, węglowodany 281g w tym cukry 52g, błonnik 30g, 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 Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	sos boloński 180g [1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2] Seler gotowany z olejem rzepakowym 130g [8] Kompot 250ml	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 Herbata 250ml	
	mus tubka 100g	galaretka 250 ml	skyr 140g[6]	
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa z botwinki z ziemniakami 350ml [8]	---	Energia: 2199 kcal, Białko 114g, Tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 262g w tym cukry 65g, błonnik 31g, sól 4,8g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., ogórek zielony 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	sos boloński 180g [1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g , serek deliser 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	pomarańcza 120g		skyr 140g[6]	
Dieta Pajslawata	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	
	Jogurt 100g [6]	Galaretka do picia 250ml	skyr 140g[6]	
Chirurgiczna popoperacyjna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa z botwinki z ziemniakami 350ml [8]	---	Energia: 1985 kcal, Białko 102 Tłuszcze 59g w tym nasycone 24, węglowodany 245g w tym cukry 52g, błonnik 30g, 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 Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	sos boloński 180g [1/5/7-10], ziemniaki 200g Seler gotowany z olejem rzepakowym 130g [8] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopočka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor B/S 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	mus tubka 100g		skyr 140g[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	22.cze.26 - poniedziałek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa pieczarkowa 350 ml [8]	---	Energia: 2147kcal, Białko 106g, Tłuszcze 65g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 182g w tym cukry 65g, błonnik 33 sol 4,8g
	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], ogórek zielony 60g, sałata rozszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6] banan 120g	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Sałata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g [3/8], pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Lekwastrawna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa z dynią i cukinią zabelana 350 ml [1/8]	---	Energia: 2140 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 67g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 264g w tym cukry 65g, błonnik 31g, sol 4,8g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata rozszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6] banan 120g	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Sałata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g [3/8], pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa z dynią i cukinią zabelana 350 ml [1/8]	---	Energia: 2371, Białko 117, Tłuszcze 77g w tym nasycone 30, węglowodany 289g w tym cukry 75g, błonnik 31g, sol 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata rozszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6] jogurt 100 g [6]+ banan 120g	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Sałata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g [3/8], pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml serek waniliowy 100g [6] jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Lekwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa z dynią i cukinią zabelana 350 ml [1/8]	---	Energia: 2059, Białko 112, Tłuszcze 62g w tym nasycone 21, węglowodany 245g w tym cukry 80g, błonnik 32g, sol 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 rozszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6] mus tubka 100g	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Sałata lodowa z pomidorem b/s olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor B/S 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta z ogr. laktoprozywalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], ogórek zielony 60g, sałata rozszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Zupa z dynią i cukinią zabelana 350 ml [1/8] Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż brązowy 200g Sałata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml Bez Cukru	---	Energia: 2119, Białko 102, Tłuszcze 71g w tym nasycone 30, węglowodany 161 w tym cukry 75g, błonnik 41g, sol 5,2g
	pomarańcza 120g	sok pomidorowy 200 ml	jogurt naturalny 200g[6]	
Dieta z Ograniczeniem Pch. s. Złojki	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa z dynią i cukinią zabelana 350 ml [1/8]	---	Energia: 2059, Białko 112, Tłuszcze 62g w tym nasycone 21, węglowodany 245g w tym cukry 80g, błonnik 32g, sol 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 rozszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6] mus tubka 100g	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Sałata lodowa z pomidorem b/s olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor B/S 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa z dynią i cukinią zabelana 350 ml [1/8]	---	Energia: 2116, Białko 115, Tłuszcze 62g w tym nasycone 21, węglowodany 254g w tym cukry 80g, błonnik 36g, sol 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 rozszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6] mus tubka 100g	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Sałata lodowa z pomidorem b/s olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina mielona [1/5/7-10] 60g, serek deliser 1 szt [6], Pomidor B/S 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa z dynią i cukinią zabelana 350 ml [1/8]	---	Energia: 2140 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 67g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 264g w tym cukry 65g, błonnik 31g, sol 4,8g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata rozszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6] banan 120g	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Sałata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g [3/8], pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Piępkowata	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 mussem owocowym 180g[1/2]	Przetarta z dynią i kurczakiem 493[1/2/8]	Energia: 2335, Białko 122, Tłuszcze 90g w tym nasycone 15, węglowodany 243g w tym cukry 82g, błonnik 26g, sol 4,3g
	Kawa z mlekiem 250ml [6] Jogurt 100g [6]	Kompot 250ml sok pomidorowy 200 ml	Herbata 250ml jogurt naturalny 200g [6]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa z dynią i cukinią zabelana 350 ml [1/8]	---	Energia: 2059, Białko 112, Tłuszcze 62g w tym nasycone 21, węglowodany 245g w tym cukry 80g, błonnik 32g, sol 4,7g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], twaróg 50g [6], pomidor b/s 60g, sałata rozszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6] mus tubka 100g	Kurczak w sosie własnym 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g [1/8] Kompot 250ml	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 [6] jogurt naturalny 200g [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	21.cze.26 - niedziela		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Pieczona roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2134 kcal, Białko 99g, Tłuszcze 65g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 263g w tym cukry 65g, błonnik 31g, sól 4,8g
	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6], twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., papryka czerwona 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, rozspanka 10g Herbata 250ml	
	jabłko 120g		Mus tubka 100g	
Dieta Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Pieczona roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2126 kcal, Białko 99g, Tłuszcze 65g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 274g w tym cukry 65g, błonnik 28g, sól 4,8g
	Pieczywo pszenne100g[1], rama 10g[6], twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, rozspanka 10g Herbata 250ml	
	jabłko 120g		Mus tubka 100g	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Pieczona roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2312 Białko 112, Tłuszcze 72g w tym nasycone 28, węglowodany 292g w tym cukry 100g, błonnik 28, sól 5,2g
	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]	Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, rozspanka 10g Herbata 250ml	
	jogurt owocowy 100g [6] + jabłko 120g	Kefir 200 ml [6]	Mus tubka 100g	
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Pieczona roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2177 Białko 106, Tłuszcze 65g w tym nasycone 27, węglowodany 278g w tym cukry 93g, błonnik 32, 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]	Marchewka gotowana z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z białek jaj 70g [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor b/s 60g, rozspanka 10g Herbata 250ml	
	jabłko z pieca 120g		Mus tubka 100g	
Dieta z ograniczeniem kalorii i wyszklanych 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]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Pieczona roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2196, Białko 107 , Tłuszcze 72g w tym nasycone 28, węglowodany 253g w tym cukry 100g, błonnik 35g, sól 4,6g
		Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, rozspanka 10g Herbata 250ml	
	jabłko 120g	kefir 200 ml [6]	sok warzywny 300ml [8]	
Dieta z ograniczeniem Pch. s. Złotkowi	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Pieczona roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2177 Białko 106, Tłuszcze 65g w tym nasycone 27, węglowodany 278g w tym cukry 93g, błonnik 32, 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]	Marchewka gotowana z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z białek jaj 70g [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor b/s 60g, rozspanka 10g Herbata 250ml	
	jabłko z pieca 120g		Mus tubka 100g	
Dieta Rozrobiona	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Pieczona roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2273, Białko 113, Tłuszcze 68g w tym nasycone 27, węglowodany 259g 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]	Marchewka gotowana z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z jaj 70g [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor b/s 60g, rozspanka 10g Herbata 250ml	
	jabłko z pieca 120g	kefir 200 ml [6]	Mus tubka 100g	
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Pieczona roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2126 kcal, Białko 99g, Tłuszcze 65g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 274g w tym cukry 65g, błonnik 28g, sól 4,8g
	Pieczywo pszenne100g[1], rama 10g[6], twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, rozspanka 10g Herbata 250ml	
	jabłko 120g		Mus tubka 100g	
Dieta Pękatwa	Przetarta z brokułem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8] Kawa z mlekiem 250ml [6]	Przetarta z kukinią i schabem[1/2/8] 492g+MUS JABŁKOWY z cukrem 220g Kompot 250ml	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem [1/2/8] 502g Herbata 250ml	Energia: 2026, Białko 110, Tłuszcze 80g w tym nasycone 18, węglowodany 200g w tym cukry 90g, błonnik 21g, sól 4,1g
		Jogurt 100g [6]	Kisiel do picia 250 ml [1]	mus tubka 100g
Chirurgiczna popoperacyjna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Pieczona roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2177 Białko 106, Tłuszcze 65g w tym nasycone 27, węglowodany 278g w tym cukry 93g, błonnik 32, 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]	Marchewka gotowana z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, rozspanka 10g Herbata 250ml	
	jabłko z pieca 120g		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	20.cze.26 - sobota		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] pasta z tuńczyka i warzyw 70g [3/2/3/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Zupa z ciecierzycy 350 ml [1/8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110/80g, kasza jęczmienna 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło 10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], rzodkiew 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2469 kcal, Białko 126g, Tłuszcz 93g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 193g w tym cukry 65g, błonnik 38g, sól 4,8g
	pomarańcza 120g		kefir 200 ml [6]	
Dieta Łatwastrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 70g [3/2/3/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Zupa ziemniaczana 350 ml[8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110/80g, kasza jęczmienna 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2528 kcal, Białko 123g, Tłuszcz 93g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 280g w tym cukry 65g, błonnik 34g, sól 4,8g
	pomarańcza 120g		kefir 200 ml [6]	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 70g [3/2/3/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Zupa ziemniaczana 350 ml[8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110/80g, kasza jęczmienna 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2752kcal, Białko 134, Tłuszcz 98g w tym nasycone 24,3, węglowodany 314g w tym cukry 75g, błonnik 34g, sól 4,7g
	Jogurt 100g [6] + pomarańcza 120g	budyń 150g [1/6]	kefir 200 ml [6]	
Dieta Łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 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 Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Zupa ziemniaczana 350 ml[8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110/80g, kasza jęczmienna 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2532, Białko 130, Tłuszcz 89g w tym nasycone 26,8, węglowodany 284g w tym cukry 71g, błonnik 34g, sól 4,9g
	jabłko z pieca 120g		kefir 200 ml [6]	
Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 150g [3/2/3/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6] Bez Cukru	Zupa ziemniaczana 350 ml[8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110/80g, kasza jęczmienna 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml Bez Cukru	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło 10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], rzodkiew 60g, roszponka 10g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2422 kcal, Białko 114, Tłuszcz 95g w tym nasycone 24,3, węglowodany 191g w tym cukry 75g, błonnik 39, sól 4,7g
	pomarańcza 120g	budyń b/c 150g [1/6]	kefir 200 ml [6]	
Dieta z Ograniczeniem Pch. s. Złogikłowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 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 Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Zupa ziemniaczana 350 ml[8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110/80g, kasza jęczmienna 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2532, Białko 130, Tłuszcz 89g w tym nasycone 26,8, węglowodany 284g w tym cukry 71g, błonnik 34g, sól 4,9g
	jabłko z pieca 120g		kefir 200 ml [6]	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 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 Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Zupa ziemniaczana 350 ml[8] Pulpet z piersi z kurczaka w sosie koperkowym 110/80g, kasza jęczmienna 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2697, Białko 128, Tłuszcz 93g w tym nasycone 26,8, węglowodany 317g w tym cukry 71g, błonnik 34g, sól 4,6g
	jabłko z pieca 120g	Budyń 150g[1/6]	kefir 200 ml [6]	
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 150g [3/2/3/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Zupa ziemniaczana 350 ml[8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie koperkowym 110/80g, kasza jęczmienna 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2528 kcal, Białko 123g, Tłuszcz 93g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 280g w tym cukry 65g, błonnik 34g, sól 4,8g
	pomarańcza 120g		kefir 200 ml [6]	
Dieta Pępkowa	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem i dynią 512 [1/2/8] Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Przetarta z cukinią i schabem i siemieniem [1/2/8] 488g Kompot 250ml	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8] 502g Herbata 250ml	Energia: 2021, Białko 125, Tłuszcz 89g w tym nasycone 14,3, węglowodany 170g w tym cukry 60g, błonnik 18g, sól 4,7g
	jogurt 100g [6]	Budyń 150 g [1]	kefir 200 ml [6]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczywo jasne 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]	Zupa ziemniaczana 350 ml[8] Pulpet z piersi z kurczaka w sosie koperkowym 110/80g, kasza jęczmienna 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło 10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2532, Białko 130, Tłuszcz 89g w tym nasycone 26,8, węglowodany 284g w tym cukry 71g, błonnik 34g, sól 4,9g
	jabłko z pieca 120g		kefir 200 ml [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 tulin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta	19.cze.26 - piątek	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] banan 120g	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] Filet rybny smażony 110g[1/2/3], ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250 ml sok warzywny 300 ml [8]	Energia: 2177 kcal, Białko 92g, Tłuszcze 67g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 201g w tym cukry 65g, błonnik 28g, sól 4,8g
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] banan 120g	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] Ryba na parze 120g w sosie pietruszkowym 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250 ml sok warzywny 300 ml [8]	Energia: 2189 kcal, Białko 94g, Tłuszcze 65g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 292g w tym cukry 65g, błonnik 29g, sól 4,8g
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] jogurt 100g [6] + banan 120g	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] Ryba na parze 120g w sosie pietruszkowym 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250 ml sok warzywny 300 ml [8]	Energia: 2308kcal, Białko 96 Tłuszcze 67g w tym nasycone 25, węglowodany 313g w tym cukry 88g, błonnik 35g, sól 4,9g
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] banan 120g	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] Ryba na parze 120g w sosie pietruszkowym 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 60g, rukola 10g Herbata 250 ml sok warzywny 300 ml [8]	Energia: 2192 kcal, Białko 94, Tłuszcze 65 w tym nasycone 21, węglowodany 292g w tym cukry 84g, błonnik 30g, sól 5,2g
Dieta z ogr. łatwopryswajalnych 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] Bez Cukru	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] Ryba na parze 120g w sosie pietruszkowym 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml Bez Cukru	--- pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250 ml Bez Cukru	Energia: 2103kcal, Białko 85, Tłuszcze 65 w tym nasycone 25, węglowodany 180g w tym cukry 58g, błonnik 37g, sól 4,2g
Dieta z Ograniczeniem Pch. s. Złagławki	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] banan 120g	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] Ryba na parze 120g w sosie pietruszkowym 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 60g, rukola 10g Herbata 250 ml sok warzywny 300 ml [8]	Energia: 2192 kcal, Białko 94, Tłuszcze 65 w tym nasycone 21, węglowodany 292g w tym cukry 84g, błonnik 30g, 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] banan 120g	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] Ryba na parze 120g w sosie pietruszkowym 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 60g, rukola 10g Herbata 250 ml sok warzywny 300 ml [8]	Energia: 2294 kcal, Białko 94, Tłuszcze 65g w tym nasycone 21, węglowodany 316g w tym cukry 84g, błonnik 32g, 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] banan 120g	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] Ryba na parze 120g w sosie pietruszkowym 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250 ml sok warzywny 300 ml [8]	Energia: 2189 kcal, Białko 94g, Tłuszcze 65g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 292g w tym cukry 65g, błonnik 29g, sól 4,8g
Dieta Papawata	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8] Kawa z mlekiem 250ml [6] Jogurt 100g [6]	Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g Kompot 250ml mus tubka 100g	Przetarta z brokułem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8] Herbata 250 ml sok warzywny 300 ml [8]	Energia: 1984 kcal, białko: 113g, tłuszcz 83g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 16,1g, węglowodany 182g w tym cukry 36g, błonnik 22g, sól 5,4g
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] mus tubka 100g	Zupa pomidorowa 350 ml [1/2/8] Ryba na parze 120g w sosie pietruszkowym 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Warzywa na parze z olejem rzepakowym 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 sok warzywny 300 ml [8]	Energia: 2192 kcal, Białko 94, Tłuszcze 65 w tym nasycone 21, węglowodany 292g w tym cukry 84g, błonnik 30g, 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	18.cze.26 - czwartek	Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	BIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6] Pieczywo razowe + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] ser żółty 60g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa grochowa 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], kasza bulgur 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , ogórek zielony 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2432kcal, Białko 113g, Tłuszcz 90g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 257g, błonnik 33g, sól 4,8g
Dieta Łatwastrawna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] twaróg 80g [6], dżem owocowy 1szt., pomidor 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], kasza bulgur 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2400 kcal, Białko 105, Tłuszcz 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 302g w tym cukry 65g, błonnik 31g, sól 4,8g
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] twaróg 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], kasza bulgur 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2535 kcal, Białko 109g, Tłuszcz 82g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 322g w tym cukry 65g, błonnik 34g, sól 4,8g
Dieta Łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 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]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], kasza bulgur 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g 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	Energia: 2471kcal, Białko 104g, Tłuszcz 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 316g w tym cukry 60g, błonnik 34g, sól 4,3g
Dieta z ogr. łatwoprysywalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] twaróg 80g [6], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], kasza bulgur 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , ogórek zielony 60g, sałata 10g Herbata 250ml	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. Złaziłowy	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 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]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], kasza bulgur 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g 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	Energia: 2471kcal, Białko 104g, Tłuszcz 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 316g w tym cukry 60g, błonnik 34g, sól 4,3g
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 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]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], kasza bulgur 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , pomidor b/s 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2471kcal, Białko 104g, Tłuszcz 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 316g w tym cukry 60g, błonnik 34g, sól 4,3g
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] ser żółty 60g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], kasza bulgur 200g Sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2400 kcal, Białko 105, Tłuszcz 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 302g w tym cukry 65g, błonnik 31g, sól 4,8g
Dieta Pajkawata	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem [2/8] 492g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i mielonym słonecznikiem[2/8] 502g Kompot 250ml	Przetarta z kaszą kukurydzianą i schabem i siemieniem lnianym [2/8] 437g Herbata 250ml	Energia: 2045kcal, b:123 Tłuszcz 87g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,3, węglowodany 182g w tym cukry 44g, błonnik 19g, sól 3,9g
Dieta Chirurgiczna propracowana	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6] Pieczywo jasne + kajzerka 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]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy w sosie koperkowym 120g/80g[1/2/8], kasza bulgur 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2471kcal, Białko 104g, Tłuszcz 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 316g w tym cukry 60g, błonnik 34g, 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 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta	17.cze.26 - środa	Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Płatstawowa	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa jarzynowa 350ml [1/8]	---	Energia: 2179 kcal, Białko 100g, Tłuszcze 78g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 241g w tym cukry 65g, błonnik 34g, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z brokuła i szynki 120g [1/5/7-10], sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kotlet schabowy wieprzowy 130g [1/2], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem 100/30g[6/8] 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	
	<u>jabłko 120g</u>		<u>sok warzywny 300 ml [8]</u>	
Dieta Ławniastrawna	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa jarzynowa 350ml [1/8]	---	Energia: 2148 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 249g w tym cukry 65g, błonnik 33g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z brokuła i szynki 120g [1/5/7-10], sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Schab z pieca w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem 100/30g[6/8] 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	
	<u>jabłko 120g</u>		<u>sok warzywny 300 ml [8]</u>	
Dieta Bogobiałkowa	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa jarzynowa 350ml [1/8]	---	Energia: 2250 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 75g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 273g w tym cukry 65g, błonnik 35g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z brokuła i szynki 120g [1/5/7-10], sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Schab z pieca w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem 100/30g[6/8] 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	
	<u>Jogurt 100g [6] + jabłko 120g</u>	<u>kisiel 250 ml</u>	<u>sok warzywny 300 ml [8]</u>	
Dieta Ławniastrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa ziemniaczana 350ml [8]	---	Energia: 2197kcal, Białko 105g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 269g w tym cukry 65g, błonnik 34g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z białek jaj 100g [2], sałatka z selera gotowanego i szynki 120g [1/5/7-10], sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Schab z pieca w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g Seler gotowany z olejem rzepakowym 130g[8] 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	
	<u>jabłko pieczone 120g</u>		<u>sok warzywny 300 ml [8]</u>	
Dieta z ogr. łatwoprzewysyjających węglowodanów	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z brokuła i szynki 120g [1/5/7-10], sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Zupa jarzynowa 350ml [1/8] Schab z pieca w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem 100/30g[6/8] Kompot 250ml	---	Energia: 2207kcal, Białko 98g, Tłuszcze 78g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 248g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	Bez Cukru	Bez Cukru	Bez Cukru	
	<u>jabłko 120g</u>	<u>kisiel b/c 250ml</u>	<u>sok warzywny 300 ml [8]</u>	
Dieta z ograniczeniem PHL s. Złazkowy	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa ziemniaczana 350ml [8]	---	Energia: 2197kcal, Białko 105g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 269g w tym cukry 65g, błonnik 34g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z białek jaj 100g [2], sałatka z selera gotowanego i szynki 120g [1/5/7-10], sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Schab z pieca w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g Seler gotowany z olejem rzepakowym 130g[8] 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	
	<u>jabłko pieczone 120g</u>		<u>sok warzywny 300 ml [8]</u>	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa jarzynowa 350ml [1/8]	---	Energia: 2299kcal, Białko 106g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 293g w tym cukry 65g, błonnik 36g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z jaj 100g [2], sałatka z brokuła i szynki 120g [1/5/7-10], sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Pulpet wieprzowy w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g Seler gotowany z olejem rzepakowym 130g[8] 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	
	<u>jabłko pieczone 120g</u>	<u>kisiel 250 ml</u>	<u>sok warzywny 300 ml [8]</u>	
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa jarzynowa 350ml [1/8]	---	Energia: 2148 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 249g w tym cukry 65g, błonnik 33g, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z brokuła i szynki 120g [1/5/7-10], sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Schab z pieca w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem 110/30g[6/8] 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	
	<u>jabłko 120g</u>		<u>sok warzywny 300 ml [8]</u>	
Dieta Poprawna	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8]	Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g	Przetarta z brokułem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Energia: 1940 kcal, Białko: 114g, Tłuszcze 87g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 19g, węglowodany 162g w tym cukry 55g, błonnik 19g, sól 4,5g
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<u>Jogurt naturalny 100g [6]</u>	<u>mus tubka 100g</u>	<u>sok warzywny 300 ml [8]</u>	
Dieta Chirurgiczna poropracyjna	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa ziemniaczana 350ml [8]	---	Energia: 2197kcal, Białko 105g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 269g w tym cukry 65g, błonnik 34g, 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 wieprzowy w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g Seler gotowany z olejem rzepakowym 130g[8] 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	
	<u>jabłko z pieca 120g</u>		<u>sok warzywny 300 ml [8]</u>	

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