

Dieta	16.lip.26 - czwartek	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 kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 1952 kcal, Białko 96, Tłuszcze 59 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 157 w tym cukty 65g, błonnik 30, sól 4,8g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Potrawka z kurczaka 180g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., ogórek zielony 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Mus tubka 100g	
Dieta Łatwostrawna	banan 120g			
	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 1954 kcal, Białko 96, Tłuszcze 58 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 245 w tym cukty 65g, błonnik 28, sól 4,8g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Potrawka z kurczaka 180g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Mus tubka 100g	
Dieta Biegobiałkowa	banan 120g			
	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2220 kcal, Białko 110, Tłuszcze 64 w tym nasycone 27,5, węglowodany 286 w tym cukty 50g, błonnik 28, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Potrawka z kurczaka 180g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Mus tubka 100g	
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	kefir 200ml [6] + banan 120g	Budyń 200g [1/6]		
	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2009 kcal, Białko 95 Tłuszcze 59 w tym nasycone 21, węglowodany 250 w tym cukty 84g, błonnik 29, 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], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g 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	
Dieta z ogr. tłuszczów i innych składników				
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Zupa kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 1976 kcal, Białko 96 Tłuszcze 64 w tym nasycone 21, węglowodany 236 w tym cukty 84g, błonnik 30g, sól 5,2g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], ogórek deliser 60g, roszponka 10g Herbata 250ml Bez Cukru	
	jabłko 120g	budyń b/c 200g[1/6]	kanapka 1 szt.	
Dieta z Ograniczeniem Pob. s. Żelazkowy	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2009 kcal, Białko 95 Tłuszcze 59 w tym nasycone 21, węglowodany 250 w tym cukty 84g, błonnik 29, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Potrawka z kurczaka 180g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g 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	
Dieta Rozdrobniona	mus tubka 100g			
	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2159 kcal, Białko 101 Tłuszcze 62 w tym nasycone 21, węglowodany 276 w tym cukty 84g, błonnik 29, 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], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	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	
Dieta Bogato Energetyczna	banan 120g			
	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 1954 kcal, Białko 96, Tłuszcze 58 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 245 w tym cukty 65g, błonnik 28, sól 4,8g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Potrawka z kurczaka 180g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Mus tubka 100g	
Dieta Poprawiona	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: 2052 kcal, białko: 117g, tłuszcze 86g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 16,1g, węglowodany 186g w tym cukry 36g, błonnik 21g, sól 5,1g
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt 100g [6]	Mus tubka 100g	Budyń 200g [1/6]	
Chirurgiczna prostanopacyja	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2009 kcal, Białko 95 Tłuszcze 59 w tym nasycone 21, węglowodany 250 w tym cukty 84g, błonnik 29, 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], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	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.lip.26 - środa		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa szczawiowa [1/2/8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Surówka z pomidora z bazylią i oliwą z oliwek 130g	--- 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	Energia: 2604 kcal, Białko 138, Tłuszcze 97 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 215 w tym cukty 65g, błonnik 29, sól 4,8g	
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g				
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml			
	brzoskwinia 120g		serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
Dieta Latwostrawna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Surówka z pomidora z bazylią i oliwą z oliwek 130g	--- 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	Energia: 2599 kcal, Białko 128, Tłuszcze 77 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 334 w tym cukty 65g, błonnik 28, sól 4,8g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g				
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml			
	brzoskwinia 120g		serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Surówka z pomidora z bazylią i oliwą z oliwek 130g	--- 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	Energia: 2792 kcal, Białko 134, Tłuszcze 82 w tym nasycone 31,6, węglowodany 366 w tym cukty 56g, błonnik 30, sól 4,7g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g				
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml			
	jogurt naturalny 100g [6] + brzoskwinia 120g	Kisiel 150g z cukrem	serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
Dieta Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Surówka z pomidora bez skóry z bazylią i oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] południca sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 17g[6], Pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2528, Białko 119, Tłuszcze 71 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 339 w tym cukty 60g, błonnik 30, 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 kawa z mlekiem 250ml [1/6]				
	jabłko z pieca 120g		serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
Dieta z ogr. łatwoprysysywalnych 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]	Zupa grysikowa 350 ml [8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Surówka z pomidora z bazylią i oliwą z oliwek 130g 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	Energia: 2491, Białko 121, Tłuszcze 86 w tym nasycone 31,6, węglowodany 227 w tym cukty 56g, błonnik 36, sól 4,7g	
	jabłko 120g	sok pomidorowy 200 ml	serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
	Bez Cukru	Bez Cukru	Bez Cukru		
Dieta z Ograniczeniem Pob. s. Związkowy	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Surówka z pomidora bez skóry z bazylią i oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] południca sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 17g[6], Pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2528, Białko 119, Tłuszcze 71 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 339 w tym cukty 60g, błonnik 30, 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 kawa z mlekiem 250ml [1/6]				
	jabłko z pieca 120g		serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [8] Pulpet ze schabu w sosie własnym 120g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Surówka z pomidora bez skóry z bazylią i oliwą z oliwek 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	Energia: 2465kcal, Białko 114g, Tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 325g w tym cukty 60g, błonnik 33g, sól 6,3g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 8/5 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]				
	jabłko z pieca 120g	Kisiel 150g z cukrem	serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Surówka z pomidora z bazylią i oliwą z oliwek 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	Energia: 2599 kcal, Białko 128, Tłuszcze 77 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 334 w tym cukty 65g, błonnik 28, sól 4,8g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g				
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
	brzoskwinia 120g				
Dieta Popielawia	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem [2/8] 492g	Przetarta z buraczkciem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i mielonym słonecznikiem[2/8] 502g	Przetarta z kaszą kukurydzianą i schabem i siemieniem lnianym [2/8] 437g	Energia: 2102 kcal, b:127 Tłuszcze 80g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,3, węglowodany 201g w tym cukty 44g, błonnik 25g, 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 popieraczkia	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [8] Pulpet ze schabu w sosie własnym 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g	--- 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	Energia: 2528, Białko 119, Tłuszcze 71 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 339 w tym cukty 60g, błonnik 30, 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 kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml			
	jabłko z pieca 120g		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.lip.26 - wtorek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2583 kcal, Białko 104, Tłuszcze 112 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 253 w tym cukry 65g, błonnik 46, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6]	Kotlet z ciecierzycy 120g w sosie pieczarkowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6]	
	ser żółty 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, ogórek zielony 60g, rukola 10g	Surówka z czerwonej kapusty z majonezem i ziarnami lnu 130g[2/9]	pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Dieta Łatwostrawna	jabłko 120g		Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]	
	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2146 kcal, Białko 108, Tłuszcze 84 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 224 w tym cukry 65g, błonnik 27, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]	Pierś z pieca 110g w sosie koperkowym 80g [1/8], ziemniaki 200g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]	
	wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g	Salata lodowa z olejem rzepakowym 100g	pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Dieta Biegotobiałkowa	jabłko 120g		Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]	
	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2385 kcal, Białko 118, Tłuszcze 91 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 259 w tym cukry 65g, błonnik 28g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]	Pierś z pieca 110g w sosie koperkowym 80g [1/8], ziemniaki 200g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]	
	wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g	Salata lodowa z olejem rzepakowym 100g	pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jogurt naturalny 200g[6] + jabłko 120g	Wafle ryżowe 3 szt	Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]	
	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8]	---	Energia: 2265 kcal, Białko: 109, Tłuszcze 85 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 187 w tym cukry 61g, błonnik 29, sól 4,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]	Pierś z pieca 110g w sosie koperkowym 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	Salata lodowa z olejem rzepakowym 100g	pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, roszponka 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Dieta z ogr. tłuszczow. i węglowodanów	jabłko z pieca 120g		Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]	
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6]	Brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2130, Białko 101, Tłuszcze 93 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 187 w tym cukry 65g, błonnik 36, sól 4,8g
	ser żółty 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, ogórek zielony 60g, rukola 10g	Pierś z pieca 110g w sosie koperkowym 80g [1/8], ziemniaki 200g	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6]	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Surówka z czerwonej kapusty z majonezem i ziarnami lnu 130g[2/9]	pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g	
		Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Dieta z Ograniczeniem Pob. s. Żelazkowej	jabłko 120g	sok pomidorowy 200 ml	Budyń bez dodatku cukru z musem jabłkowym 250ml [1/6]	
	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8]	---	Energia: 2265 kcal, Białko: 109, Tłuszcze 85 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 249 w tym cukry 61g, błonnik 29, sól 4,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]	Pierś z pieca 110g w sosie koperkowym 80g [1/8], ziemniaki 200g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]	
	ser żółty 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidorb/s 60g, rukola 10g	Salata lodowa z olejem rzepakowym 100g	pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, roszponka 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Dieta Rozdrobniona	jabłko z pieca 120g		Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]	
	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2265 kcal, Białko: 109, Tłuszcze 85 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 249 w tym cukry 61g, błonnik 29, sól 4,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]	Pulpet z piersi z kurczaka 110g w sosie koperkowym 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	Salata lodowa z olejem rzepakowym 100g	pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, roszponka 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Dieta Bogata Energetyczna	jabłko z pieca 120g	Mus tubka 100g	Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]	
	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2146 kcal, Białko 108, Tłuszcze 84 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 224 w tym cukry 65g, błonnik 27, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6]	Pierś z pieca 110g w sosie koperkowym 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]	pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Dieta Poprawiona	jabłko z pieca 120g		Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]	
	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8]	Przetarta z kukinią i schabem[1/2/8] 492g	Przetarta z brokułem 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 prozapacyjna	Jogurt naturalny 100g [6]	Mus tubka 100g	kefir 200 ml [6]	
	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8]	---	Energia: 2265 kcal, Białko: 109, Tłuszcze 85 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 249 w tym cukry 61g, błonnik 29, sól 4,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]	Pulpet z piersi z kurczaka 110g w sosie koperkowym 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 olejem rzepakowym 130g [8]	wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt.[6], pomidor b/s 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	jabłko z pieca 120g		Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]	

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	13.lip.26 - poniedziałek	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 zabelany 350g [8]	---	Energia: 2428 kcal, Białko 127, Tłuszcze 77 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 276 w tym cukty 65g, błonnik 42, 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	sos boloński 180g [1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 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	
	pomarańcza 120g		skyr 140g[6]	
Dieta Łatwastrawna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa z botwinki z ziemniakami 350ml [8]	---	Energia: 2463 kcal, Białko 114g, Tłuszcze 71 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 255 w tym cukty 65g, błonnik 29, 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	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: 2318, Białko 117, Tłuszcze 71 w tym nasycone 25, węglowodany 290 w tym cukty 50g, błonnik 29, 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	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: 1949 kcal, Białko 102 Tłuszcze 59g w tym nasycone 23,5, węglowodany 238 w tym cukty 52g, błonnik 28, 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]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 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. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], serek deliser 1 szt. [6], ogórek zielony 60g, sałata mix 10g	sos boloński 180g [1/5/7-10], makaron razowy 200g [1/2] Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g, serek deliser 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g	Energia: 2449 Białko 120 Tłuszcze 78 w tym nasycone 23,5, węglowodany 289 w tym cukty 45g, błonnik 41, sól 5,2g
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250ml Bez Cukru	
	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: 1949 kcal, Białko 102 Tłuszcze 59g w tym nasycone 24, węglowodany 238 w tym cukty 52g, błonnik 28, 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]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 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: 2104 kcal, Białko 105 Tłuszcze 59 g w tym nasycone 24, węglowodany 274 w tym cukty 52g, błonnik 28, 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	sos boloński 180g [1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2] Seler gotowany z olejem rzepakowym 130g [8]	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	
	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: 2463 kcal, Białko 114g, Tłuszcze 71 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 255 w tym cukty 65g, błonnik 29, 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	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 Pajkowata	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 cukty 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: 1949 kcal, Białko 102 Tłuszcze 59g w tym nasycone 24, węglowodany 238 w tym cukty 52g, błonnik 28, 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]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 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	12.lip.26 - niedziela	Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2420, Białko 124, Tłuszcze 78 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 199 w tym cukty 65g, błonnik 48 sól 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	Salata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] Ryba po grecku 200g [3/8], pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	banan 120g		jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Łatwastrawna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2419 kcal, Białko 124, Tłuszcze 78 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 287 w tym cukty 65g, błonnik 46, sól 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	Salata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Ryba po grecku 200g [3/8], pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	banan 120g		jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2560, Białko 131, Tłuszcze 83 w tym nasycone 30, węglowodany 304 w tym cukty 75g, błonnik 46, sól 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	Salata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Ryba po grecku 200g [3/8], pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	jogurt 100 g [6]+ banan 120g	serek waniliowy 100g [6]	jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2339, Białko 130, Tłuszcze 73 w tym nasycone 21, węglowodany 268 w tym cukty 80g, błonnik 47, 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 rozszponka 10g	Salata lodowa z pomidorem b/s olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Ryba po grecku 200g [3/8], pomidor b/s 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	mus tubka 100g		jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta z ogr. łatwoprzewijających 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	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2399, Białko 130, Tłuszcze 81 w tym nasycone 30, węglowodany 184 w tym cukty 75g, błonnik 56, sól 5,2g
	Kawa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Salata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] Ryba po grecku 200g [3/8], pomidor 60g, sałata 10g	
	Kompot 250ml	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250ml Bez Cukru	
	pomarańcza 120g	sok pomidorowy 200 ml	jogurt naturalny 200g[6]	
Dieta z Ograniczeniem Pbi. s. Złazdkowy	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2339, Białko 130, Tłuszcze 73 w tym nasycone 21, węglowodany 268 w tym cukty 80g, błonnik 47, 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 rozszponka 10g	Salata lodowa z pomidorem b/s olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Ryba po grecku 200g [3/8], pomidor b/s 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	mus tubka 100g		jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Rozrabniana	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Pulpet z kurczaka w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2396, Białko 133, Tłuszcze 73 w tym nasycone 21, węglowodany 277 w tym cukty 80g, błonnik 51, 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 rozszponka 10g	Salata lodowa z pomidorem b/s olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Ryba po grecku 200g [3/8], pomidor b/s 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	mus tubka 100g	Sok pomidorowy 200 ml	jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Bogata Energetyczna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka w sosie własnym 160g/80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2419 kcal, Białko 124, Tłuszcze 78 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 287 w tym cukty 65g, błonnik 46, sól 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	Salata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Ryba po grecku 200g [3/8], pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	banan 120g		jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Pielawata	Przetarta z kalafiem 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 musiem 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 cukty 82g, błonnik 26g, sól 4,3g
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt 100g [6]	sok pomidorowy 200 ml	jogurt naturalny 200g [6]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Pulpet z kurczaka w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2339, Białko 130, Tłuszcze 73 w tym nasycone 21, węglowodany 268 w tym cukty 80g, błonnik 47, 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 rozszponka 10g	Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g [1/8]	pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[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]	
	mus tubka 100g		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	11.lip.26 - sobota		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 pieczarkowa 350 ml [8]	---	Energia: 2254 kcal, Białko 99, Tłuszcze 70 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 281 w tym cukty 65g, błonnik 29, 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]	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g 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, roszponka 10g Herbata 250ml		
	jabłko 120g		Mus tubka 100g		
Dieta Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa z dynią i cukinią zabeliana 350 ml [1/8]	---	Energia: 2236 kcal, Białko 98, Tłuszcze 72 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 285 w tym cukty 65g, błonnik 26, 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]	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g 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, roszponka 10g Herbata 250ml		
	jabłko 120g		Mus tubka 100g		
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa z dynią i cukinią zabeliana 350 ml [1/8]	---	Energia: 2422 Białko 1111, Tłuszcze 79 w tym nasycone 28, węglowodany 302 w tym cukty 100g, błonnik 26, 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]	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g 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, roszponka 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]	Zupa z dynią i cukinią zabeliana 350 ml [1/8]	---	Energia: 2287 Białko 104, Tłuszcze 72 w tym nasycone 27, węglowodany 2889 w tym cukty 93g, błonnik 29, 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]	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g 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, roszponka 10g Herbata 250ml		
	jabłko z pieca 120g		Mus tubka 100g		
Dieta z ograniczeniem kaloryczności i zwiększeniem 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] Bez Cukru	Zupa z dynią i cukinią zabeliana 350 ml [1/8] Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż brązowy 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g Kompot 250ml Bez Cukru	---	Energia: 2306, Białko 105 , Tłuszcze 79 w tym nasycone 28, węglowodany 264 w tym cukty 100g, błonnik 32, sól 4,6g	
	jabłko 120g	kefir 200 ml [6]	sok warzywny 300ml [8]		
Dieta z Ograniczeniem Pch. s. Złotkowskiej	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa z dynią i cukinią zabeliana 350 ml [1/8]	---	Energia: 2287 Białko 104, Tłuszcze 72 w tym nasycone 27, węglowodany 2889 w tym cukty 93g, błonnik 29, 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]	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g 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, roszponka 10g Herbata 250ml		
	jabłko z pieca 120g		Mus tubka 100g		
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa z dynią i cukinią zabeliana 350 ml [1/8]	---	Energia: 2383, Białko 113, Tłuszcze 75 w tym nasycone 27, węglowodany 299 w tym cukty 93g, błonnik 29, 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]	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g 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, roszponka 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]	Zupa z dynią i cukinią zabeliana 350 ml [1/8]	---	Energia: 2236 kcal, Białko 98, Tłuszcze 72 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 285 w tym cukty 65g, błonnik 26, 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]	Kurczak w sosie curry 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g 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, roszponka 10g Herbata 250ml		
	jabłko 120g		Mus tubka 100g		
Dieta Pętlawata	Przetarta z brokulem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8] Kawa z mlekiem 250ml [6]	Przetarta z cukinią 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 cukty 90g, błonnik 21g, sól 4,1g	
	Jogurt 100g [6]	Kisiel do picia 250 ml [1]	mus tubka 100g		
Chirurgiczna poparaczynia	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa z dynią i cukinią zabeliana 350 ml [1/8]	---	Energia: 2287 Białko 104, Tłuszcze 72 w tym nasycone 27, węglowodany 2889 w tym cukty 93g, błonnik 29, 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]	Kurczak w sosie własnym180g[1/8], ryż ziemniaki 200g Marchewka gotowana z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, roszponka 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	10.lip.26 - piątek	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 pomidorowa 350 ml [1/8] Gołąbki z dorsza zawijane w kapustę 180g w sosie koperkowym 80g[1/2/3/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], rzodkiew 60g, roszponka 10g	Energia: 2420 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 93g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 205g w tym cukty 65g, błonnik 36g, sól 4,8g
	Pieczywo razowe100g[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]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	pomarańcza 120g		kefir 200 ml [6]	
Dieta Łatwotrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa pomidorowa 350 ml [1/8] Ryba na parze 120g w sosie koperkowym 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka 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 60g, roszponka 10g	Energia: 2403 kcal, Białko 108g, Tłuszcze 88g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 278g w tym cukty 65g, błonnik 35g, sól 4,8g
	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]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	pomarańcza 120g		kefir 200 ml [6]	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa pomidorowa 350 ml [1/8] Ryba na parze 120g w sosie koperkowym 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka 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 60g, roszponka 10g	Energia: 2627kcal, Białko 119, Tłuszcze 93 w tym nasycone 24,3, węglowodany 312 w tym cukty 75g, błonnik 35, sól 4,7g
	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]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt 100g [6] + pomarańcza 120g	budyń 150g [1/6]	kefir 200 ml [6]	
Dieta Łatwotrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa pomidorowa 350 ml [1/8] Ryba na parze 120g w sosie koperkowym 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka 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, roszponka 10g	Energia: 2406, Białko 115, Tłuszcze 84 w tym nasycone 26,8, węglowodany 282 w tym cukty 71g, błonnik 35, sól 4,9g
	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]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	jabłko z pieca 120g		kefir 200 ml [6]	
Dieta z ogr. łatwopryswajalnych 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	Zupa pomidorowa 350 ml [1/8] Ryba na parze 120g w sosie koperkowym 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], rzodkiew 60g, roszponka 10g	Energia: 2297 kcal, Białko 99, Tłuszcze 90 w tym nasycone 24,3, węglowodany 189 w tym cukty 75g, błonnik 40, sól 4,7g
	Kawa z mlekiem 250 ml [6] Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250ml Bez Cukru	
	pomarańcza 120g	budyń b/c 150g [1/6]	kefir 200 ml [6]	
Dieta z Ograniczeniem Pob. z Żelazkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa pomidorowa 350 ml [1/8] Ryba na parze 120g w sosie koperkowym 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka 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, roszponka 10g	Energia: 2406, Białko 115, Tłuszcze 84 w tym nasycone 26,8, węglowodany 282 w tym cukty 71g, błonnik 35, sól 4,9g
	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]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	jabłko z pieca 120g		kefir 200 ml [6]	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa pomidorowa 350 ml [1/8] Ryba na parze 120g w sosie koperkowym 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka 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, roszponka 10g	Energia: 2572, Białko 113, Tłuszcze 88 w tym nasycone 26,8, węglowodany 315 w tym cukty 71g, błonnik 35, sól 4,6g
	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]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	jabłko z pieca 120g	Budyń 150g[1/6]	kefir 200 ml [6]	
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa pomidorowa 350 ml [1/8] Ryba na parze 120g w sosie koperkowym 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka 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 60g, roszponka 10g	Energia: 2403 kcal, Białko 108g, Tłuszcze 88g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 278g w tym cukty 65g, błonnik 35g, sól 4,8g
	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]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	pomarańcza 120g		kefir 200 ml [6]	
Dieta Pakietowa	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, Tłuszcze 89g w tym nasycone 14,3, węglowodany 170g w tym cukty 60g, błonnik 18g, sól 4,7g
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	jogurt 100g [6]	Budyń 150 g [1]	kefir 200 ml [6]	
Chirurgiczna popooperacyjna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa pomidorowa 350 ml [1/8] Ryba na parze 120g w sosie koperkowym 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10],dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2406, Białko 115, Tłuszcze 84 w tym nasycone 26,8, węglowodany 282 w tym cukty 71g, błonnik 35, sól 4,9g
	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]			
		Kompot 250ml		
	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 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta	09.lip.26 - czwartek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)		OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]		Zupa krupnik 350 ml [1/8]	---	Energia: 2318 kcal, Białko 104g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 207g w tym cukty 65g, błonnik 31g, sól 4,8g
	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]		Kotlet de voile z masłem 120g [1/2/6], 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	
	banan 120g			sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta Łatwastrawna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]		Zupa krupnik 350 ml [1/8]	---	Energia: 2332 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 295g w tym cukty 65g, błonnik 32g, sól 4,8g
	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]		Roladka drobiowa 120g w sosie pietruszkowym 80g [1/2/8], 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	
	banan 120g			sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]		Zupa krupnik 350 ml [1/8]	---	Energia: 2450kcal, Białko 107 Tłuszcze 74g w tym nasycone 25, węglowodany 294g w tym cukty 88g, błonnik 32g, sól 4,9g
	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]		Roladka drobiowa 120g w sosie pietruszkowym 80g [1/2/8], 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	
	jogurt 100g [6] + banan 120g		kisiel 250 ml	sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta Łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]		Zupa krupnik 350 ml [1/8]	---	Energia: 2334 kcal, Białko1054, Tłuszcze 74 w tym nasycone 21, węglowodany 294g w tym cukty 84g, błonnik 32g, sól 5,2g
	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]		Roladka drobiowa 120g w sosie pietruszkowym 80g [1/2/8], 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	
	banan 120g			sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta z ogr. łatwopryśwajalnych 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]		Zupa krupnik 350 ml [1/8] Roladka drobiowa 120g w sosie pietruszkowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	---	Energia: 2245kcal, Białko 96, Tłuszcze 78g w tym nasycone 25, węglowodany 182g w tym cukty 58g, błonnik 39g, sól 4,2g
	jabłko 1 szt.		kisiel b/c 250 ml	sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta z ograniczeniem Pch. s. Złakowy	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]		Zupa krupnik 350 ml [1/8]	---	Energia: 2334 kcal, Białko1054, Tłuszcze 74 w tym nasycone 21, węglowodany 294g w tym cukty 84g, błonnik 32g, sól 5,2g
	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]		Roladka drobiowa 120g w sosie pietruszkowym 80g [1/2/8], 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	
	banan 120g			sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]		Zupa krupnik 350 ml [1/8]	---	Energia: 2436 kcal, Białko 106, Tłuszcze 75g w tym nasycone 21, węglowodany 316g w tym cukty 84g, błonnik 34g, sól 5,2g
	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]		Roladka drobiowa 120g w sosie pietruszkowym 80g [1/2/8], 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	
	banan 120g		kisiel 250 ml	sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]		Zupa krupnik 350 ml [1/8]	---	Energia: 2332 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 295g w tym cukty 65g, błonnik 32g, sól 4,8g
	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]		Roladka drobiowa 120g w sosie pietruszkowym 80g [1/2/8], 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	
	banan 120g			sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta Pakowata	Przetarta z buraczkciem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8]		Przetarta z kukinią i schabem[1/2/8] 492g	Przetarta z brokułem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Energia: 1984 kcal, białko: 113g, tłuszcz 83g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 16,1g, węglowodany 182g w tym cukry 36g, błonnik 22g, sól 5,1g
	Kawa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml	Herbata 250 ml	
	Jogurt 100g [6]		mus tubka 100g	sok warzywny 300 ml [8]	
Chirurgiczna popoperacyjna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]		Zupa krupnik 350 ml [1/8]	---	Energia: 2334 kcal, Białko1054, Tłuszcze 74 w tym nasycone 21, węglowodany 294g w tym cukty 84g, błonnik 32g, sól 5,2g
	Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] wędlina [1/5/7-10] , pomidor bez skóry 70g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]		Roladka drobiowa 120g w sosie pietruszkowym 80g [1/2/8], 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	
	mus tubka 100g			sok warzywny 300 ml [8]	

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.lip.26 - środa		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 grochowa 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 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: 2622kcal, Białko 125g, Tłuszcze 96 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 284g w tym cukty 65g, błonnik 40g, sól 4,8g	
	brzoskwinia 120g		kefir 200 ml [6]		
Dieta Łatwastrawna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 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: 2394 kcal, Białko 106, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 304g w tym cukty 65g, błonnik 32, sól 4,8g	
	brzoskwinia 120g		kefir 200 ml [6]		
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 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: 2529kcal, Białko 110, Tłuszcze 80g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 324g w tym cukty 65g, błonnik 35, sól 4,8g	
	Jogurt 100g [6] + brzoskwinia 120g	Jabłko 1 szt 150g	kefir 200 ml [6]		
Dieta Łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 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: 2465kcal, Białko 101g, Tłuszcze 86g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 289g w tym cukty 60g, błonnik 41, sól 4,3g	
	mus tubka 100g	Jabłko z pieca 1 szt 150g	kefir 200 ml [6]		
Dieta z ogr. łatwoprysysywalnych 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 pomidorowym 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, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30,4 węglowodany 283g w tym cukty 46g, błonnik 35g, sól 5,1g	
	pomarańcza 120g	Jabłko 1 szt 150g	kefir 200 ml [6]		
Dieta z Ograniczeniem Pch. s. Złagłowy	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 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: 2465kcal, Białko 101g, Tłuszcze 86g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 289g w tym cukty 60g, błonnik 41, sól 4,3g	
	mus tubka 100g		kefir 200 ml [6]		
Dieta Rozrobiona	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 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: 2465kcal, Białko 105g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 316g w tym cukty 60g, błonnik 35g, sól 4,3g	
	mus tubka 100g	Jabłko z pieca 1 szt 150g	kefir 200 ml [6]		
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 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: 2394 kcal, Białko 106, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 304g w tym cukty 65g, błonnik 32, sól 4,8g	
	mus tubka 100g		kefir 200 ml [6]		
Dieta Pętkawata	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem [2/8] 492g	Przetarta z buraczkciem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i mielonym słonecznikiem[2/8] 502g	Przetarta z kaszą kukurydzianą i schabem i siemieniem Inianym [2/8] 437g	Energia: 2045kcal, b:123 Tłuszcze 87g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,3, węglowodany 182g w tym cukty 44g, błonnik 19g, sól 3,9g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
Dieta Chirurgiczna properacyjna	Jogurt 100g [6]	jogurt naturalny 100g	kefir 200 ml [6]		
	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6] Pieczywo jasne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] połudwica 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 pomidorowym 120g/80g[1/2/8], kasza bulgur 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2465kcal, Białko 101g, Tłuszcze 86g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 289g w tym cukty 60g, błonnik 41, sól 4,3g	
	mus tubka 100g		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 lubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta	07.lip.26 - wtorek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa jarzynowa 350ml [1/8]	---	Energia: 2119 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 231g w tym cukry 65g, błonnik 30g, sól 4,8g	
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 60g[1/5/7-10], pomidor 60g, 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		
	jabłko 120g		sok warzywny 300 ml [8]		
	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa jarzynowa 350ml [1/8]	---	Energia: 2134 kcal, Białko 113g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 242g w tym cukry 65g, błonnik 32g, sól 4,8g	
Dieta Ławustrawna	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 60g[1/5/7-10], pomidor 60g, 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		
	jabłko 120g		sok warzywny 300 ml [8]		
	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa jarzynowa 350ml [1/8]	---	Energia: 2236 kcal, Białko 113g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 266g w tym cukry 65g, błonnik 34g, sól 4,8g	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 60g[1/5/7-10], pomidor 60g, 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		
Dieta Boggobiłkowa	Jogurt 100g [6] + jabłko 120g	kisiel 250 ml	sok warzywny 300 ml [8]		
	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa ziemniaczana 350ml [8]	---	Energia: 2179kcal, Białko 119g, Tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 253g w tym cukry 65g, błonnik 33g, sól 4,8g	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z białek jaj 70g [2], wędlina 60g[1/5/7-10], pomidor b/s 60g, 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		
	jabłko pieczone 120g		sok warzywny 300 ml [8]		
Dieta Ławustrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa jarzynowa 350ml [1/8]	---	Energia: 2193kcal, Białko 107g, Tłuszcze 77 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 240g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g	
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 60g[1/5/7-10], pomidor 60g, 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 razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], ogórek zielony 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml		
	jabłko 120g	kisiel b/c 250ml	sok warzywny 300 ml [8]		
	Bez Cukru	Bez Cukru	Bez Cukru		
Dieta z ogr. łatwoprzewodzących węglowodanów	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa ziemniaczana 350ml [8]	---	Energia: 2179kcal, Białko 119g, Tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 253g w tym cukry 65g, błonnik 33g, sól 4,8g	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z białek jaj 70g [2], wędlina 60g[1/5/7-10], pomidor b/s 60g, 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		
	jabłko pieczone 120g		sok warzywny 300 ml [8]		
	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa jarzynowa 350ml [1/8]	---	Energia: 2280kcal, Białko 119g, Tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 277g w tym cukry 65g, błonnik 35g, sól 4,8g	
Dieta Rozdrobniona	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z jaj 70g [2], wędlina mielona 60g[1/5/7-10], 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 mielona 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., b/s pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml		
	jabłko pieczone 120g	kisiel 250 ml	sok warzywny 300 ml [8]		
	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa jarzynowa 350ml [1/8]	---	Energia: 2134 kcal, Białko 113g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 242g w tym cukry 65g, błonnik 32g, sól 4,8g	
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 60g[1/5/7-10], pomidor 60g, 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		
Dieta Boggato Energetyczna	jabłko 120g		sok warzywny 300 ml [8]		
	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8] Kawa z mlekiem 250ml [6]	Przetarta z kukinią 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, tłuszcze 87g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 19g, węglowodany 162g w tym cukry 55g, błonnik 19g, sól 4,5g	
	Jogurt naturalny 100g [6]	mus tubka 100g	sok warzywny 300 ml [8]		
	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa ziemniaczana 350ml [8]	---		
Dieta Chirurgiczna poporodowa	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 60g[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	Energia: 2179kcal, Białko 119g, Tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 253g w tym cukry 65g, błonnik 33g, sól 4,8g	
	jabłko z pieca 120g		sok warzywny 300 ml [8]		

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