

Dieta	15.sie.26 - sobota	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 szpinakowa 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2465, Białko 120, Tłuszcze 74 w tym nasycone 27,5, węglowodany 218 w tym cukry 50g, błonnik 59, sól 5g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Wątróbka smażona z cebulką 200g [1], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g [3/8], ogórek zielony 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	kisiel 250 ml	
	jabłko 120g			
Dieta Łatwostrawna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa szpinakowa 350 ml [1/2/8] Roladka drobiowa w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g[3/8], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2400 kcal, Białko 114, Tłuszcze 67 w tym nasycone 26,8, węglowodany 311 w tym cukry 80,6g, błonnik 58, sól 5,1g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g			
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	kisiel 250 ml	
	jabłko 120g			
Dieta Biegobiałkowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa szpinakowa 350 ml [1/2/8] Roladka drobiowa w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g[3/8], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2570, Białko 120, Tłuszcze 69 w tym nasycone 26,8, węglowodany 341 w tym cukry 84g, błonnik 58, sól 5,1g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g			
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	kisiel 250 ml	
	kefir 200ml [6] + jabłko 120g	Budyń 200g [1/6]		
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa szpinakowa 350 ml [1/2/8] Roladka drobiowa w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	--- pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g Ryba po grecku 200g[3/8], pomidor bez skóry 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2449 kcal, Białko 113 Tłuszcze 67 w tym nasycone 21, węglowodany 320 w tym cukry 84g, błonnik 59, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor bez skóry 60g, rukola 10g			
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	kisiel 250 ml	
	jabłko z pieca 120g			
Dieta z ogr. łatworzysyjalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Zupa szpinakowa 350 ml [1/2/8] Roladka drobiowa w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	--- pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g[3/8], ogórek zielony 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2449 kcal, Białko 113 Tłuszcze 67 w tym nasycone 21, węglowodany 320 w tym cukry 84g, błonnik 59, sól 5,2g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	kisiel 250 ml bez cukru	
	jabłko 120g	budyń bez cukru 200g[1/6]		
Dieta z Ograniczeniem Pob. s. Żelazkowy	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa szpinakowa 350 ml [1/2/8] Roladka drobiowa w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	--- pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g Ryba po grecku 200g[3/8], pomidor bez skóry 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2449 kcal, Białko 113 Tłuszcze 67 w tym nasycone 21, węglowodany 320 w tym cukry 84g, błonnik 59, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor bez skóry 60g, rukola 10g			
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	kisiel 250 ml	
	jabłko z pieca 120g			
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa szpinakowa 350 ml [1/2/8] Roladka drobiowa w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g[3/8], pomidor bez skóry 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2599 kcal, Białko 119 Tłuszcze 69 w tym nasycone 21, węglowodany 346 w tym cukry 84g, błonnik 59, sól 4,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor bez skóry 60g, rukola 10g			
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	kisiel 250 ml	
	jabłko z pieca 120g	Budyń 200g [1/6]		
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa szpinakowa 350 ml [1/2/8] Roladka drobiowa w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Ryba po grecku 200g[3/8], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2400 kcal, Białko 114, Tłuszcze 67 w tym nasycone 26,8, węglowodany 311 w tym cukry 80,6g, błonnik 58, sól 5,1g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g			
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	kisiel 250 ml	
	jabłko z pieca 120g			
Dieta Popłukowa	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8]	Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g	Przetarta z brokulem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Energia: 2052 kcal, białko: 117g, tłuszcze 86g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 16,1g, węglowodany 186g w tym cukry 21g, błonnik 22g, sól 5,1g
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt 100g [6]	Mus tubka 100g	Budyń 200g [1/6]	
Chirurgiczna prozapacyjna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa szpinakowa 350 ml [1/2/8] Roladka drobiowa w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], 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 bez skóry 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2449 kcal, Białko 113 Tłuszcze 67 w tym nasycone 21, węglowodany 320 w tym cukry 84g, błonnik 59, sól 5,2g
	Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor bez skóry 60g, sałata 10g			
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	kisiel 250 ml	

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.sie.26 - piątek		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 pomidorowa z makaronem 350 ml [1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z kalarepy i marchewki z jogurtem naturalnym 130g [6] Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopocka 60g [1/5/7-10],serek deliser 1 szt. [6], rzodkiewka 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2306 kcal, Białko 108, Tłuszcze 74 w tym nasycone 31,6, węglowodany 223 w tym cukty 56g, błonnik 34, sól 6,7g	
	pomarańcza 120g		serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
Dieta Latwostrawna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml [1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z kalarepy i marchewki z jogurtem naturalnym 130g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt.[6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2417 kcal, Białko 111, Tłuszcze 75 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 311 w tym cukty 53g, błonnik 33, sól 5,3g	
	pomarańcza 120g		serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml [1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z kalarepy i marchewki z jogurtem naturalnym 130g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt.[6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2609 kcal, Białko 117, Tłuszcze 79 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 343 w tym cukty 53g, błonnik 35, sól 5,3g	
	jogurt naturalny 100g [6] + pomarańcza 120g	Kisiel 150g z cukrem	serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
Dieta Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml [1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g[1/3/8], ziemniaki 200g Marchewka mini na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 17g[6], Pomidor bez skóry 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2346, Białko 102, Tłuszcze 68 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 316 w tym cukty 60g, błonnik 35, sól 5,3g	
	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 pomidorowa z makaronem 350 ml [1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z kalarepy i marchewki z jogurtem naturalnym 130g [6] Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], rzodkiewka 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2327, Białko 105, Tłuszcze 83 w tym nasycone 31,6, węglowodany 207 w tym cukty 56g, błonnik 41, sól 4,7g	
	pomarańcza 120g	sok pomidorowy 200 ml	serek homogenizowany naturalny 150g [6]	Bez Cukru	
Dieta z Ograniczeniem Pob. s. Związkowy	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml [1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g[1/3/8], ziemniaki 200g Marchewka mini na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 17g[6], Pomidor bez skóry 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2346, Białko 102, Tłuszcze 68 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 316 w tym cukty 60g, błonnik 35, sól 5,3g	
	jabłko z pieca 120g		serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml [1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g[1/3/8], ziemniaki 200g Marchewka mini na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka - siekana 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt.[6], Pomidor bez skóry 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2448, Białko 102, Tłuszcze 68 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 340 w tym cukty 60g, błonnik 37, sól 5,3g	
	jabłko z pieca 120g	Kisiel 150g z cukrem	serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml [1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z kalarepy i marchewki z jogurtem naturalnym 130g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt.[6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2417 kcal, Białko 111, Tłuszcze 75 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 311 w tym cukty 53g, błonnik 33, sól 5,3g	
	pomarańcza 120g		serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
Dieta Popielawata	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem [2/8] 492g	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i mielonym słonecznikiem[2/8] 502g	Przetarta z kaszą kukurydzianą i schabem i siemieniem lnianym [2/8] 437g	Energia: 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		
Chirurgiczna popieraczkowa	Jogurt 100g [6]	Kisiel 150g z cukrem	serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml [1/6]	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml [1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g[1/3/8], ziemniaki 200g Marchewka mini na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 60g [1/5/7-10], tuńczyk z warzywami 70g [1/3/8], pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2346, Białko 102, Tłuszcze 68 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 316 w tym cukty 60g, błonnik 35, sól 5,3g	
	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	13.sie.26 - czwartek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 2I)	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kuskami 300 ml [1,6]	Zupa pieczarkowa 350 ml [1/8] Gulasz wieprzowy z warzywami 180g[1/8], makaron pszenny 200g [1/2]	---	Energia: 2361, Białko 113, Tłuszcze 89 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 250 w tym cukry 65g, błonnik 28, sól 4,8g	
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g	Salata lodowa z oliwą z oliwek 100g	pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] kaszanka z cebulką 100g/50g [1/5/7-10], pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml		
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]		
	jabłko 120g				
Dieta Łatwostrawna	Zupa mleczna z kuskami 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8] Gulasz wieprzowy z warzywami 180g[1/8], makaron pszenny 200g [1/2]	---	Energia: 2340, białko: 109, tłuszcze 79 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 281 w tym cukry 61g, błonnik 26, sól 4,8g	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g	Salata lodowa z oliwą z oliwek 100g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml		
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]		
	jabłko 120g				
Dieta Biegotobiałkowa	Zupa mleczna z kuskami 300 ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Gulasz wieprzowy z warzywami 180g[1/8], makaron pszenny 200g [1/2]	---	Energia: 2579 kcal, białko: 119, tłuszcze 86 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 316 w tym cukry 61g, błonnik 27, sól 4,8g	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g	Salata lodowa z oliwą z oliwek 100g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml		
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]		
	Jogurt naturalny 200g[6] + jabłko 120g	Wafle ryżowe 3 szt			
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kuskami 300 ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Gulasz wieprzowy z warzywami 180g[1/8], makaron pszenny 200g [1/2]	---	Energia: 2460, białko: 111, tłuszcze 81 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 305 w tym cukry 61g, błonnik 28, sól 4,9g	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor bez skóry 60g, rukola 10g	Salata lodowa z oliwą z oliwek 100g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Herbata 250ml		
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]		
	jabłko z pieca 120g				
Dieta z ogr. latwo przyswajalnych węglowodanów	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Gulasz wieprzowy z warzywami 180g[1/8], makaron razowy 200g [1/2]	---	Energia: 2390, Białko 105, Tłuszcze 85 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 268 w tym cukry 65g, błonnik 40, sól 4,8g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Salata lodowa z oliwą z oliwek 100g	pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml		
	jabłko 120g	mus tubka 100g	Budyń bez dodatku cukru z musem jabłkowym 250ml [1/6]		
	Bez Cukru	Bez Cukru			
Dieta z Ograniczeniem Pob. s. Żelazkowy	Zupa mleczna z kuskami 300 ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Gulasz wieprzowy z warzywami 180g[1/8], makaron pszenny 200g [1/2]	---	Energia: 2460, białko: 111, tłuszcze 81 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 305 w tym cukry 61g, błonnik 28, sól 4,9g	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor bez skóry 60g, rukola 10g	Salata lodowa z oliwą z oliwek 100g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Herbata 250ml		
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]		
	jabłko z pieca 120g				
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z kuskami 300 ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Gulasz wieprzowy z warzywami 180g[1/8], makaron pszenny 200g [1/2]	---	Energia: 2460, białko: 111, tłuszcze 81 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 305 w tym cukry 61g, błonnik 28, 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	Salata lodowa z oliwą z oliwek 100g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata 10g Herbata 250ml		
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]		
	jabłko z pieca 120g	Mus tubka 100g			
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kuskami 300 ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Gulasz wieprzowy z warzywami 180g[1/8], makaron pszenny 200g [1/2]	---	Energia: 2340, białko: 109, tłuszcze 79 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 281 w tym cukry 61g, błonnik 26, sól 4,8g	
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor 60g, rukola 10g	Salata lodowa z oliwą z oliwek 100g	pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml		
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]		
	jabłko z pieca 120g				
Dieta Popukawata	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: 1723 kcal, białko: 111g, tłuszcze 78g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 19g, węglowodany 129g w tym cukry 55g, błonnik 17g, sól 4,5g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
	Jogurt naturalny 100g [6]	Mus tubka 100g	kefir 200 ml [6]		
Chirurgiczna prostanopacyjna	Zupa mleczna z kuskami 300 ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Gulasz wieprzowy z warzywami 180g[1/8], makaron pszenny 200g [1/2]	---	Energia: 2460, białko: 111, tłuszcze 81 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 305 w tym cukry 61g, błonnik 28, sól 4,9g	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 50g, pomidor bez skóry 60g, rukola 10g	Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g[1/8]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 60g[1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt, pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Herbata 250ml		
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]		
	jabłko z pieca 120g				

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.sie.26 - środa		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa fasolowa 350ml [1/8] Gołąbek francuski 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2436 kcal, Białko 129, Tłuszcze 72 w tym nasycone 25, węglowodany 288 w tym cukty 50g, błonnik 45, sól 5,2g	
	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., ogórek zielony 60g, sałata mix 10g	Surówka z selera z jogurtem 100g/30g [6/8]	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 makaronem 300ml [1,6]	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml [1/8] Gołąbek francuski 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2264 kcal, Białko 110, Tłuszcze 74 w tym nasycone 25, węglowodany 276 w tym cukty 50g, błonnik 34, sól 5,2g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g	Surówka z selera z jogurtem 100g/30g [6/8]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g , serek deliser 1szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g		
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
	pomarańcza 120g		skyr 140g[6]		
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml [1/8] Gołąbek francuski 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2419 kcal, Białko 113, Tłuszcze 74 w tym nasycone 25, węglowodany 311 w tym cukty 50g, błonnik 34, sól 4,2g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g	Surówka z selera z jogurtem 100g/30g [6/8]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g , serek deliser 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g		
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
	Jogurt 100g [6] + pomarańcza 120g	galaretka 250 ml	skyr 140g[6]		
Dieta Łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy 120g [½] w sosie pomidorowym 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 1978, Białko 97 Tłuszcze 61 w tym nasycone 24, węglowodany 247 w tym cukty 52g, błonnik 29, sól 5,2g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1szt., pomidor bez skóry 60g, sałata mix 10g	Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor bez skóry 60g, sałata mix 10g		
	kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	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	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml [1/8] Gołąbek francuski 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2431, Białko 110 Tłuszcze 78 w tym nasycone 23,5, węglowodany 293 w tym cukty 45g, błonnik 40, sól 5,2g	
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru	Surówka z selera z jogurtem 100g/30g [6/8]	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g, serek deliser 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g		
		Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250ml Bez Cukru		
	pomarańcza 120g	galaretka bez cukru 250 ml	skyr naturalny 140g [6]		
Dieta z Ograniczeniem Pbi. s. Złazdkowy	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy 120g [½] w sosie pomidorowym 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 1978, Białko 97 Tłuszcze 61 w tym nasycone 24, węglowodany 247 w tym cukty 52g, błonnik 29, sól 5,2g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1szt., pomidor bez skóry 60g, sałata mix 10g	Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor bez skóry 60g, sałata mix 10g		
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
	mus tubka 100g		skyr 140g[6]		
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy 120g [½] w sosie pomidorowym 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2133 kcal, Białko 100 Tłuszcze 61 w tym nasycone 24, węglowodany 283 w tym cukty 52g, błonnik 29, sól 5,2g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata mix 10g	Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina mielona [1/5/7-10] 60g , serek deliser 1 szt [6], Pomidor bez skóry 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 makaronem 300ml [1,6]	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml [1/8] Gołąbek francuski 120g[1/8], sos pomidorowy 80g[1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2264 kcal, Białko 110, Tłuszcze 74 w tym nasycone 25, węglowodany 276 w tym cukty 50g, błonnik 34, sól 5,2g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], dżem owocowy 1 szt., ogórek zielony 60g, sałata mix 10g	Surówka z selera z jogurtem 100g/30g [6/8]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g , serek deliser 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g		
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
	pomarańcza 120g		skyr 140g[6]		
Dieta Pajkawa	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 makaronem 300ml [1,6]	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy 120g [½] w sosie pomidorowym 80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 1978, Białko 97 Tłuszcze 61 w tym nasycone 24, węglowodany 247 w tym cukty 52g, błonnik 29, sól 5,2g	
	Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] wędlina drobiowa 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata mix 10g	Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor bez skóry 60g, sałata mix 10g		
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	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	11.sie.26 - wtorek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa brokułowa 350ml [8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jagłana 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek 130g	--- Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2389, Białko 120, Tłuszcze 88 w tym nasycone 30, węglowodany 178 w tym cukty 75g, błonnik 31g, sól 5,2g
	Kawa z mlekiem 250ml [6] banan 120g	Kompot 250ml	jogurt naturalny 200g [6]	
	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa brokułowa 350ml [8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jagłana 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek 130g	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml	
	Kawa z mlekiem 250ml [6] banan 120g	Kompot 250ml	jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Łatwastrawna	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa brokułowa 350ml [8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jagłana 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek 130g	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2387, Białko 120, Tłuszcze 87 w tym nasycone 30, węglowodany 266 w tym cukty 75g, błonnik 28, sól 5,2g
	Kawa z mlekiem 250ml [6] banan 120g	Kompot 250ml	jogurt naturalny 200g [6]	
	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa brokułowa 350ml [8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jagłana 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek 130g	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml	
	Kawa z mlekiem 250ml [6] jogurt 100 g [6]+ banan 120g	Kompot 250ml	jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa dyniowa z ziemniakami zabelana 350ml [8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jagłana 200g Surówka z pomidora bez skóry z oliwą z oliwek 130g	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2618, Białko 133, Tłuszcze 97 w tym nasycone 30, węglowodany 291 w tym cukty 75g, błonnik 28, sól 5,2g
	Kawa z mlekiem 250ml [6] jogurt 100 g [6]+ banan 120g	Kompot 250ml	jogurt naturalny 200g [6]	
	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa dyniowa z ziemniakami zabelana 350ml [8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jagłana 200g Surówka z pomidora bez skóry z oliwą z oliwek 130g	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Herbata 250ml	
	Kawa z mlekiem 250ml [6] mus tubka 100g	Kompot 250ml	jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa dyniowa z ziemniakami zabelana 350ml [8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jagłana 200g Surówka z pomidora bez skóry z oliwą z oliwek 130g	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2244, Białko 123, Tłuszcze 73g w tym nasycone 21, węglowodany 255 w tym cukty 80g, błonnik 28, sól 4,7g
	Kawa z mlekiem 250ml [6] mus tubka 100g	Kompot 250ml	jogurt naturalny 200g [6]	
	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa brokułowa 350ml [8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jagłana 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek 130g	--- Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml	
	Kawa z mlekiem 250ml [6] pomarańcza 120g	Kompot 250ml	jogurt naturalny 200g[6]	
Dieta z ogr. łatwoprzewajających węglowodanów	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa dyniowa z ziemniakami zabelana 350ml [8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jagłana 200g Surówka z pomidora bez skóry z oliwą z oliwek 130g	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2366, Białko 117, Tłuszcze 91 w tym nasycone 30, węglowodany 164 w tym cukty 75g, błonnik 38, sól 5,2g
	Kawa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa dyniowa z ziemniakami zabelana 350ml [8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jagłana 200g Surówka z pomidora bez skóry z oliwą z oliwek 130g	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Herbata 250ml	
	Kawa z mlekiem 250ml [6] pomarańcza 120g	Kompot 250ml	jogurt naturalny 200g[6]	
Dieta z Ograniczeniem Pbi. s. Złotkowi	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa dyniowa z ziemniakami zabelana 350ml [8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jagłana 200g Surówka z pomidora bez skóry z oliwą z oliwek 130g	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2244, Białko 123, Tłuszcze 73g w tym nasycone 21, węglowodany 255 w tym cukty 80g, błonnik 28, sól 4,7g
	Kawa z mlekiem 250ml [6] mus tubka 100g	Kompot 250ml	jogurt naturalny 200g [6]	
	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa brokułowa 350ml [8] Pulpet ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jagłana 200g Surówka z pomidora bez skóry z oliwą z oliwek 130g	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Herbata 250ml	
	Kawa z mlekiem 250ml [6] mus tubka 100g	Kompot 250ml	jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa brokułowa 350ml [8] Pulpet ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jagłana 200g Surówka z pomidora bez skóry z oliwą z oliwek 130g	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2301, Białko 126, Tłuszcze 73g w tym nasycone 21, węglowodany 264 w tym cukty 80g, błonnik 32, sól 4,7g
	Kawa z mlekiem 250ml [6] mus tubka 100g	Kompot 250ml	jogurt naturalny 200g [6]	
	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa brokułowa 350ml [8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jagłana 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek 130g	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml	
	Kawa z mlekiem 250ml [6] banan 120g	Kompot 250ml	jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Bogata Energetyczna	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa brokułowa 350ml [8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jagłana 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek 130g	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2387, Białko 120, Tłuszcze 87 w tym nasycone 30, węglowodany 266 w tym cukty 75g, błonnik 28, sól 5,2g
	Kawa z mlekiem 250ml [6] banan 120g	Kompot 250ml	jogurt naturalny 200g [6]	
	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa brokułowa 350ml [8] Bitka ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jagłana 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek 130g	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml	
	Kawa z mlekiem 250ml [6] Jogurt 100g [6]	Kompot 250ml	jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Paplowata	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 musem 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]	
	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa dyniowa z ziemniakami zabelana 350ml [8] Pulpet ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaki 200g Cukinia z marchewką na parze z oliwą z oliwek 130g	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa dyniowa z ziemniakami zabelana 350ml [8] Pulpet ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaki 200g Cukinia z marchewką na parze z oliwą z oliwek 130g	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Energia: 2244, Białko 123, Tłuszcze 73g w tym nasycone 21, węglowodany 255 w tym cukty 80g, błonnik 28, sól 4,7g
	Kawa z mlekiem 250ml [6] mus tubka 100g	Kompot 250ml	jogurt naturalny 200g [6]	
	Zupa mleczna płtkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa dyniowa z ziemniakami zabelana 350ml [8] Pulpet ze schabu 100g[1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaki 200g Cukinia z marchewką na parze z oliwą z oliwek 130g	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	
	Kawa z mlekiem 250ml [6] mus tubka 100g	Kompot 250ml	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	10.sie.26 - poniedziałek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa jarzynowa z białą fasolą 350 ml [8] Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 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	Energia: 2308 Białko 100, Tłuszcze 73g w tym nasycone 28, węglowodany 282 w tym cukry 100g, błonnik 33, sól 5,2g	
	jabłko 120g		Mus tubka 100g		
Dieta Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 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	Energia: 2266, Białko 97, Tłuszcze 72 w tym nasycone 29 węglowodany 289 w tym cukry 100g, błonnik 29, sól 4,3g	
	jabłko 120g		Mus tubka 100g		
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 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	Energia: 2452, Białko 110, Tłuszcze 80 w tym nasycone 29 węglowodany 307g w tym cukry 100g, błonnik 29, sól 5,3g	
	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 koperkowa z ziemniakami 350 ml [8]	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z białek jaj 70g [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor bez skóry 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2266 Białko 104, Tłuszcze 68 w tym nasycone 27, węglowodany 291 w tym cukry 93g, błonnik 33, sól 5,2g	
	jabłko z pieca 120g		Mus tubka 100g		
Dieta z ograniczeniem tłuszczu i wykluczeniem 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 koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 180g[1/8], ryż brązowy 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g Kompot 250ml Bez Cukru	--- Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2336, Białko 104, Tłuszcze 80 w tym nasycone 28, węglowodany 268 w tym cukry 100g, błonnik 36, sól 4,6g	
	jabłko 120g	kefir 200 ml [6]	mus tubka 100 g		
Dieta z Ograniczeniem Pch. s. Żółciakowy	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8]	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z białek jaj 70g [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor bez skóry 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2266 Białko 104, Tłuszcze 68 w tym nasycone 27, węglowodany 291 w tym cukry 93g, błonnik 33, sól 5,2g	
	jabłko z pieca 120g		Mus tubka 100g		
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z jaj 70g [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor bez skóry 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2362, Białko 111, Tłuszcze 71 w tym nasycone 27, węglowodany 301 w tym cukry 93g, błonnik 33, sól 5,2g	
	jabłko z pieca 120g	kefir 200 ml [6]	Mus tubka 100g		
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8] Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 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	Energia: 2266, Białko 97, Tłuszcze 72 w tym nasycone 29 węglowodany 289 w tym cukry 100g, błonnik 29, sól 4,3g	
	jabłko 120g		Mus tubka 100g		
Dieta Pępkowata	Przetarta z brokułem 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 cukry 90g, błonnik 21g, sól 4,1g	
	Jogurt 100g [6]	Kisiel do picia 250 ml [1]	mus tubka 100g		
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [8]	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor bez skóry 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2266 Białko 104, Tłuszcze 68 w tym nasycone 29, węglowodany 291 w tym cukry 93g, błonnik 33, sól 5,2g	
	Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1szt., pomidor bez skóry 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kurczak w sosie własnym 180g[1/8], ryż paraboliczny 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g Kompot 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	09.sie.26 - niedziela		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2383, Białko 119, Tłuszcze 102 w tym nasycone 24,3, węglowodany 166 w tym cukty 75g, błonnik 34, sól 4,7g	
	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	Udko pieczone 160g + sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem z olejem rzepakowym i bazylią 100g	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		
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
	pomarańcza 120g		kefir 200 ml [6]		
Dieta Łatwastrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2487 kcal, Białko 122, Tłuszcze 103 w tym nasycone 24,3, węglowodany 254 w tym cukty 75g, błonnik 33, 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	Udko pieczone 160g + sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem z olejem rzepakowym i bazylią 100g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] 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		
	jabłko 120g		kefir 200 ml [6]		
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2711 kcal, Białko 133, Tłuszcze 102 w tym nasycone 24,3, węglowodany 288 w tym cukty 75g, błonnik 33, 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	Udko pieczone 160g + sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem z olejem rzepakowym i bazylią 100g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] 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		
	Jogurt 100g [6] + jabłko 120g	budyń 150g [1/6]	kefir 200 ml [6]		
Dieta Łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2492, Białko 128, Tłuszcze 99 w tym nasycone 26,8, węglowodany 258 w tym cukty 71g, błonnik 34, 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 bez skóry 60g, sałata 10g	Udko pieczone 160g + sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem bez skóry z olejem rzepakowym i bazylią 100g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor bez skóry 60g, roszponka 10g		
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
	jabłko z pieca 120g		kefir 200 ml [6]		
Dieta z ogr. łatwoprysywalnych 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	Udko pieczone 160g + sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem z olejem rzepakowym i bazylią 100g	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: 2381, Białko 112, Tłuszcze 105 g w tym nasycone 24,3, węglowodany 165 w tym cukty 75g, błonnik 34, sól 4,7g	
	<i>Kawa z mlekiem 250 ml [6]</i> Bez Cukru	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
	pomarańcza 120g	budyń bez cukru 150g [1/6]	kefir 200 ml [6]		
Dieta z Ograniczeniem Pob. z Zębkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2492, Białko 128, Tłuszcze 99 w tym nasycone 26,8, węglowodany 258 w tym cukty 71g, błonnik 34, 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 bez skóry 60g, sałata 10g	Udko pieczone 160g + sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem bez skóry z olejem rzepakowym i bazylią 100g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor bez skóry 60g, roszponka 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]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2657, Białko 126 Tłuszcze 103 w tym nasycone 26,8, węglowodany 291 w tym cukty 71g, błonnik 33, 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 bez skóry 60g, sałata 10g	Udko pieczone 160g + sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem bez skóry z olejem rzepakowym i bazylią 100g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor bez skóry 60g, roszponka 10g		
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
	jabłko z pieca 120g	Budyń 150g[1/6]	kefir 200 ml [6]		
Dieta Bogata Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2487 kcal, Białko 125, Tłuszcze 89g w tym nasycone 24,3, węglowodany 254 w tym cukty 75g, błonnik 33, sól 4,7g	
	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	Udko pieczone 160g + sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem z olejem rzepakowym i bazylią 100g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] 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		
	jabłko 120g		kefir 200 ml [6]		
Dieta Pępkowania	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 popoperacyjna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2492, Białko 128, Tłuszcze 99 w tym nasycone 26,8, węglowodany 258 w tym cukty 71g, błonnik 34, sól 4,9g	
	Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] Szynka gotowana 50g [1/5/7-10], twaróg 50g [6], pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Pulpet 120g [1/2/8], sos własny 80g[1/8], ziemniaki 200g Marchewka na parze z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10],dżem owocowy 1 szt., pomidor bez skóry 60g, roszponka 10g Herbata 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 tulin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta	08.sie.26 - sobota		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)		OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]		Zupa grochowa 350 ml [1/8] Zapiekanka ziemniaczana z kurczakiem, cukinią i szpinakiem 300g [1/6] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Energia: 2342, Białko 120 Tłuszcze 77 w tym nasycone 25, węglowodany 185 w tym cukty 88g, błonnik 41, sól 4,9g
	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]		Kompot 250ml	Herbata 250 ml	
Dieta Łatwastrawna	banan 120g			sok warzywny 300 ml [8]	
	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]		Zupa krupnik 350 ml [8] Zapiekanka ziemniaczana z kurczakiem, cukinią i szpinakiem 300g [1/6] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Energia: 2335 kcal, Białko 111, Tłuszcze 76g w tym nasycone 26,8, węglowodany 281g w tym cukty 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	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]		Kompot 250ml	Herbata 250 ml	
Dieta Bogatobiałkowa	banan 120g			sok warzywny 300 ml [8]	
	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]		Zupa krupnik 350 ml [8] Zapiekanka ziemniaczana z kurczakiem, cukinią i szpinakiem 300g [1/6] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Energia: 2351, Białko 112, Tłuszcze 70 w tym nasycone 26,8, węglowodany 300 w tym cukty 80,6g, błonnik 40, sól 5,1g
	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]		Kompot 250ml	Herbata 250 ml	
Dieta Łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100g [6] + banan 120g		kisiel 250 ml	sok warzywny 300 ml [8]	
	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]		Zupa krupnik 350 ml [8] Zapiekanka ziemniaczana z kurczakiem, cukinią i szpinakiem 300g [1/6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor bez skóry 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	--- pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g serek wiejski lekki 150g [6], pomidor bez skóry 60g, rukola 10g Herbata 250 ml	Energia: 2215 kcal, Białko 108, Tłuszcze 67 w tym nasycone 21, węglowodany 277 w tym cukty 84g, błonnik 36, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor bez skóry 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml	Herbata 250 ml	
Dieta z ogr. łatwopryswajalnych węglowodanów	banan 120g			sok warzywny 300 ml [8]	
	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 [8] Zapiekanka ziemniaczana z kurczakiem, cukinią i szpinakiem 300g [1/6] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	--- pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Energia: 2185, Białko 108, Tłuszcze 71 w tym nasycone 25, węglowodany 173 w tym cukty 58g, błonnik 43, sól 4,2g
	jabłko 1 szt. Bez Cukru		Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250 ml Bez Cukru	
Dieta z Ograniczeniem Pch. s. Zjadłowej	jabłko 1 szt.		kisiel bez cukru 250 ml	sok warzywny 300 ml [8]	
	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]		Zupa krupnik 350 ml [8] Zapiekanka ziemniaczana z kurczakiem, cukinią i szpinakiem 300g [1/6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor bez skóry 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	--- pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g serek wiejski lekki 150g [6], pomidor bez skóry 60g, rukola 10g Herbata 250 ml	Energia: 2215 kcal, Białko 108, Tłuszcze 67 w tym nasycone 21, węglowodany 277 w tym cukty 84g, błonnik 36, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor bez skóry 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml	Herbata 250 ml	
Dieta Rozdrobniona	banan 120g			sok warzywny 300 ml [8]	
	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]		Zupa krupnik 350 ml [8] Zapiekanka ziemniaczana z kurczakiem, cukinią i szpinakiem 300g [1/6] szynka mielona 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor bez skóry 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor bez skóry 60g, rukola 10g Herbata 250 ml	Energia: 2316 kcal, Białko 108, Tłuszcze 67 w tym nasycone 21, węglowodany 301 w tym cukty 84g, błonnik 38, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] szynka mielona 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor bez skóry 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]		Kompot 250ml	Herbata 250 ml	
Dieta Bogato Energetyczna	banan 120g		kisiel 250 ml	sok warzywny 300 ml [8]	
	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]		Zupa krupnik 350 ml [8] Zapiekanka ziemniaczana z kurczakiem, cukinią i szpinakiem 300g [1/6] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g	Energia: 2335 kcal, Białko 111, Tłuszcze 76g w tym nasycone 26,8, węglowodany 281g w tym cukty 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	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]		Kompot 250ml	Herbata 250 ml	
Dieta Paplowata	banan 120g			sok warzywny 300 ml [8]	
	Przetarta z buraczkciem 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: 1984 kcal, białko: 113g, tłuszcze 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	
Chirurgiczna popoperacyjna	Jogurt 100g [6]		mus tubka 100g	sok warzywny 300 ml [8]	
	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]		Zupa krupnik 350 ml [8] Zapiekanka ziemniaczana z kurczakiem, cukinią i szpinakiem 300g [1/6] seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Herbata 250 ml	Energia: 2215 kcal, Białko 108, Tłuszcze 67 w tym nasycone 21, węglowodany 277 w tym cukty 84g, błonnik 36, 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]		Kompot 250ml	Herbata 250 ml	
Chirurgiczna popoperacyjna	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	07.sie.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[1/2/8] Ryba na parze zapiekana z warzywami i mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaki 200g Surówka z cukinii z jogurtem naturalnym 130g [6]	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2316, Białko 103, Tłuszcze 88 w tym nasycone 31,6, węglowodany 253 w tym cukty 56g, błonnik 33, sół 4,7g	
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] ser żółty 60g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	kefir 200 ml [6]		
Dieta Łatwastrawna	brzoskwinia 120g	Zupa pomidorowa 350 ml[1/2/8] Ryba na parze zapiekana z warzywami i mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaki 200g Surówka z cukinii z jogurtem naturalnym 130g [6]	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2374 kcal, Białko 111g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 281g w tym cukty 53g, błonnik 30g, sól 4,3g	
	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] twaróg 80g [6], dżem owocowy 1szt., pomidor 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	kefir 200 ml [6]		
Dieta Bogatobiałkowa	brzoskwinia 120g	Zupa pomidorowa 350 ml[1/2/8] Ryba na parze zapiekana z warzywami i mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaki 200g Surówka z cukinii z jogurtem naturalnym 130g [6]	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2364 kcal, Białko 106, Tłuszcze 81 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 288 w tym cukty 53g, błonnik 34, sół 5,3g	
	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] twaróg 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	kefir 200 ml [6]		
Dieta Łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jogurt 100g [6] + brzoskwinia 120g	Jabłko 1 szt 150g	kefir 200 ml [6]		
	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] twaróg 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa pomidorowa 350 ml[1/2/8] Ryba na parze zapiekana z warzywami 140g [1/8], ziemniaki 200g Cukinia na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2311, Białko 95, Tłuszcze 85 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 278 w tym cukty 60g, błonnik 30, sół 4,3g	
Dieta z ogr. łatwopryswajalnych węglowodanów	mus tubka 100g	Jabłko z pieca 1 szt 150g	kefir 200 ml [6]		
	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] Bez Cukru	Zupa pomidorowa 350 ml[1/2/8] Ryba na parze zapiekana z warzywami i mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaki 200g Surówka z cukinii z jogurtem naturalnym 130g [6] Bez Cukru	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2290 kcal, Białko 96, Tłuszcze 85 w tym nasycone 30,4 węglowodany 258 w tym cukty 46g, błonnik 37, sół 5,1g	
Dieta z ograniczeniem Pch. s. Złagłowy	pomarańcza 120g	Jabłko 1 szt 150g	kefir 200 ml [6]		
	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] twaróg 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa pomidorowa 350 ml[1/2/8] Ryba na parze zapiekana z warzywami 140g [1/8], ziemniaki 200g Cukinia na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2311, Białko 95, Tłuszcze 85 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 278 w tym cukty 60g, błonnik 30, sół 4,3g	
Dieta Rozrobiona	mus tubka 100g	Jabłko z pieca 1 szt 150g	kefir 200 ml [6]		
	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] twaróg 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa pomidorowa 350 ml[1/2/8] Ryba na parze zapiekana z warzywami i mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaki 200g Cukinia na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2311, Białko 95, Tłuszcze 85 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 278 w tym cukty 60g, błonnik 30, sół 4,3g	
Dieta Bogata Energetyczna	mus tubka 100g	Jabłko z pieca 1 szt 150g	kefir 200 ml [6]		
	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] ser żółty 60g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa pomidorowa 350 ml[1/2/8] Ryba na parze zapiekana z warzywami i mozzarellą 140g [1/6/8], ziemniaki 200g Surówka z cukinii z jogurtem naturalnym 130g [6]	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2374 kcal, Białko 111g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 281g w tym cukty 53g, błonnik 30g, sól 4,3g	
Dieta Pajkawa	brzoskwinia 120g	kefir 200 ml [6]	kefir 200 ml [6]		
	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 Tłuszcze 87g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,3, węglowodany 187g w tym cukty 44g, błonnik 17, sól 3,9g	
Dieta Chirurgiczna propracujna	Jogurt 100g [6]	jogurt naturalny 100g	kefir 200 ml [6]		
	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/6] Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] połędwica sopocka 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa pomidorowa 350 ml[1/2/8] Ryba na parze zapiekana z warzywami 140g [1/8], ziemniaki 200g Cukinia na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędłina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2311, Białko 95, Tłuszcze 85 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 278 w tym cukty 60g, błonnik 30, sół 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 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta	06.sie.26 - czwartek		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 z selera naciowego 350 ml [1/8]	---	Energia: 2164, Białko 92, Tłuszcze 88 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 225 w tym cukry 65g, błonnik 29, 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]	Stek z mięsa mielonego z cebulką 100g/30g [1], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g 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		Jogurt naturalny 200g [6]		
	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa z selera naciowego 350 ml [1/8]	---	Energia: 2196, Białko 105, Tłuszcze 76 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 261 w tym cukry 65g, błonnik 28, sól 4,8g	
Dieta Ławstrawna	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]	Pulpet z mięsa wieprzowego w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml		
	jabłko 120g		Jogurt naturalny 200g [6]		
	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa z selera naciowego 350 ml [1/8]	---	Energia: 2298, Białko 106 Tłuszcze 76 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 285 w tym cukry 65g, błonnik 30, 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]	Pulpet z mięsa wieprzowego w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml		
	Jogurt 100g [6] + jabłko 120g	kisiel 250 ml	Jogurt naturalny 200g [6]		
Dieta Ławstrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa z selera naciowego 350 ml [1/8]	---	Energia: 2177, Białko 112, Tłuszcze 71 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 260 w tym cukry 65g, błonnik 28, sól 4,8g	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z białek jaj 70g [2], wędlina 60g[1/5/7-10], pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Pulpet z mięsa wieprzowego w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml		
	jabłko pieczone 120g		Jogurt naturalny 200g [6]		
		Zupa z selera naciowego 350 ml [1/8]	---	Energia: 2255, Białko 99, Tłuszcze 79 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 259 w tym cukry 65g, błonnik 35, sól 4,8g	
Dieta z ogr. łatwoprzewijalnych węglowodanów	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]	Pulpet z mięsa wieprzowego w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g 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 bez cukru 250ml	Jogurt naturalny 200g [6]		
		Zupa z selera naciowego 350 ml [1/8]	---	Energia: 2177, Białko 112, Tłuszcze 71 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 260 w tym cukry 65g, błonnik 28, sól 4,8g	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z białek jaj 70g [2], wędlina 60g[1/5/7-10], pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Pulpet z mięsa wieprzowego w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml		
	jabłko pieczone 120g	kisiel 250 ml	Jogurt naturalny 200g [6]		
Dieta z ograniczeniem Poś s. Złagłowy	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa z selera naciowego 350 ml [1/8]	---	Energia: 2279, Białko 112, Tłuszcze 71 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 284 w tym cukry 65g, błonnik 30, sól 4,8g	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z jaj 70g [2], wędlina mielona 60g[1/5/7-10], pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Pulpet z mięsa wieprzowego w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina mielona 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml		
	jabłko pieczone 120g	kisiel 250 ml	Jogurt naturalny 200g [6]		
		Zupa z selera naciowego 350 ml [1/8]	---	Energia: 2196, Białko 105, Tłuszcze 76 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 261 w tym cukry 65g, błonnik 28, sól 4,8g	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa z selera naciowego 350 ml [1/8]	---	Energia: 1940 kcal, białko: 114g, tłuszcze 87g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 19g, węglowodany 162g w tym cukry 55g, błonnik 19g, sól 4,5g	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z jaj 70g [2], wędlina mielona 60g[1/5/7-10], pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Pulpet z mięsa wieprzowego w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g 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		
	jabłko pieczone 120g	kisiel 250 ml	Jogurt naturalny 200g [6]		
		Zupa z selera naciowego 350 ml [1/8]	---	Energia: 2177, Białko 112, Tłuszcze 71 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 260 w tym cukry 65g, błonnik 28, sól 4,8g	
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa z selera naciowego 350 ml [1/8]	---	Energia: 1940 kcal, białko: 114g, tłuszcze 87g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 19g, węglowodany 162g w tym cukry 55g, błonnik 19g, sól 4,5g	
	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]	Pulpet z mięsa wieprzowego w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g 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		
	jabłko 120g		Jogurt naturalny 200g [6]		
		Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8]	Przetarta z brokulem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Energia: 2177, Białko 112, Tłuszcze 71 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 260 w tym cukry 65g, błonnik 28, sól 4,8g	
Dieta Popławata	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]		
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
	Jogurt naturalny 100g [6]	mus tubka 100g	jogurt naturalny 200g[6]		
		Zupa z selera naciowego 350 ml [1/8]	---	Energia: 2177, Białko 112, Tłuszcze 71 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 260 w tym cukry 65g, błonnik 28, sól 4,8g	
Dieta Chirurgiczna poporacyjna	Zupa mleczna z kluskami 300 ml [1,6]	Zupa z selera naciowego 350 ml [1/8]	---	Energia: 2177, Białko 112, Tłuszcze 71 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 260 w tym cukry 65g, błonnik 28, sól 4,8g	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt.[6], pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Pulpet z mięsa wieprzowego w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1szt., pomidor bez skóry 60g, sałata 10g Herbata 250ml		
	jabłko z pieca 120g		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