

Dieta	04.paź.26 - niedziela		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z ryżem 300 ml (mililitry)[1,6]	Rosół z makaronem 350ml(mililitry) [1/2/8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g (gram) [1/8], kasza jęczmienna 200g(gram) [1]	---	Energia: 2289 kcal, Białko 117, Tłuszcze 88 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 282 w tym cukry 65g, błonnik 46, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6]		pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6]	
	ser żółty 50g(gram) [1/5/7-10], jajko 1 szt, ogórek zielony 60g, rukola 10g Kakao 250 ml [6]	Surówka z cukinii z jogurtem naturalnym 130g [6] Kompot 250ml	pasztet domowy z szynki 80g(gram) [1/5/7-10], serek deliser 1 szt.(sztuka) [6], pomidor 60g(gram), roszponka 10g (gram) Herbata 250ml	
Dieta Ławustrowa	Banan 120g(gram)		Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]	Energia: 2160 kcal, Białko 108, Tłuszcze 80 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 233 w tym cukry 65g, błonnik 27, sól 4,8g
	Zupa mleczna z ryżem 300 ml (mililitry)[1,6]	Rosół z makaronem 350ml(mililitry) [1/2/8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g (gram) [1/8], kasza jęczmienna 200g(gram) [1]	---	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt., pomidor 60g, rukola 10g Kakao 250 ml [6]	Surówka z cukinii z jogurtem naturalnym 130g [6] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
Dieta Bogatobiałkowa	banan 120g		Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]	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
	Zupa mleczna z ryżem 300 ml (mililitry)[1,6]	Rosół z makaronem 350ml(mililitry) [1/2/8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g (gram) [1/8], kasza jęczmienna 200g(gram) [1]	---	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt., pomidor 60g, rukola 10g Kakao 250 ml [6]	Surówka z cukinii z jogurtem naturalnym 130g [6] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
Dieta Ławustrowa z ograniczeniem tłuszczu	Jogurt naturalny 200g[6] + banan 120g	Wafle ryżowe 3 szt	Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]	Energia: 2324 kcal, Białko 108, Tłuszcze 91 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 251 w tym cukry 61g, błonnik 29, sól 4,9g
	Zupa mleczna z ryżem 300 ml (mililitry)[1,6]	Rosół z makaronem 350ml(mililitry) [1/2/8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g (gram) [1/8], kasza jęczmienna 200g(gram) [1] Cukinia gotowana z olejem rzepakowym 130g	---	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z białek 50g, pomidor b/s 60g, rukola 10g Herbata 250 ml	Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
Dieta z ogr. tłuszczowych węglowodanów	jabłko z pieca 120g		Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]	Energia: 2308, Białko 108, Tłuszcze 86 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 238 w tym cukry 65g, błonnik 36, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] ser żółty 50g(gram) [1/5/7-10], jajko 1 szt, ogórek zielony 60g, rukola 10g Kakao 250 ml [6]	Rosół z makaronem 350ml(mililitry) [1/2/8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g (gram) [1/8], kasza jęczmienna 200g(gram) [1] Surówka z cukinii z jogurtem naturalnym 130g [6] Kompot 250ml	---	
	Bez Cukru	Bez Cukru	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
Dieta z Ograniczeniem Pob. s. Żelazkowej	banan 120g	sok pomidorowy 200 ml	Budyń bez dodatku cukru z musem jabłkowym 250ml [1/6]	Energia: 2324 kcal, Białko: 108, Tłuszcze 91 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 251 w tym cukry 61g, błonnik 29, sól 4,9g
	Zupa mleczna z ryżem 300 ml (mililitry)[1,6]	Rosół z makaronem 350ml(mililitry) [1/2/8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g (gram) [1/8], kasza jęczmienna 200g(gram) [1] Cukinia gotowana z olejem rzepakowym 130g	---	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z białek 50g, pomidor b/s 60g, rukola 10g Herbata 250 ml	Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
Dieta Rozdrobniona	jabłko z pieca 120g		Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]	Energia: 2324 kcal, białko: 108, tłuszcze 91 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 251 w tym cukry 61g, błonnik 29, sól 4,9g
	Zupa mleczna z ryżem 300 ml (mililitry)[1,6]	Rosół z makaronem 350ml(mililitry) [1/2/8] Pulpet ze schabu w sosie własnym 120g/80g (gram) [1/8], kasza jęczmienna 200g(gram) [1] Cukinia gotowana z olejem rzepakowym 130g	---	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z jajek 50g, pomidor b/s 60g, rukola 10g Kakao 250 ml [6]	Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
Dieta Bogato Energetyczna	jabłko z pieca 120g	Mus tubka 100g	Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]	Energia [kcal]: 2431,7 Białko[g]: 115,9 Tłuszcze [g]: 93,6 w tym nasycone [g]: 32,7 węglowodany [g]: 268,4 w tym cukry [g]: 58,9 błonnik [g]: 26,7 sól [g]: 5,2
	Zupa mleczna z ryżem 300 ml (mililitry)[1,6]	Rosół z makaronem 350ml(mililitry) [1/2/8] Bitka ze schabu w sosie własnym 100g/80g (gram) [1/8], kasza jęczmienna 200g(gram) [1] Surówka z cukinii z jogurtem naturalnym 130g [6] Kompot 250ml	---	
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt., pomidor b/s 60g, rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]		pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
Dieta Popękawa	jabłko z pieca 120g		Budyń z musem jabłkowym 250ml [1/6]	Energia: 1723 kcal, białko: 111g, tłuszcze 78g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 19g, węglowodany 130g w tym cukry 55g, błonnik 17g, sól 4,5g
	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]	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Chirurgiczna prozapacyjna	Jogurt naturalny 100g [6]	Mus tubka 100g	kefir 200 ml [6]	Energia: 2324 kcal, białko: 108, tłuszcze 91 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 251 w tym cukry 61g, błonnik 29, sól 4,9g
	Zupa mleczna z ryżem 300 ml (mililitry)[1,6]	Rosół z makaronem 350ml(mililitry) [1/2/8] Pulpet ze schabu w sosie własnym 100g/80g (gram) [1/8], kasza jęczmienna 200g(gram) [1] Cukinia gotowana z olejem rzepakowym 130g	---	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z białek 50g, pomidor b/s 60g, rukola 10g Herbata 250ml	Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt.[6], pomidor b/s 60g, sałata 10g Herbata 250ml	
	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	03.paź.26 - sobota		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml(mililitry)[1,6]	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8] Kotlet de voile z masłem 120g(gram) [1/2/6], ziemniaki 200g(gram) Surówka z pomidora z bazylią i oliwą z oliwek 130g(gram)	---	Energia: 1971 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 (gram) [6], papryka 60g, rukola 10g		Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] wędlina 60g (gram)[1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt.(sztuka), ogórek zielony 60g, roszponka 10g(gram) Herbata 250ml		
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml			
	Śliwka 120g(gram)		Mus tubka 100g(gram)		
Dieta Łatwostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml(mililitry)[1,6]	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8] Roladka drobiowa 120g w sosie pietruszkowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z pomidora z bazylią i oliwą z oliwek 130g	---	Energia: 1973 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		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			
	Jabłko 120g		Mus tubka 100g		
Dieta Biegobiałkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml(mililitry)[1,6]	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8] Roladka drobiowa 120g w sosie pietruszkowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z pomidora z bazylią i oliwą z oliwek 130g	---	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		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			
	kefir 200ml [6] + jabłko 120g	Budyń 200g [1/6]	Mus tubka 100g		
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml(mililitry)[1,6]	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8] Roladka drobiowa 120g w sosie pietruszkowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z pomidorabez skóry z bazylią i oliwą z oliwek 130g	---	Energia: 1990 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		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		Mus tubka 100g		
Dieta z ogr. łatworzysywalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], papryka 60g, rukola 10g	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8] Roladka drobiowa 120g w sosie pietruszkowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z pomidora z bazylią i oliwą z oliwek 130g	---	Energia: 2036 kcal, Białko 99 Tłuszcze 73 w tym nasycone 21, węglowodany 226 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]	kefir 200 ml [6]		
Dieta z Ograniczeniem Pob. s. Żelazkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml(mililitry)[1,6]	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8] Roladka drobiowa 120g w sosie pietruszkowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z pomidora bez skóry z bazylią i oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	---	Energia: 1990 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		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]				
	mus tubka 100g		Mus tubka 100g		
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml(mililitry)[1,6]	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8] Roladka drobiowa 120g w sosie pietruszkowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z pomidora bez skóry z bazylią i oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	---	Energia: 2140 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		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]				
	mus tubka 100g	Budyń 200g [1/6]	Mus tubka 100g		
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml(mililitry)[1,6]	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8] Roladka drobiowa 120g w sosie pietruszkowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z pomidora z bazylią i oliwą z oliwek 130g	---	Energia [kcal]: 2148,7 Białko [g]: 86,1 Tłuszcze [g]: 79,9 w tym nasycone [g]: 24,1 węglowodany [g]: 254,9 w tym cukry [g]: 58,7 błonnik [g]: 28,8 sól [g]: 5,6	
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g		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			
	Jabłko 120g		Mus tubka 100g		
Dieta Popękawia	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 prozaparycyjna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml(mililitry)[1,6]	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/8] Roladka drobiowa 120g w sosie pietruszkowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Marchewka gotowana na parze z oliwą z oliwek 130g	---	Energia: 1990 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		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		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	02.paź.26 - piątek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml(mililitry) [1/6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 60g(gram) [1/5/7-10],serek deliser 1 szt.(sztuka) [6], papryka 60g(gram), sałata mix 10g(gram) kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa cukiiniowa 350 ml(mililitry) [1/2/8] Gołąbek rybny w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/3], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem, olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] Parówki 2 szt [1/5/7-10], keczup 1 szt, pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia [kcal]: 2232,3 Białko [g]: 89,4 Tłuszcze [g]: 80,9 w tym nasycone [g]: 27,8 węglowodany [g]: 186,9 w tym cukry [g]: 80,4 błonnik [g]: 32,9 sól [g]: 6,3	
	banan 120g(gram)		serek homogenizowany naturalny 150g(gram) [6]		
Dieta Latwostrawna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml(mililitry) [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 60g(gram) [1/5/7-10],serek deliser 1 szt.(sztuka) [6], pomidor 60g(gram), sałata mix 10g(gram) kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa cukiiniowa 350 ml(mililitry) [1/2/8] Pulpet rybny w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/3], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem, olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Parówki 2 szt [1/5/7-10], keczup 1 szt, pomidor 60g, sałata 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	
	banan 120g(gram)		serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml(mililitry) [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 60g(gram) [1/5/7-10],serek deliser 1 szt.(sztuka) [6], pomidor 60g(gram), sałata mix 10g(gram) kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa cukiiniowa 350 ml(mililitry) [1/2/8] Pulpet rybny w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/3], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem, olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Parówki 2 szt [1/5/7-10], keczup 1 szt, pomidor 60g, sałata 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	
	jogurt naturalny 100g [6] + banan 120g	Kisiel 150g z cukrem	serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
Dieta Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml(mililitry) [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 60g(gram) [1/5/7-10],serek deliser 1 szt.(sztuka) [6], pomidor b /s 60g(gram), sałata mix kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa cukiiniowa 350 ml(mililitry) [1/2/8] Pulpet rybny w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/3], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem, olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Parówki 2 szt [1/5/7-10], keczup 1 szt, pomidor /s 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2440, Białko 109, Tłuszcze 65 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 338 w tym cukty 60g, błonnik 30, sól 5,3g	
	jabłko z pieca 120g		serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
Dieta z ogr. tłuszczow. i innych składników	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], serek deliser 1 szt. [6], papryka 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa cukiiniowa 350 ml(mililitry) [1/2/8] Pulpet rybny w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/3], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem, olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] Parówki 2 szt [1/5/7-10], keczup 1 szt, pomidor 60g, sałata 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 Bez Cukru	sok pomidorowy 200 ml Bez Cukru	serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
Dieta z Ograniczeniem Pch. s. Ziarnkowej	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml(mililitry) [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 60g(gram) [1/5/7-10],serek deliser 1 szt.(sztuka) [6], pomidor b/s 60g(gram), sałata mix kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa cukiiniowa 350 ml(mililitry) [1/2/8] Pulpet rybny w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/3], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem, olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Parówki 2 szt [1/5/7-10], keczup 1 szt, pomidor b/s 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2440, Białko 109, Tłuszcze 65 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 338 w tym cukty 60g, błonnik 30, sól 5,3g	
	jabłko z pieca 120g		serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml(mililitry) [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska mieliona 60g(gram) [1/5/7-10],serek deliser 1 szt.(sztuka) [6], pomidor/s 60g(gram), sałata mix kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa cukiiniowa 350 ml(mililitry) [1/2/8] Pulpet rybny w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/3], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem, olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Parówki 2 szt [1/5/7-10], keczup 1 szt, pomidor b/s 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2542, Białko 109, Tłuszcze 65 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 362 w tym cukty 60g, błonnik 32, 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(mililitry) [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 60g(gram) [1/5/7-10],serek deliser 1 szt.(sztuka) [6], pomidor 60g(gram), sałata mix 10g(gram) kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa cukiiniowa 350 ml(mililitry) [1/2/8] Pulpet rybny w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/3], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem, olejem rzepakowym i bazylią 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Parówki 2 szt [1/5/7-10], keczup 1 szt, pomidor 60g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia [kcal]: 2166,9 Białko [g]: 91 Tłuszcze [g]: 81,6 w tym nasycone [g]: 28,4 węglowodany [g]: 256,4 w tym cukry [g]: 68,7 błonnik [g]: 28,2 sól [g]: 6,6	
	banan 120g(gram)		serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
Dieta Popielawia	Przetarta z kaszą jagłaną 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: 2102 kcal, b:127 Tłuszcze 80g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,3, węglowodany 201g w tym cukty 44g, błonnik 25g, sól 3,9g	
	Jogurt 100g [6]	Kisiel 150g z cukrem	serek homogenizowany naturalny 150g [6]		
Chirurgiczna popielawia	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml(mililitry) [1/6] Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 60g(gram) [1/5/7-10],serek deliser 1 szt.(sztuka) [6], pomidor b/s 60g(gram), sałata mix kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa cukiiniowa 350 ml(mililitry) [1/2/8] Pulpet rybny w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/3], ziemniaki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchewka) 130g [1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] poledwica sopocka 60g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt, pomidor b/s 60, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2440, Białko 109, Tłuszcze 65 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 338 w tym cukty 60g, błonnik 30, 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	01.paź.26 - czwartek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml(mililitry) [1,6]	Barszcz ukraiński z fasolą zabielały 350 ml(mililitry) [8] Pieczone roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], kasza bulgur 200g(gram) Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g(gram) Kompot 250ml	---	Energia: 2129 kcal, Białko 85, Tłuszcze 67 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 271 w tym cukry 65g, błonnik 29, sól 4,8g	
	Pieczycwo razowe 100g[1], rama 10g[6], twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt.(sztuka), ogórek 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml (mililitry)[6]		Pieczycwo razowe 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt.(sztuka) [6], Pomidor 60g(gram) , roszponka 10g(gram) Herbata 250ml (mililitry)		
	jabłko 120g(gram)		Mus tubka 100g(gram)		
Dieta Łatwostrawna	Zupa mleczna z kluskami 300ml(mililitry) [1,6]	Zupa buraczkowa 350g [8] Pieczone roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], kasza bulgur 200g(gram) Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g Kompot 250ml	---	Energia: 2121 kcal, Białko 85, Tłuszcze 66 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 282 w tym cukry 65g, błonnik 26, sól 4,8g	
	Pieczycwo pszenne100g[1], rama 10g[6], twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]		Pieczycwo 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 kluskami 300ml(mililitry) [1,6]	Zupa buraczkowa 350g [8] Pieczone roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], kasza bulgur 200g(gram) Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g Kompot 250ml	---	Energia: 2307 Białko 98, Tłuszcze 73 w tym nasycone 28, węglowodany 300 w tym cukry 100g, błonnik 26, sól 5,2g	
	Pieczycwo pszenne 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]		Pieczycwo 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 kluskami 300ml(mililitry) [1,6]	Zupa buraczkowa 350g [8] Pieczone roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], kasza bulgur 200g(gram) Marchewka gotowana z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	---	Energia: 2173 Białko 92, Tłuszcze 66 w tym nasycone 27, węglowodany 286 w tym cukry 93g, błonnik 29, sól 5,2g	
	Pieczycwo 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]		Pieczycwo 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 tłuszczu i wyjątkowo wysoką zawartością węglowodanów	Pieczycwo razowe100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 80g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], papryka czerwona 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Zupa buraczkowa 350g [8] Pieczone roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], kasza bulgur 200g(gram) Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g Kompot 250ml	---	Energia: 2191, Białko 93 , Tłuszcze 74 w tym nasycone 28, węglowodany 262 w tym cukry 100g, błonnik 32, sól 4,6g	
	jabłko 120g	kefir 200 ml [6]	jogurt naturalny 200 ml [6]		
	Bez Cukru	Bez Cukru	Bez Cukru		
Dieta z ograniczeniem Pch. s. Żółtkowej	Zupa mleczna z kluskami 300ml(mililitry) [1,6]	Zupa buraczkowa 350g [8] Pieczone roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], kasza bulgur 200g(gram) Marchewka gotowana z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	---	Energia: 2173 Białko 92, Tłuszcze 66 w tym nasycone 27, węglowodany 286 w tym cukry 93g, błonnik 29, sól 5,2g	
	Pieczycwo 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]		Pieczycwo 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 kluskami 300ml(mililitry) [1,6]	Zupa buraczkowa 350g [8] Pulpet wieprzowy 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], kasza bulgur 200g(gram) Marchewka gotowana z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	---	Energia: 2269, Białko 99, Tłuszcze 70 w tym nasycone 27, węglowodany 269 w tym cukry 93g, błonnik 29, sól 5,2g	
	Pieczycwo 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]		Pieczycwo 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 kluskami 300ml(mililitry) [1,6]	Zupa buraczkowa 350g [8] Pieczone roladka wieprzowa nadziewana warzywami 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], kasza bulgur 200g(gram) Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 130g Kompot 250ml	---	Energia [kcal]: 2127,7 Białko [g]: 87,9 Tłuszcze [g]: 86,7 w tym nasycone [g]: 228,8 w tym cukry [g]: 48,1 błonnik [g]: 31,7 sól [g]: 5,6	
	Pieczycwo pszenne100g[1], rama 10g[6], twarożek śmietankowy 80g [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]		Pieczycwo 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 Pępkowa	Przetarta z brokułem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8] Kawa z mlekiem 250ml [6]	Przetarta z kukinią i schabem[1/2/8] 492g+MUS JABŁKOWY z cukrem 220g Kompot 250ml	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem [1/2/8] 502g Herbata 250ml	Energia: 2026, Białko 110, Tłuszcze 80g w tym nasycone 18, węglowodany 200g w tym cukry 90g, błonnik 21g, sól 4,1g	
	Jogurt 100g [6]	Kisiel do picia 250 ml [1]	mus tubka 100g		
Chirurgiczna popoperacyjna	Zupa mleczna z kluskami 300ml(mililitry) [1,6]	Zupa buraczkowa 350g [8] Pulpet wieprzowy 120g [1/8], sos własny 80g [1/8], kasza bulgur 200g(gram) Marchewka gotowana z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	---	Energia: 2173 Białko 92, Tłuszcze 66 w tym nasycone 27, węglowodany 286 w tym cukry 93g, błonnik 29, sól 5,2g	
	Pieczycwo 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]		pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlnia 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	30.wrz.26 - środa		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml(mililitry) [1,6]	Zupa pieczarkowa 350 ml(mililitry) [8] Udko z kurczaka pieczone w sosie własnym 160g/80g(gram) [1/8], ziemniaki 200g(gram) Mizeria z jogurtem naturalnym 100g/30g(gram) [6]	---	Energia: 2272 kcal, Białko 117g, Tłuszcze 96g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 155g w tym cukry 65g, błonnik 36g, sól 4,8g	
	Pieczywo razowe + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i twarogu 70g (gram) [2/3/6], jajko 1 szt. (sztuka)[2], papryka 60g, sałata 10g (gram)		Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g(gram) [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. (sztuka)[6], ogórek 60g(gram) , roszponka 10g(gram)		
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
	śliwki 120g (gram)		kefir 200 ml [6]		
Dieta Łatwostrawna	Zupa mleczna z makaronem 300ml(mililitry) [1,6]	Zupa z dynią i cukinią zabelana 350 ml [1/8] Udko z kurczaka pieczone w sosie własnym 160g/80g(gram) [1/8], ziemniaki 200g(gram) Surówka z pomidora z oliwą z oliwek 130g	---	Energia: 2372 kcal, Białko 119g, Tłuszcze 88g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 236g w tym cukry 65g, błonnik 35g, sól 4,8g	
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i twarogu 70g (gram) [2/3/6], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata 10g		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		
	jabłko120g (gram)		kefir 200 ml [6]		
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml(mililitry) [1,6]	Zupa z dynią i cukinią zabelana 350 ml [1/8] Udko z kurczaka pieczone w sosie własnym 160g/80g(gram) [1/8], ziemniaki 200g(gram) Surówka z pomidora z oliwą z oliwek 130g	---	Energia: 2596kcal, Białko 130, Tłuszcze 104 w tym nasycone 24,3, węglowodany 270 w tym cukry 75g, błonnik 35, sól 4,7g	
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i twarogu 70g (gram) [2/3/6], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata 10g		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] + jabłko120g (gram)	budyń 150g [1/6]	kefir 200 ml [6]		
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem 300ml(mililitry) [1,6]	Zupa z dynią i cukinią zabelana 350 ml [1/8] Udko z kurczaka pieczone w sosie własnym 160g/80g(gram) [1/8], ziemniaki 200g(gram) Surówka z pomidora bez skóry z oliwą z oliwek 130g	---	Energia: 2427, Białko 126, Tłuszcze 99 w tym nasycone 26,8, węglowodany 243 w tym cukry 71g, błonnik 35, sól 4,9g	
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i twarogu 70g (gram) [2/3/6], pasta z białek jaj 70g [2], pomidor b/s 60g, sałata 10g		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		
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
	mus tubka 100g		kefir 200 ml [6]		
Dieta z ogr. łatwopyskawiających węglowodanów	Pieczywo razowe100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i twarogu 70g (gram) [2/3/6], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata 10g	Zupa z dynią i cukinią zabelana 350 ml [1/8] Udko z kurczaka pieczone w sosie własnym 160g/80g(gram) [1/8], ziemniaki 200g(gram) Mizeria z jogurtem naturalnym 100g/30g[6]	---	Energia: 2265 kcal, Białko 109, Tłuszcze 101 w tym nasycone 24,3, węglowodany 147 w tym cukry 75g, błonnik 40, sól 4,7g	
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
	jabłko 120g (gram)	budyń b/c 150g [1/6]	kefir 200 ml [6]		
Dieta z Ograniczeniem Pob. z Złogikowy	Zupa mleczna z makaronem 300ml(mililitry) [1,6]	Zupa z dynią i cukinią zabelana 350 ml [1/8] Udko z kurczaka pieczone w sosie własnym 160g/80g(gram) [1/8], ziemniaki 200g(gram) Surówka z pomidora bez skóry z oliwą z oliwek 130g	---	Energia: 2427, Białko 126, Tłuszcze 99 w tym nasycone 26,8, węglowodany 243 w tym cukry 71g, błonnik 35, sól 4,9g	
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i twarogu 70g (gram) [2/3/6], pasta z białek jaj 70g [2], pomidor b/s 60g, sałata 10g		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		
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
	mus tubka 100g		kefir 200 ml [6]		
Dieta Rozróżniona	Zupa mleczna z makaronem 300ml(mililitry) [1,6]	Zupa z dynią i cukinią zabelana 350 ml [1/8]	---	Energia: 2592, Białko 124, Tłuszcze 103 w tym nasycone 26,8, węglowodany 276 w tym cukry 71g, błonnik 35, sól 4,6g	
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i twarogu 70g (gram) [2/3/6], pasta z jaj 70g [2], pomidor b/s 60g, sałata 10g	Potrąwka z kurczaka 180g [1/8], ziemniaki 200g(gram) Surówka z pomidora bez skóry z oliwą z oliwek 130g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, roszponka 10g		
	Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
	mus tubka 100g	Budyń 150g[1/6]	kefir 200 ml [6]		
Dieta Bogata Energetyczna	Zupa mleczna z makaronem 300ml(mililitry) [1,6]	Zupa z dynią i cukinią zabelana 350 ml [1/8] Udko z kurczaka pieczone w sosie własnym 160g/80g(gram) [1/8], ziemniaki 200g(gram) Surówka z pomidora z oliwą z oliwek 130g	---	Energia [kcal]: 2587,3 Białko [g]: 120,1 Tłuszcze [g]: 122,9 w tym nasycone [g]: 38,6 węglowodany [g]: 241,1 w tym cukry [g]: 66,7 błonnik [g]: 28,5 sól [g]: 6,3	
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i twarogu 70g (gram) [2/3/6]], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata 10g		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 Pępkawia	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 cukry 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 makaronem 300ml(mililitry) [1,6]	Zupa z dynią i cukinią zabelana 350 ml [1/8] Pulpet z piersi z kurczaka w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g Seler gotowany z olejem rzepakowym 130g[8]	---	Energia: 2427, Białko 126, Tłuszcze 99 w tym nasycone 26,8, węglowodany 243 w tym cukry 71g, błonnik 35, sól 4,9g	
	Pieczywo jasne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] Szynka gotowana 50g [1/5/7-10], twaróg 50g [6], pomidor b/s 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10],dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml		
	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	29.wrz.26 - wtorek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml (mililitry)[1,6]	Zupa krupnik 350 ml(mililitry) [1/8]	---	Energia [kcal]: 2175,9 Białko [g]: 91,5 Tłuszcze [g]: 75,1 w tym nasycone [g]: 25 węglowodany [g]: 175,9 w tym cukry [g]: 46,5 błonnik [g]: 34,7 sól [g]: 3,1	
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] szynka 60g(gram) [1/5/7-10], serek deliser 1 szt.(sztuka) [6], papryka 60g (gram) , roszponka 10g(gram) Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kotlet mielony 120g(gram) [1/2], ziemniaki 200g (gram) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 130g(gram) Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6] serek wiejski lekki 150g (gram)[6], ogórek 60g, rukola 10g(gram) Herbata 250 ml		
Dieta Łatwastrawna	Jabłko 120g(gram)		sok warzywny 300 ml [8]		
	Zupa mleczna z ryżem 300ml (mililitry)[1,6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy 120g w sosie pomidorowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g	---	Energia [kcal]: 2159 Białko [g]: 106,5 Tłuszcze [g]: 57,8 w tym nasycone [g]: 20,9 węglowodany [g]: 285,5 w tym cukry [g]: 46,7 błonnik [g]: 32,9 sól [g]: 5,2	
	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	pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250 ml		
Dieta Bogatobiałkowa	Jabłko 120g(gram)		sok warzywny 300 ml [8]		
	Zupa mleczna z ryżem 300ml (mililitry)[1,6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy 120g w sosie pomidorowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g	---	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]	Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250 ml		
Dieta Łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	jogurt 100g [6] + jabłko 120g	kisiel 250 ml	sok warzywny 300 ml [8]		
	Zupa mleczna z ryżem 300ml (mililitry)[1,6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy 120g w sosie pomidorowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Warzywa na parze z olejem rzepakowym 130g	---	Energia: 2352 kcal, Białko103, Tłuszcze 79 w tym nasycone 21, węglowodany 290g 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]	Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 60g, rukola 10g Herbata 250 ml		
Dieta z ogr. łatwostrawnych węglowodanów	Jabłko z pieca 120g		sok warzywny 300 ml [8]		
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] szynka 60g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], papryka 60g, roszponka 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy 120g w sosie pomidorowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 130g	---	Energia: 2284kcal, Białko 99, Tłuszcze 78g w tym nasycone 25, węglowodany 187g w tym cukty 58g, błonnik 39g, sól 4,2g	
	Jabłko 1 szt. Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250 ml Bez Cukru		
Dieta z Ograniczeniem Pch. s. Złagłkawy	Jabłko z pieca 120g	kisiel b/c 250 ml	jogurt naturalny 200 ml [6]		
	Zupa mleczna z ryżem 300ml (mililitry)[1,6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy 120g w sosie pomidorowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Warzywa na parze z olejem rzepakowym 130g	---	Energia: 2352 kcal, Białko103, Tłuszcze 79 w tym nasycone 21, węglowodany 290g 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]	Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 60g, rukola 10g Herbata 250 ml		
Dieta Rozdrobniona	Jabłko z pieca 120g		sok warzywny 300 ml [8]		
	Zupa mleczna z ryżem 300ml (mililitry)[1,6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy 120g w sosie pomidorowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Warzywa na parze z olejem rzepakowym 130g	---	Energia: 2454 kcal, Białko 104, Tłuszcze 79g w tym nasycone 21, węglowodany 315g 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]	Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 60g, rukola 10g Herbata 250 ml		
Dieta Bogato Energetyczna	Jabłko 120g		sok warzywny 300 ml [8]		
	Zupa mleczna z ryżem 300ml (mililitry)[1,6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy 120g w sosie pomidorowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g	---	Energia [kcal]: 2159 Białko [g]: 106,5 Tłuszcze [g]: 57,8 w tym nasycone [g]: 20,9 węglowodany [g]: 285,5 w tym cukry [g]: 46,7 błonnik [g]: 32,9 sól [g]: 5,2	
	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	pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 60g, rukola 10g Herbata 250 ml		
Dieta Pępowata	Jogurt 100g [6]	mus tubka 100g	sok warzywny 300 ml [8]		
	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		
Chirurgiczna popoperacyjna	Jabłko z pieca 120g		sok warzywny 300 ml [8]		
	Zupa mleczna z ryżem 300ml (mililitry)[1,6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8] Pulpet wieprzowy 120g w sosie pomidorowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Warzywa na parze z olejem rzepakowym 130g	---	Energia: 2352 kcal, Białko103, Tłuszcze 79 w tym nasycone 21, węglowodany 290g 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]	Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 60g, sałata 10g Herbata 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	28.wrz.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]	Zupa grochowa 350 ml (milliliry) [1/8] Sos bolońki 180g (gram)[1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2](gram)	---	Energia: 2533kcal, Białko 121g, Tłuszcze 92 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 274g w tym cukty 65g, błonnik40g, sól 4,8g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g (gram) [6], miód 1 szt., pomidor 60g(gram) , sałata mix 10g (gram) kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Salata lodowa z olejem rzepakowym 100g (gram) Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6] wędlina 60g (gram)[1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt, ogórek zielony 60g (gram), sałata 10g(gram) Herbata 250ml	
Dieta Latwostrawna	banan 120g(gram)		kefir 200 ml [6]	
	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Sos bolońki 180g (gram)[1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2](gram)	---	Energia [kcal]: 2329,9 Białko [g]: 96 Tłuszcze [g]: 89,6 w tym nasycone [g]: 39,4 węglowodany [g]: 273,2 w tym cukry [g]: 73,5 błonnik [g]: 28,1 sól [g]: 6
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g (gram) [6], miód 1 szt., pomidor 60g(gram) , sałata mix 10g (gram) kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Salata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 60g (gram)[1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt, pomidor 60g (gram), sałata 10g(gram) Herbata 250ml	
Dieta Bogatobiałkowa	banan 120g		kefir 200 ml [6]	
	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Sos bolońki 180g (gram)[1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2](gram)	---	Energia: 2537kcal, Białko 112, Tłuszcze 80g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 323g w tym cukty 65g, błonnik 35, sól 4,8g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g (gram) [6], miód 1 szt., pomidor 60g(gram) , sałata mix 10g (gram) kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Salata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 60g (gram)[1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt, pomidor 60g (gram), sałata 10g(gram) Herbata 250ml	
Dieta Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Jogurt 100g [6] + banan 120g	Jabłko 1 szt 150g	kefir 200 ml [6]	
	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Sos bolońki 180g (gram)[1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2](gram)	---	Energia: 2465kcal, Białko 101g, Tłuszcze 86g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 289g w tym cukty 60g, błonnik 41, sól 4,3g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] połędwica sopocka 60g (gram) [1/5/7-10], miód 1szt., pomidor b/s 60g(gram) , sałata mix 10g (gram) kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Salata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 60g (gram)[1/5/7-10], serek deliser 1 szt, ogórek pomidor 60g (gram), sałata 10g(gram) Herbata 250ml	
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] serek fromage 80g (gram) [6], pomidor 60g(gram) , sałata mix 10g (gram) kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Sos bolońki 180g (gram)[1/5/7-10], makaron razowy 200g [1/2](gram)	---	Energia: 2369 kcal, Białko 107, Tłuszcze 79g w tym nasycone 30,4 węglowodany 283g w tym cukty 46g, błonnik 35g, sól 5,1g
		Salata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6] wędlina 60g (gram)[1/5/7-10], serek deliser 1 szt, ogórek zielony 60g (gram), sałata 10g(gram) Herbata 250ml	
Dieta z ograniczeniem Pch. s. Złagławowy	Jabłko 120g	Jabłko 1 szt 150g	kefir 200 ml [6]	
	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Sos bolońki 180g (gram)[1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2](gram)	---	Energia: 2465kcal, Białko 101g, Tłuszcze 86g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 289g w tym cukty 60g, błonnik 41, sól 4,3g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] połędwica sopocka 60g (gram) [1/5/7-10], pomidor b/s 60g(gram) , sałata mix 10g (gram) kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Salata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 60g (gram)[1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt, pomidor b/s 60g (gram), sałata 10g(gram) Herbata 250ml	
Dieta Rozdrobniona	mus tubka 100g	Jabłko z pieca 1 szt 150g	kefir 200 ml [6]	
	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Sos bolońki 180g (gram)[1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2](gram)	---	Energia: 2465kcal, Białko 105g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 316g w tym cukty 60g, błonnik 35g, sól 4,3g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g (gram) [6], miód 1 szt., pomidor 60g(gram) , sałata mix 10g (gram) kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Salata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 60g (gram)[1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt, pomidor b/s 60g (gram), sałata 10g(gram) Herbata 250ml	
Dieta Bogato Energetyczna	mus tubka 100g	Jabłko z pieca 1 szt 150g	kefir 200 ml [6]	
	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Sos bolońki 180g (gram)[1/5/7-10], makaron pszenny 200g [1/2](gram)	---	Energia [kcal]: 2329,9 Białko [g]: 96 Tłuszcze [g]: 89,6 w tym nasycone [g]: 39,4 węglowodany [g]: 273,2 w tym cukry [g]: 73,5 błonnik [g]: 28,1 sól [g]: 6
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g (gram) [6], miód 1 szt., pomidor 60g(gram) , sałata mix 10g (gram) kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Salata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 60g (gram)[1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt, pomidor 60g (gram), sałata 10g(gram) Herbata 250ml	
Dieta Pępkawata	Jogurt 100g [6]	jogurt naturalny 100g	kefir 200 ml [6]	
	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: 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 propracujna	Jogurt 100g [6]	jogurt naturalny 100g	kefir 200 ml [6]	
	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2465kcal, Białko 101g, Tłuszcze 86g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 289g w tym cukty 60g, błonnik 41, sól 4,3g
	Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] połędwica sopocka 60g [1/5/7-10], miód 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Sos bolońki 180g (gram)[1/5/7-10], ziemniaki 200g (gram) Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 60g (gram)[1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt, pomidor b/s 60g (gram), sałata 10g(gram) Herbata 250ml	
	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	27.wrz.26 - niedziela	Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (mililitry)[1,6]	Rosół z makaronem 350ml (mililitry) [1/2/8]	---	Energia: 2194 kcal, Białko 108g, Tłuszcze 67g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 258g w tym cukty 65g, błonnik 30g, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] sałatka jarzynowa 80g [2/8], wędlina 30g[1/5/7-10], ogórek 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Kotlet schabowy wieprzowy 120g (gram) [1/2], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem 100/30g[6/8] Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 60g(gram) [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. (sztuka), papryka 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	jabłko 120g(gram)		sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (mililitry)[1,6]	Rosół z makaronem 350ml (mililitry) [1/2/8]	---	Energia: 2193 kcal, Białko 108g, Tłuszcze 64g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 270g w tym cukty 65g, błonnik 32g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] sałatka jarzynowa 80g [2/8], wędlina 30g[1/5/7-10], pomidor 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250 ml [6]	Schab z pieca w sosie własnym 100g/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]	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (mililitry)[1,6]	Rosół z makaronem 350ml (mililitry) [1/2/8]	---	Energia: 2295 kcal, Białko 108g, Tłuszcze 67g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 294g w tym cukty 65g, błonnik 34g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] sałatka jarzynowa 80g [2/8], wędlina 30g[1/5/7-10], pomidor 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Schab z pieca w sosie własnym 100g/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	
	Jogurt 100g [6] + jabłko 120g	kisiel 250 ml	sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (mililitry)[1,6]	Rosół z makaronem 350ml (mililitry) [1/2/8]	---	Energia: 2232kcal, Białko 113g, Tłuszcze 64g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 281g w tym cukty 65g, błonnik 33g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] sałatka jarzynowa bez groszku 80g [2/8], wędlina 30g[1/5/7-10], pomidor b/s (bez skóry) 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Schab z pieca w sosie własnym 100g/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 (bez skóry) 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	jabłko pieczone 120g		sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta z ogr. łatwoprzewysjalnych węglowodanów	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] sałatka jarzynowa 80g [2/8], wędlina 30g[1/5/7-10], pomidor 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Rosół z makaronem 350ml (mililitry) [1/2/8] Schab z pieca w sosie własnym 100g/80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem 100/30g[6/8] Kompot 250ml	---	Energia: 2252kcal, Białko 102g, Tłuszcze 71 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 268g w tym cukty 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	jabłko 120g	kisiel b/c 250ml	jogurt naturalny 200ml [6]	
	Bez Cukru	Bez Cukru	Bez Cukru	
Dieta z Ograniczeniem Pułb. s. Złazłkowy	Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (mililitry)[1,6]	Rosół z makaronem 350ml (mililitry) [1/2/8]	---	Energia: 2232kcal, Białko 113g, Tłuszcze 64g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 281g w tym cukty 65g, błonnik 33g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] sałatka jarzynowa bez groszku 80g [2/8], wędlina 30g[1/5/7-10], pomidor b/s (bez skóry) 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Schab z pieca w sosie własnym 100g/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 (bez skóry) 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	jabłko pieczone 120g		sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (mililitry)[1,6]	Rosół z makaronem 350ml (mililitry) [1/2/8]	---	Energia: 2234kcal, Białko 114g, Tłuszcze 64g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 305g w tym cukty 65g, błonnik 35g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] sałatka jarzynowa 80g [2/8], wędlina mielona 30g[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]	
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (mililitry)[1,6]	Rosół z makaronem 350ml (mililitry) [1/2/8]	---	Energia [kcal]: 2039,2 Białko [g]: 100,5 Tłuszcze [g]: 64,2 w tym nasycone [g]: 23,5 węglowodany [g]: 249,6 w tym cukry [g]: 32,7 błonnik [g]: 34,5 sól [g]: 9,2
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] sałatka jarzynowa 80g [2/8], wędlina 30g[1/5/7-10], ogórek 60g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Schab z pieca w sosie własnym 100g/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	
	jabłko 120g		sok warzywny 300 ml [8]	
Dieta Pajdakowa	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, tłuszcz: 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]	
Dieta Chirurgiczna poporaczynia	Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (mililitry)[1,6]	Rosół z makaronem 350ml (mililitry) [1/2/8]	---	Energia: 2232kcal, Białko 113g, Tłuszcze 64g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 281g w tym cukty 65g, błonnik 33g, sól 4,8g
	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	
	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

Dieta	26.wrz.26 - sobota	Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml (mililitry)[1,6]	Zupa z ciecierzycy 350 ml (mililitry)[8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie pietruszkowym 110g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z czerwonej kapusty z majonezem i ziarnami lnu 130g(gram) [2/9]	---	Energia: 2314 kcal, Białko 124, Tłuszcze 77 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 256 w tym cukty 65g, błonnik 42, sól 4,8g
	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy z koperkiem 80g(gram) [6], dżem owocowy 1 szt.(sztuka), pomidor 60g (gram), sałata mix 10g (gram) Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g(gram), serek deliser 1 szt.(sztuka) [6], Papryka 60g, sałata mix 10g(gram) Herbata 250ml	
	śliwka 120g(gram)		skyr 140g[6]	
Dieta Łatwastrawna	Zupa mleczna z kluskami 300ml (mililitry)[1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350m [8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie pietruszkowym 110g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	---	Energia: 2279 kcal, Białko 119g, Tłuszcze 75 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 268 w tym cukty 65g, błonnik 29, sól 4,8g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy z koperkiem 80g(gram) [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g , serek deliser 1szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	jabłko 120g		skyr 140g[6]	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml (mililitry)[1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350m [8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie pietruszkowym 110g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	---	Energia: 2434, Białko 122, Tłuszcze 75 w tym nasycone 25, węglowodany 304 w tym cukty 50g, błonnik 29, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy z koperkiem 80g(gram) [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g , serek deliser 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	Jogurt 100g [6] + jabłko 120g	galaretka 250 ml	skyr 140g[6]	
Dieta Łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kluskami 300ml (mililitry)[1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350m [8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie pietruszkowym 110g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	---	Energia: 2085 kcal, Białko 109 Tłuszcze 63g w tym nasycone 24, węglowodany 255 w tym cukty 52g, błonnik 28, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy z koperkiem 80g(gram) [6], dżem owocowy 1szt., pomidor b/s 60g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	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	
	jabłko pieczone 120g		skyr 140g[6]	
Dieta z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy z koperkiem 80g(gram) [6], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 60g, sałata mix 10g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350m [8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie pietruszkowym 110g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	---	Energia: 2463 Białko 121 Tłuszcze 80 w tym nasycone 23,5, węglowodany 286 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	
	jabłko 120g	galaretka b/c 250 ml	skyr naturalny 140g [6]	
Dieta z Ograniczeniem Pbi. s. Złazdkowy	Zupa mleczna z kluskami 300ml (mililitry)[1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350m [8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie pietruszkowym 110g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	---	Energia: 2085 kcal, Białko 109 Tłuszcze 63g w tym nasycone 24, węglowodany 255 w tym cukty 52g, błonnik 28, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy z koperkiem 80g(gram) [6], dżem owocowy 1szt., pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	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	
	jabłko pieczone 120g		skyr 140g[6]	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z kluskami 300ml (mililitry)[1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350m [8] Potrawka z kurczaka (filet) z natką pietruszki 120g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	---	Energia: 2240 kcal, Białko 112 Tłuszcze 63 g w tym nasycone 24, węglowodany 290 w tym cukty 52g, błonnik 28, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy z koperkiem 80g(gram) [6], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 60g, sałata mix 10g	Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina mielona [1/5/7-10] 60g , serek deliser 1 szt [6], Pomidor B/S 60g, sałata mix 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Herbata 250ml	
	jabłko pieczone 120g	galaretka 250 ml	skyr 140g[6]	
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kluskami 300ml (mililitry)[1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350m [8] Grillowana pierś z kurczaka w sosie pietruszkowym 110g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	---	Energia [kcal]: 2077,5 Białko [g]: 109,4 Tłuszcze [g]: 65,6 w tym nasycone [g]: 21,4 węglowodany [g]: 249,4 w tym cukry [g]: 70,9 błonnik [g]: 26,5 sól [g]: 5,2
	Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy z koperkiem 80g(gram) [6], dżem owocowy 1 szt.(sztuka), pomidor 60g (gram), sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 60g , serek deliser 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	śliwka 120g(gram)		skyr 140g[6]	
Dieta Pąglawata	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 kluskami 300ml (mililitry)[1,6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350m [8] Pulpet z piersi z kurczaka w sosie pietruszkowym 120g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z buraczka z olejem rzepakowym 130g	---	Energia: 2085 kcal, Białko 109 Tłuszcze 63g w tym nasycone 24, węglowodany 255 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]	Kompot 250ml	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	
	jabłko pieczone 120g		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	25.wrz.26 - piątek	Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml(mililitry) [1/6]	Zupa pomidorowa z makronem 350 ml (mililitry)[1/2/8]	---	Energia: 2420, Białko 124, Tłuszcze 78 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 199 w tym cukry 65g, błonnik 48 sól 4,8g
	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g(gram) [1/5/7-10], jajko 1 szt. (sztuka)[2], ogórek zielony 60g, sałata roszponka 10g(gram)	Ryba smażona 120g(gram) [1/2/3], ziemniaki 200g(gram) Sałata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g (gram)	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Kiełbaska z cebulą 100g/50g(gram) [1/5/7-10], papryka 60g, sałata 10g(gram)	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	banan 120g(gram)		jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Łatwastrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml(mililitry) [1/6]	Zupa pomidorowa z makronem 350 ml (mililitry)[1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2155 kcal, Białko 113, Tłuszcze 72 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 249 w tym cukry 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 roszponka 10g	Sałata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	banan 120g		jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml(mililitry) [1/6]	Zupa pomidorowa z makronem 350 ml (mililitry)[1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2386, Białko 125, Tłuszcze 81 w tym nasycone 30, węglowodany 273 w tym cukry 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 roszponka 10g	Sałata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., 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 płatkami owsianymi 300ml(mililitry) [1/6]	Zupa pomidorowa z makronem 350 ml (mililitry)[1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2074, Białko 119, Tłuszcze 67 w tym nasycone 21, węglowodany 230 w tym cukry 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 roszponka 10g	Sałata lodowa z pomidorem b/s olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	jabłko z pieca 120g		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 roszponka 10g	Zupa pomidorowa z makronem 350 ml (mililitry)[1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g Sałata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g (gram)	---	Energia: 2134, Białko 110, Tłuszcze 76 w tym nasycone 30, węglowodany 147 w tym cukry 75g, błonnik 56, sól 5,2g
	Kawa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250ml Bez Cukru	
	jabłko 120g	sok pomidorowy 200 ml	jogurt naturalny 200g[6]	
Dieta z Ograniczeniem Pbi. s. Zępkowoy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml(mililitry) [1/6]	Zupa pomidorowa z makronem 350 ml (mililitry)[1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2074, Białko 119, Tłuszcze 67 w tym nasycone 21, węglowodany 230 w tym cukry 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 roszponka 10g	Sałata lodowa z pomidorem b/s olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	jabłko z pieca 120g		jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml(mililitry) [1/6]	Zupa pomidorowa z makronem 350 ml (mililitry)[1/2/8] Pulpet ryby w sosie cytrynowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2131, Białko 122, Tłuszcze 67 w tym nasycone 21, węglowodany 239 w tym cukry 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 roszponka 10g	Sałata lodowa z pomidorem b/s olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., pomidor bez skóry 60g, sałata 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	jabłko z pieca 120g	Sok pomidorowy 200 ml	jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml(mililitry) [1/6]	Zupa pomidorowa z makronem 350 ml (mililitry)[1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia [kcal]: 2211,8 Białko [g]: 89,4 Tłuszcze [g]: 81,9 w tym nasycone [g]: 28 węglowodany [g]: 268 w tym cukry [g]: 83,5 błonnik [g]: 30,1 sól [g]: 7,1
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 60g, sałata roszponka 10g	Sałata lodowa z pomidorem olejem rzepakowym i bazylią 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Kiełbaska z cebulą 100g/50g(gram) [1/5/7-10], papryka 60g, sałata 10g(gram)	
	Kawa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	banan 120g		jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Pępowata	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 musem owocowym 180g[1/2]	Przetarta z dynią i kurczakiem 493[1/2/8]	Energia: 2106, Białko 122, Tłuszcze 79g w tym nasycone 15, węglowodany 213g w tym cukry 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 płatkami owsianymi 300ml(mililitry) [1/6]	Zupa pomidorowa z makronem 350 ml (mililitry)[1/2/8] Ryba na parze w sosie cytrynowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g	---	Energia: 2074, Białko 119, Tłuszcze 67 w tym nasycone 21, węglowodany 230 w tym cukry 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 roszponka 10g	Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g [1/8]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna 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]	
	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