

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)-3 - WEWNĘTRZNY, CHIRURGIA, REHABILITACJA, REUMATOLOGIA, GINEKOLOGIA, POŁOŻNICTWO, ZOL.

Data	Poniedziałek 21.04.2025r.	Wtorek 22.04.2025 r.	Środa 23.05.2025r.	Czwartek 24.05.2025r.	Piątek 25.05.2025r.	Sobota 26.05.2025 r.	Niedziela 27.05.2025r.
Rodzaj posiłku							
Śniadanie /II śniadanie	<p>1)Pieczywo żytnie ze słonecznikiem ¹⁾ 100 g. 2)Masło 15 g.⁷⁾ 3)Polędwica z indyka40g.¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 4)Jogurt nat. 150 g.⁷⁾ 5)Herbata bez cukru 200g. 6)Pomidor 70 g. Rozzponka 50 g.</p> <p>II ŚN. 1)Pieczywo mieszane 50 g.¹⁾ 2)Masło 5 g.⁷⁾ 3)Serek twarogowy20 g.⁷⁾ 4) Jabłko 120 g.</p>	<p>1)Pieczywo ze słonecznikiem 100 g.¹⁾ 2)Masło 15 g.⁷⁾ 3)Sałatka z rukolijajka 50 g.pomidorów100 g.³⁾ 4)Jogurt nat⁷⁾. 150 g. 5)Herbata bez cukru 200 g. 6)Serek twarogowy⁷⁾ Haga 20 g.</p> <p>II ŚN. 1)Pieczywo mieszane 50 g.¹⁾ 2)Masło 5 g.⁷⁾ 3)Szynka z indyka20 g.¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 4)Sałata 50g.</p>	<p>1)Pieczywo graham 100 g.¹⁾ 2)Masło 15 g.⁷⁾ 3)Serki twarogowe 20 g.⁷⁾ 4)Sałatka z pomidora 100 g. 5)Jogurt nat.⁷⁾ 150 g. 6)Herbata bez cukru 200 g.</p> <p>II ŚN. 1)Pieczywo mieszane¹⁾ 50 g. 2)Masło 5 g.⁷⁾ 3)Polędwica z warzywami 20 g.¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 4)Jabłko 120 g.</p>	<p>1)Pieczywo mieszane 100 g.¹⁾ 2)Masło 15 g.⁷⁾ 3)Szynka z drobiu 20g ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 4)Rozzponka z rzodkiewką i jogurtem⁷⁾100 g. 5)Jogurt nat.150 g. 6)Herbata bez cukru</p> <p>II ŚN. Kisiel z tartym jabłkiem 150 g.</p>	<p>1)Pieczywo żytnie 100 g.¹⁾ 2)Masło 15 g.⁷⁾ 3)Serki twarogowe⁷⁾20g. 4)Pomidor70g Sałata5 5)Herbata bez cukru 200 g 6)Jogurt ⁷⁾nat. 150 g.</p> <p>II ŚN. 1)Pieczywo mieszane 50 g.¹⁾ 2)Masło 5 g.⁷⁾ 3)Polędwica z warzywami 20 g.^{1)6), 10)} 4)Pomidor 50 g.</p>	<p>1)Pieczywo mieszane 100 g.¹⁾ 2)Masło 15 g.⁷⁾ 3)Pomidor70g sałata5 4)Jogurt nat.150g⁷⁾. 5)Polędwica z indyka ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾20g 6)Herbata bez cukru 200 g.</p> <p>II ŚN. 1)Pieczywo mieszane 50 g.¹⁾ 2)Masło 5 g.⁷⁾ 3)Serek homogenizowany 140 g.⁷⁾nat. 4)Pomidor 50 g.</p>	<p>1)Pieczywo mieszane 100 g.¹⁾ 2)Masło 15 g.⁷⁾ 3)Galaretka kurczaka)¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾20g. 4)Jogurt naturalny⁷⁾ 150g. 5)Sałata 50 g, 6)Herbata z cytryną 200 g.</p> <p>II ŚN. 1)Pieczywo mieszane¹⁾ 50 g. 2)Masło 5 g.⁷⁾ 3)Szynka gotowana¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 20 g. 4)Pomidor50 g.</p>
Obiad/Po dzwieczorek	<p>1)Zupa krupnik ryżowy 300g.⁷⁾⁹⁾ 2)Schab gotowany w sosie koperkowym 80 g.¹⁾⁷⁾ 3)Surówka marchwi z jogurtem⁷⁾ 150 g.</p>	<p>1)Zupa krupnik z kaszyjęczmiennej⁷⁾⁹⁾300g 2)Pulpet w sosie 80g pomidorowym¹⁾³⁾⁷⁾ 3)Ziemniaki 200 g. 4)Sałata z</p>	<p>1)Zupa jarzynowa ⁷⁾⁹⁾ 300 g. 2)Ziemniaki 200g. 3)Sztuka mięsa w sosie 80g.¹⁾ 4)Marchewka gotowana</p>	<p>1)Zupa pom. z lanym ciastem¹⁾³⁾⁷⁾⁹⁾ 300g. 2)Kasza jęczmienna 80 g.¹⁾ 3)Klopsiki</p>	<p>1)Zupa koperkowa ¹⁾⁷⁾⁹⁾300 g. 2)Ziemniaki 200 g. 3)Filet z miruny</p>	<p>1)Zupa ziemniaczana300g.¹⁾⁷⁾⁹⁾ 2)Ziemniaki 200 g. 3)Pulpet w sosie pietruszkowym¹⁾³⁾⁷⁾</p>	<p>1)Krupnik ryżowy¹⁾³⁾⁹⁾³⁰⁰ 2)Ziemniaki 200 g. 3)Pierś duszona z kurczaka w warzywach ¹⁾⁷⁾ 80 g.</p>

	<p>4)Ziemniaki 200 g. 5)Kompot owocowy 200 g.(bez cukru)</p> <p>Podwieczorek 1)Pieczywo mieszane¹⁾ 50g 2)Masło 5 g.⁷⁾ 3)Szynka z indyka 20 g.¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 4)Sałata 50 g.</p>	<p>jogurtem⁷⁾150 g. 5)Kompot owocowy200 (bez cukru)</p> <p>Podwieczorek 1)Pieczywo mieszane¹⁾ 50 g. 2)Masło 5 g.⁷⁾ 3)Szynka z indyka 20 g.¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 4)Pomidor 50 g.</p>	<p>z wody 150 5)Kompot owocowy 200 g.</p> <p>Podwieczorek 1)Pieczywo mieszane 50 g.¹⁾ 2)Masło 5 g.⁷⁾ 3)Polędwica kurczaka20 g.¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 4)Sałata 50 g.</p>	<p>faszerowane warzywami^{1)3),7)} w sosie koperkowym 80 g. 4) Surówka z marchwi i jabłka 150 g 5)Kompot owocowy200 g.</p> <p>Podwieczorek 1)Pieczywo mieszane 50 g.¹⁾ 2)Masło 5 g.⁷⁾ 3)Szynka gotowana¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 20 g. 4)Sałata 50 g. 4)Pomidor 70 g,</p>	<p>gotowany w warzywach120 g.¹⁾⁴⁾⁷⁾ 4)Buraczki 150g. 5)Kompot owocowy200 g.</p> <p>Podwieczorek 1) Pieczywo mieszane 50 g.¹⁾ 2)Masło 5 g.⁷⁾ 3)Szynka gotowana¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 20 g. 4)Sałata 50 g.</p>	<p>4)Kalafior z wody 150 g. 5)Kompot owocowy 200 g.</p> <p>Podwieczorek 1)Pieczywo mieszane 50 g.¹⁾ 2)Masło 5 g.⁷⁾ 3)Polędwica z kurczaka20 g.¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 4)Pomidor 50 g.</p>	<p>Warzywa z wody 150g. marchew , fasolka szparagowa z wody 150 g.</p> <p>Podwieczorek Pieczywo mieszane 50 g.¹⁾ Masło 5 g.⁷⁾ Twarożek z koperkiem i jogurtem⁷⁾ 50 g.</p>
Kolacja	<p>1)Pieczywo mieszane¹⁾100g 2)Masło 15 g.⁷⁾ 3)Polędwicasonopocka¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 60g 4)Sałata50 g. pomidor 70 g. 5)Herbata z cytryną 200g.</p>	<p>1)Pieczywo żytnie ze słonecznikiem¹⁾ 100g 2)Masło 15 g. 3)Polędwica z indyka¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 60g. 4)Sałata lodowa 50 g. Pomidor 70 g. 5)Herbata z cytryną 200 g.</p>	<p>1)Pieczywo żytnie¹⁾ 100g 2)Masło 15 g.⁷⁾ 3)Twarożek z rzodkiewką szczypiorkiem,jogurtem⁷⁾ 80g. 4)Herbata z cytryną 200 g.</p>	<p>1)Pieczywo ciemne ze słonecznikiem¹⁾100g 2)Masło15 g.⁷⁾ 3)Szynka tostowa drobiowa¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 4)Sałata 50 g. Herbata z cytryną 200 g.</p>	<p>1)Pieczywo mieszane¹⁾ 100 g. 2)Masło 15 g. 3)Serki twarogowe60 g. 7) Pomidor 70g.sałata 5 g. 4)Herbata z cytryną 200 g.</p>	<p>1)Pieczywo razowe¹⁾ 100 g. 2)Masło 15 g.⁷⁾ 3)Szynka z indyka60 g.¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 4)Pomidor 70 g. 5)Sałata 5g. 6)Herbata z cytryną 200 g.</p>	<p>1)Pieczywo mieszane¹⁾ 100 g. 2)Masło 15 g.⁷⁾ 3)Filecik opiekany z drobiu 60 g.¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 4)Sałata 10 g., Pomidor 70 g. 5)Herbata z cytryną200 g.</p>
Wartość odżywcza	<p>E: kcal; 2010 B: g; 88,9 T: g; 53,2 Kw. tł. nas.:23,26 g; W: 309 g w tym cukry:sach 42,4lak9,3 Bł: 32,8 g; Sól: 4 g</p>	<p>E: kcal; 2033 B: g; 81 T: g; 77,5 Kw. tł. nas.:30,1 g; W: 284 g w tym cukry:sach30 lak 8,5 Bł: 32,7 g; Sól: 5 g</p>	<p>E: kcal; 2062 B: g; 74,3 T: g; 68 Kw. tł. nas.:31,92 g; W: 308 g w tym cukrysach 33,1ak.8,5 Bł: 35 g; Sól: 4 g</p>	<p>E: kcal;2210 B: g;74,3 T: g; 65,3 Kw. tł. nas.:25,32 g; W: 35,9 g w tym cukry:sach 63 lak 8,5, Bł: 40,1 g; Sól:5 g</p>	<p>E: kcal; 2030 B: g; 86 T: g; 61 Kw. tł. nas.:25,36 g; W: 427 g w tym cukrysach 63 lak13,5 Bł: 34,1 g; Sól: 5 g</p>	<p>E: 2423 kcal; B: g.88 T: g;68,1 Kw. tł. Nas32,10g; W: 330 g w tym cukry sach63lak14,7 Bł: 34,9 g; Sól: 4 g</p>	<p>E: kcal; 2322 B: g; 90 T: g; 72,9 Kw. tł. nas.:28,71 g; W: g342 w tym cukry sach:53,5lak14,4 Bł: 37,3 g; Sól: 5 g</p>

Wykaz alergenów

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne.
2. Skorupiaki i produkty pochodne.
3. Jaja i produkty pochodne.
4. Ryby i produkty pochodne.
5. Orzeszki ziemne i produkty pochodne.
6. Soja i produkty pochodne.
7. Mleko i produkty pochodne.
8. Orzechy, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;
9. Seler i produkty pochodne.
10. Gorczyca i produkty pochodne.
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne.
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców
13. Łubin i produkty pochodne.
14. Mięczaki i produkty pochodne.

DIETA ŁATWOSTRAWNA3-DLA ODDZIAŁÓW WEWNĘTRZNY,CHIRURGIA ,REHABILITACJA,REUMATOLOGIA ,GINEKOLOGIA, POŁOŻNICTWO,DZIECIĘCY,ZOL.

Data	Poniedziałek 21.04.2025r.	Wtorek 22.04.2025 r.	Środa 23.04.2025r.	Czwartek 24.04.2025r.	Piątek 25.04.2025r.	Sobota 26.04.2025 r.	Niedziela 27.04.2025r.
Rodzaj posiłku							
Śniadanie /II śniadanie	<p>1)Kasza jęczmienna na mleku 250 g,^{1,7)} 2)Pieczywo pszenne 100 g.¹⁾ 3)Masło 15 g.⁷⁾ 4)Dżem 25 g. 5)Kiełbaski polskie indyka40g.^{1),6),7),10),12)} 6)Herbata bez cukru 200g. 7)Sałatka z roszponki i pomidora100 g.</p> <p>II ŚN. Sałatka owocowa Mandarynki 50 g. Winogron 50 g.</p>	<p>1)Płatki owsiane na mleku 250 g,^{1,7)} 2)Pieczywo pszenne 100 g.¹⁾ 3)Masło 15 g.⁷⁾ 4)Dżem 25 g 5)Sałatka z rukoli jajka³⁾, pomidorków 100 g. 6)Herbata bez cukru 200 g.</p> <p>II ŚN. Jogurt ⁷⁾ 150 g.</p>	<p>1)Ryż na mleku ⁷⁾250 g. 2)Pieczywo mieszane100 g.¹⁾ 3)Masło 15 g.⁷⁾ 4)Miód 25 g. 5)Serki twarogowe 20 g. ⁷⁾ 6)Sałatka z pomidora 50 g. i rzodkiewki 50g. 6)Herbata bez cukru 200g.</p> <p>II ŚN. Pomarańcza 100 g.</p>	<p>1)Makaron na mleku ¹⁾³⁾⁷⁾250 g. 2)Pieczywo mieszane 100 g.¹⁾ 3)Masło 15 g.⁷⁾ 4)Dżem 25 g 5)Szynka z drobiu40 g.¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 6) Surówka z rzodkiewki ze szczypiorkiem 100 g.</p> <p>II ŚN. Mus z jabłek 150 g.</p>	<p>1)Kasza manna na mleku 250 g.¹⁾⁷⁾ 2)Pieczywo pszenne100 g.¹⁾ 3)Masło 15 g.⁷⁾ 4)Dżem 25 g. 5)Serki twarogowe ⁷⁾20g. 6)Pomidor70g sałata50g. 7)Herbata bez cukru200g.</p> <p>II ŚN. Banan100 g.</p>	<p>1)Płatki owsane ¹⁾⁷⁾na mleku 300 g. 2)Pieczywo mieszane¹⁾ 100 g. 3)Masło 15 g.⁷⁾ 4)Masło 15 g.⁷⁾ 5)Dżem 25 g. 6)Polędwica z warzywami20g ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 7)Pomidor70g sałata50g.</p> <p>II ŚN. Sałatka owocowa Melon50g.kiwi 50g.</p>	<p>1)Lane kluski na mleku ^{1),3)7)}300 g. 2)Masło 15 g.⁷⁾ 3)Dżem 25 g 4)Serki tartare 20g.^{7)g.} 5)Dżem 25 g. 6)Pieczywo pszenne 100 g.¹⁾ 7)Sałata 50 g,</p> <p>II ŚN. Jabłko 150 g.</p>
Obiad/Po dzwieczorek	<p>1)Krupnik ryżowy 300g.¹⁾⁷⁾⁹⁾ 2) Schab gotowany w sosie koperkowym80g^{1), 7)} 3)Ziemniaki 200g. 4)Marchewka tarta w sosie słodko -</p>	<p>1)Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 g.⁷⁾⁹⁾ 2)Pulpet w sosie pomidorowym¹³⁾⁷⁾80g Surówka z sałaty z jogurtem ⁷⁾100 g. 3)Ziemniaki 200 g.</p>	<p>1)Zupa jarzynowa⁷⁾⁹⁾ 300 g. 2)Ziemniaki 200 g. 3)Sztuka mięsa(szynka) w sosie 80 g. w warzywach¹⁾⁷⁾ 4)Marchewka gotowana z wody 150</p>	<p>1)Zupa pom. z lanym ciastem¹⁾⁷⁾⁹⁾³⁰⁰ 2)Kaszajęczmienna80 ⁷⁾ 3)Klopsiki faszerowane ^{1)3),7)} w warzywami w sosie koperkowym80 g. 5)Kompot owocowy200 g. 6)Surówka z marchwi i jabłka</p>	<p>1)Zupa koperkowa ¹⁾⁷⁾⁹⁾300 g. 2)Ziemniaki 200 g. 3)Filet z dorsza gotowany 120g. w warzywach¹⁾⁴⁾⁷⁾ 4) Buraczki 150 g.</p>	<p>1)Zupa lane kluski na rosole 300g. 2)Ziemniaki ¹⁾⁷⁾⁹⁾ 200g. 3)Pulpet w sosie</p>	<p>1)Rosół z makaronem^{1)3)9) 300} 2)Ziemniaki 200 g. Potrawka z drobiu ¹⁾⁷⁾80 g. 3)Ziemniaki</p>

	kwaśnym 150g. 5)Kompot owocowy200 g.	4)Kompot owocowy 200 g.	5)Kompot owocowy 200 g.	150 g 7)Kompot z jabłek 200 g.	5)Kompot owocowy200 g.	pietruszkowy m 80 g. ¹⁾³⁾⁷⁾ 4)Surówka z selera i jabłka 150 g. 5)Kompot owocowy 200 g.	200 g. 4)Marchew z kalafiozem z wody150g. 5)Kompot owocowy200g
	Podwieczorek Ciastomarchewkowe 100g. ^{1),3),7)}	Podwieczorek Mandarynki 100 g.	Podwieczorek Ciastka biszkoptowe z dżemem ¹⁾³⁾⁷⁾ 30 g.	Podwieczorek Jabłka 100 g.	Podwieczorek Jogurt owocowy 150 g. ⁷⁾	Podwieczorek Jabłko 160 g.	Podwieczorek Jogurt naturalny ⁷⁾ 150g.
Kolacja	1)Pieczywomieszane ¹⁾ 100g 2)Masło 15 g. ⁷⁾ 3)Polędwica sopocka60 g ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 4)Sałata50g.pomidor 70 g. Herbata z cytryną200 g.	1)Pieczywo pszenne ¹⁾ 100g 2)Masło 15 g. ⁷⁾ 3)Szynka zindyka ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 60g. 4)Sałata lodowa 50g Pomidor 70 g. Herbata z cytryną 200 g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾	1)Pieczywo pszenne100g. ¹⁾ 2)Masło 15 g. ⁷⁾ 3)Twarożek z rzodkiewką szczypiorkiem i jogurtem ⁷⁾ 80g. ⁷⁾ 4)Herbata z cytryną 200 g.	1)Pieczywo ciemne ze Słonecznikiem ¹⁾ 100g 2)Masło15 g. ⁷⁾ 3)Szynka tostowa drobiowa 60 ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 4)Sałata 50 g. Herbata z cytryną200 g.	1)Pieczywo mieszane 100g. ¹⁾ 100 g. 2)Masło 15 g. ⁷⁾ 3)Serki twarogowe60 g. ⁷⁾ Pomidor 70g.sałata 5 g. 4)Herbata z cytryną 200 g.	1)Pieczywo pszenne 100 g. ¹⁾ 2)Masło 15g ⁷⁾ g. ⁷⁾ 3)Szynka z indyka60 g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 4)Pomidor 70 g. Sałata 50g. 5)Herbata z cytryną 200 g.	Pieczywo mieszane 100 g. Masło 15 g. Filecik opiekany z drobiu 60 g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Sałata 50 g., Pomidor 70 g. Herbata z cytryną 200 g.

Wartość odżywcza	E: 2226 kcal; B: 79,8 g; T: 69 g; Kw. tł. nas.28,70: g; W: 352 g w tym cukry sach 79 laktoza 15,6 Bł: g; 29,6 Sól: 4 g	E: 2188 kcal B: 85 g; T: 74 g; Kw. tł. nas.30,62 g; W:299,9 g w tym cukry:s38,6ach laktoza 18,9 Bł: 31 g; Sól: 5 g	E: 2110 kcal; B: 70,1 g; T: 70 g; Kw. tł. nas.:32,03 g; W: 305,1 g w tym cukry:51,8 sach. g. laktoza19,3g; Bł:30,8 g; Sól: 4 g	E: 2208 kcal; B: 85,4 g; T: 63,7 g; Kw. tł. Nas 26,82.: g; W: 350,7 g w tym cukr sach.50,3 laktoza 17,9 Bł:31 g; Sól:4 g	E: 2026 kcal; B: 82,4 g; T: 53,4 g; Kw. tł. nas.24,73: W: 332 g w tym cukry: 61,8sach laktoza 23,7 Bł: 31,3 g; Sól: 5 g	E: 2180 kcal; B: 9707 g T: 58,8 g; Kw. tł. Na28,24sg; W:295,4 g w tym cukry: sacha 60,9lak.22,6 Bł:24,1 g; Sól: 4 g	E:2150 kcal; B93,4: g; T: 64,8 g; Kw. tł. nas29,17.: g; W: g w tym cukry44,9sach, laktoza 29,5 Bł: 27,3 g; Sól: 4 g
------------------	--	--	--	---	---	---	---

Wykaz alergenów

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne.
2. Skorupiaki i produkty pochodne.
3. Jaja i produkty pochodne.
4. Ryby i produkty pochodne.
5. Orzeszki ziemne i produkty pochodne.
6. Soja i produkty pochodne.
7. Mleko i produkty pochodne.
8. Orzechy, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;
9. Seler i produkty pochodne.
10. Gorczyca i produkty pochodne.
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne.
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców
13. Łubin i produkty pochodne.
14. Mięczaki i produkty pochodne.

DIETA PODSTAWOWA-2– ODZIAŁY: WEWNĘTRZNY, GINEKOLOGIA, POŁOŻNICZY, CHIRURGIA, ZOL, DZIECIĘCY*, REUMATOLOGIA, REHABILITACJA

Data							
Rodzaj posiłku	Poniedziałek 21.04.2025 r.	Wtorek 22.04.2025r.	Środa 23.04.2025r.	Czwartek 24. 04.2025r.	Piątek 25.04.2025r.	Sobota 26.04.2025r	Niedziela 27.04.2025r.
Śniadanie /II śniadanie	<p>1)Kasza jęczmienna na mleku 250 g,^{1,7)} 2)Pieczywo żytnie z ziarnami 100 g.¹⁾ 3)Masło 15 g.⁷⁾ 4)Dżem 25 g. 5)Kiełbaski polskie 40 g.^{1),6),7),10),12)} 6)Herbata bez cukru 7)Sałatka z papryki roszponki z oliwą 100g.</p> <p>II śn. Sałatka owocowa Mandarynka 50 g. Winogron 50 g.</p>	<p>1)Płatki owsiane na mleku 250 g,^{1,7)} 2)Pieczywo żytnie z ziarnami 100 g.¹⁾ 3)Masło 15 g.⁷⁾ 4)Dżem 25 g. 5)Sałatka z jajka^{3),}rukoli pomidora 100g. 6)herbata bez cukru 200 g.</p> <p>II śn. Jogurt nat.⁷⁾ 150g.</p>	<p>1)Ryz na mleku ⁷⁾250 g. 2)Pieczywo żytnie z ziarnami 100 g.¹⁾ 3)Masło 15 g.⁷⁾ 4)Miód 25 g. 5)Serki kanapkowe twarogowe 20 g.⁷⁾ 6)Herbata bez cukru 200 g. 7)Sałatka z pomidora i ogórka i rzodkiewki 100 g.</p> <p>II śn. Pomarańcza 100 g.</p>	<p>1)Makaron na mleku ¹⁾³⁾⁷⁾250 g. Pieczywo żytnie z ziarnami 100 g.¹⁾ 2)Masło 15 g.⁷⁾ 3)Dżem 25 g. 4)Szynka z drobiu 40 g.^{1),6),7),10),12)} 5)Surówka z rzodkiewki i ogórka ze szczypiorkiem 100g. 6)Herbata bez cukru 200 g.</p> <p>II śn. Gruszka 120 g.</p>	<p>1)Kasza manna na mleku ¹⁾⁷⁾250g. 2)Pieczywo żytnie z ziarnami 100 g.¹⁾ 3) Masło 15 g.⁷⁾ 4)Dżem 25 g. 5)Serki topione 20g.⁷⁾ 6)Pomidor70gSałata50 7)Herbata bez cukru 200 g.</p> <p>II śn. Banan 100 g.</p>	<p>1)Płatki owsiane na mleku ¹⁾⁷⁾250 g. 2)Masło 15 g.⁷⁾ 3)Dżem 25 g 4)Polędwica z piersi indyka 40 g.¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 5)Pieczywo żytnie z ziarnami100 g ¹⁾ 6)Sałatka z pomidora szczypiorku zjogurtem.⁷⁾100 g. 7) Herbata bez cukru 200 g.</p> <p>II śn. Sałatka owocowa melon 50g. kiwi 50g.</p>	<p>1)Lane kluski na mleku ^{1),3)7)}250 g. 2)Masło 15 g.⁷⁾ 3)Dżem 25 g 4)Ser żółty20g.⁷⁾ 5)Pieczywo żytnie z ziarnami 100 g.¹⁾ 6)Sałata 50 g.</p> <p>II śn. Jabłko 150 g.</p>
Obiad/Po dwieczorek	<p>1)Krupnik ryżowy300g⁷⁾⁹⁾ 2)Bitki wieprzowe w sosie 80 g.^{1),7)} 3)Ziemniaki 200 g. 4)Kompot</p>	<p>1)Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej ¹⁾⁹⁾300g 2)Gołąbki w sosie pomidorowym ³⁾⁷⁾ 3)Ziemniaki 200g.</p>	<p>1)Zupa ogórkowa¹⁾⁷⁾⁹⁾ 300g. 2)Ziemniaki 200 g. 3)Bitki z szynki 100 g. 4) Surówka z kapusty młodej z koperkiem i</p>	<p>1)Zupa pom.z lanym ciastem¹⁾³⁾⁷⁾⁹⁾300g. 2)Kasza jęczmienna 80 g.¹⁾ 3)Klops w sosie pieczeniowym³⁾¹⁾80 g.</p>	<p>1)Zupa fasolowa ⁷⁾⁹⁾ 300 g. Ziemniaki 200 g. 2)Filet z dorsza 100g.¹⁾³⁾⁴⁾⁷⁾ 3)Kompotjabłkowy200</p>	<p>1)Zupa lane kluski na rosole 300g. ⁷⁾⁹⁾ 2)Ziemniaki 200 g. 3)Kotlet mielony 80 g.¹⁾³⁾ 4)Surówka z</p>	<p>1)Rosół z makaronem 300 ¹⁾³⁾⁹⁾ 2)Ziemniaki 200 g. 3)Potrawka z</p>

	owocowy200 6)Marchewka tarta w sosie słodko-kwaśnym 150 g. Podwieczorek Ciasto marchewkowe 100 g. ^{1),3),7)}	4)Kompot owocowy 200 g. Podwieczorek Mandarynki 100 g.	oliwą150 g. 5)Kompot jabłkowy200g Podwieczorek Bitki z marmoladą ¹⁾³⁾⁷⁾ 30 g.	4)Kompot owocowy200 6)Sałatka z ogórków kiszonych i papryki 150 g. Podwieczorek 7)Jabłka 100 g.	4)Ziemniaki 5) Buraczki 150 g. Podwieczorek Jogurt nat.150 g.	kiszonej kapusty 150g. Kompot jabłkowy Z kisiem 200 g. Podwieczorek Pomarańcza 100 g.	drobiu ¹⁾³⁾⁷⁾)80g. 4)Groszek z marchewką 150 g. ⁷⁾ 5)Ziemniaki 200 g. 6)Kompot owocowy200 g. Podwieczorek Gruszki 100g.
Kolacja	1)Pieczywo ciemne ze słonecznikiem ¹⁾ 100g 2)Masło 15 g. ⁷⁾ 3)Polędwica sopocka ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 60 g, 4)Ogórek świeży70 g. g. 5)Herbata z cytryną 200 g.	1)Pieczywo ciemne ze słonecznikiem ¹⁾ 100g. 2)Masło 15 g. ⁷⁾ 3)Szynka z indyka ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 60g. 4)Sałata 50 g. 5)Herbata z cytryną 200 g.	1)Pieczywo ciemne ze słonecznikiem ¹⁾ 100g 2)Masło 15 g. ⁷⁾ 3)Twarożek z rzodkiewką szczypiorkiem 80 g. 3)Herbata z cytryną 200 g.	1)Pieczywo ciemne ze słonecznikiem ¹⁾)100g 2)Masło15 g. ⁷⁾ ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 3)Szynka tostowa z drobiu ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 60 g. 4)Papryka czerwona 50 g.,sałata 20 g. 5)Herbata z cytryną200 g.	1)Pieczywo mieszane 100 g. 2)Masło ⁷⁾ 15 g. 3)Ser żółty 60 g. ⁷⁾ 4)Pomidor 70 g.sałata 10 g. 5)Herbata z cytryną200 g.	1)Pieczywo mieszane 100 g. 2)Masło ⁷⁾ 15 g. 3)Szynka z indyka 60 g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 4)Pomidor50g Roszponka50g. 5)Herbata z cytryną 200	1)Pieczywo mieszane ¹⁾ 100 g. 2)Masło ⁷⁾ 15 g. 3)Filecik opiekany z drobiu 60 g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 4)Sałata50g. g.,Pomidor 50 g 70g. 5) Herbata z cytryną200 g.
Wartość odżywcza	E: 2229 kcal; B: 80 g; T: 72 g; Kw. tł. nas.29,02: g; W:346,1 g w tym cukry sach 70,1 lak.15,6 Bł:30 g; Sól: 4 g	E: 2000 kcal; B: 73,5 g; T: 69,2 g; Kw. tł. nas.27,95: g; W: 298,2 g w tym cukry:51,2sach laktoza19Bł: 32,1 g; Sól: 5 g	E: 2004 kcal; B: 70 g; T:70,6 g; Kw. tł. nas.218,16: g; W: 294 g w tym cukry sach50,8: lak.13,5 Bł: 28,7 g; Sól: 4 g	E: 2121 kcal; B: 87,5 g; T: 66,6 g; Kw. tł. Nas27,27; W324,9: g w tym cukry sach50,2 lakt.17,9 Bł: 34,5g; Sól: 4 g	E: 2113 kcal; B: 86,2 g; T: 70,9 g; Kw. tł. nas.34,60 g; W:315 g w tym cukry sach.61,1 lak.21,2 Bł: 34,8 g; Sól: 5 g	E: 2201 kcal; B: 82,3 g; T: 68,3 g; Kw. tł. nas.:31,91 g; W: 306 g w tym cukry:sach49,8 lak.12,9 g; Bł: 338,7 g; Sól: 5 g	E: 2010 kcal; B:83,9 g; T: 66,9 g; Kw. tł. nas.26,99: g; W: 287g w tym cukry:sach 48lakt12,9 Bł:35,7 g; Sól: 5 g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

Wykaz alergenów

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne.
2. Skorupiaki i produkty pochodne.
3. Jaja i produkty pochodne.
4. Ryby i produkty pochodne.
5. Orzeszki ziemne i produkty pochodne.
6. Soja i produkty pochodne.
7. Mleko i produkty pochodne.
8. Orzechy, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;
9. Seler i produkty pochodne.
10. Gorczyca i produkty pochodne.
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne.
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców
13. Łubin i produkty pochodne.
14. Mięczaki i produkty pochodne.