

ul. Sanatoryjna 1111
43-450 Ustro?
NIP: 5482277894

Zestaw posiłków: Posiłki SCANMED - Dieta z ogr. łatwo przys. węglowodanów

18.10.2026

śniadanie	alergeny
Twaróg z cebulką (50)	mleko
Szynka dobrze sprawiona (40)	gluten
Ogórek zielony (60)	
PASZTET 1SZT (1)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Mandarynka (1)	
obiad	alergeny
Rosół z makaronem (450ml)	gluten, seler
Kurczak duszony w jarzynach (100)	seler
Salatka z kapusty czerwonej (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150g)	
Kompot (250ml)	
podwieczorek	alergeny
Kanapka z wędliną (1)	gluten, mleko
kolacja	alergeny
Jajko gotowane (1)	jaja
Szynka drobiowa (40)	gluten, mleko
Pomidor (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: serek homogenizowy (1)	mleko

Wartość energetyczna: 1883 kcal
Białka: 102,83 g
Tłuszcze: 64,73 g
Tłuszcze nasycone: 19,02 g
Węglowodany: 210,34 g
w tym cukry: 38,65 g
Błonnik: 23,34 g
Sód: 2,26 g

19.10.2026

śniadanie	alergeny
Twaróg (40)	mleko
Kielbasa szlachecka (40)	
Papryka świeża (50)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Pomarańcza (1)	
obiad	alergeny
Zupa brokułowa z makaronem (450)	gluten, seler, soja
Klopsik duszony (90)	gluten, jaja
Sos z suszonych pomidorów (60)	gluten, mleko
Surówka z białej rzodkwi (150)	gorczyca, jaja, mleko
Kasza jęczmienna (150g)	gluten
Kompot (250)	
podwieczorek	alergeny
Kanapka z wędliną (1)	gluten, mleko
kolacja	alergeny
Serek śmietankowy (40)	mleko
Półdewica drobiowa (40)	gluten
Pomidor (60)	
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko

Wartość energetyczna: 1898 kcal
Białka: 74,68 g
Tłuszcze: 58,37 g
Tłuszcze nasycone: 23,02 g
Węglowodany: 233,06 g
w tym cukry: 55,06 g
Błonnik: 25,62 g
Sód: 1,36 g

20.10.2026

śniadanie	alergeny
Pasta z pieczonej ryby i papryki (80)	jaja, mleko, ryby
Ogórek zielony (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Gruszka (1)	
obiad	alergeny
Krupnik (450)	gluten, seler
Schab pieczony (60g)	seler
Sos koperkowy (60)	gluten, mleko
Surówka z kapusty pekińskiej i fasolki II (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250)	
podwieczorek	alergeny
Kanapka z wędliną (1)	gluten, mleko
kolacja	alergeny
Pasztet drobiowy domowy (80)	gluten, jaja
Pomidor (60)	
Salata zielona (10g)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: kefir (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2042 kcal
Białka: 110,23 g
Tłuszcze: 64,8 g
Tłuszcze nasycone: 20,51 g
Węglowodany: 251,64 g
w tym cukry: 48,28 g
Błonnik: 27,56 g
Sód: 1,45 g

21.10.2026

śniadanie	alergeny
Hummus z ciecierzycy (50)	
Ser mozzarella (40)	mleko
Pomidor (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Jabłko (1)	
obiad	alergeny
Zupa z dyni z zacierką (450)	gluten, jaja, seler, soja
Gulasz z indyka (110)	gluten, mleko
Surówka z cukini (150)	
Kasza gryczana (150)	
Kompot (250)	
podwieczorek	alergeny
Kanapka z wędliną (1)	gluten, mleko
kolacja	alergeny
Twaróg (40g)	mleko
Szynka biała (40)	seler, soja
Ogórek zielony (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2002 kcal
Białka: 94,25 g
Tłuszcze: 65,74 g
Tłuszcze nasycone: 20,41 g
Węglowodany: 239,73 g
w tym cukry: 50,25 g
Błonnik: 26,27 g
Sód: 1,47 g

22.10.2026

śniadanie	alergeny
Jajko gotowane (1)	jaja
Szynka "bianka" (40)	
Papryka świeża (50)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Mandarynka (1)	
obiad	alergeny
Zupa pomidorowa z ryżem dwutlenek siarki (450)	i siarczany, seler, soja
Zraz mielony duszony (90)	gluten, jaja, mleko
Mizeria (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250)	
podwieczorek	alergeny
Kanapka z wędliną (1)	gluten, mleko
kolacja	alergeny
Śledzie w pomidorach (90)	dwutlenek siarki i siarczany, ryby
Szynka pieprzowa (40)	soja
Pomidor (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: serek homogenizowy (1)	mleko

Wartość energetyczna: 1980 kcal
Białka: 103,94 g
Tłuszcze: 64,48 g
Tłuszcze nasycone: 19,19 g
Węglowodany: 221,32 g
w tym cukry: 38,71 g
Błonnik: 19,1 g
Sód: 2,26 g

23.10.2026

śniadanie	alergeny
Pasta z kalafiora ze słonecznikiem (50)	mleko
Serek śmietankowy (40)	
Ogórek zielony (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	
Herbata (250)	gluten
Śliwka (2szt)	
obiad	alergeny
Zupa szpinakowa z zacierką (450)	gluten, jaja, seler, soja
Ryba gotowana w sosie greckim (165g)	
Surówka z kapusty kiszonej (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	i siarczany, ryby, seler
Kompot (250)	
podwieczorek	alergeny
Kanapka z wędliną (1)	gluten, mleko
kolacja	alergeny
Szynka "bianka" (40)	gorczyca, jaja, mleko
Salatka z brokułem, ciecierzycą, słonecznikiem i czerwoną cebulką (120)	
Rama (1)	gluten
Pieczywo graham (80)	
Herbata (250)	
Posiłek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko

Wartość energetyczna: 1884 kcal
Białka: 86,01 g
Tłuszcze: 59,46 g
Tłuszcze nasycone: 18,45 g
Węglowodany: 236,27 g
w tym cukry: 44,53 g
Błonnik: 30,34 g
Sód: 2,03 g

24.10.2026

śniadanie	alergeny
Twaróg z cebulką (40)	mleko
Polędwica drobiowa (40)	gluten
Pomidor (60)	gluten
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	
Herbata (250)	
Kiwi (1szt)	
obiad	alergeny
Zupa kalafiorowa z grysiem (450)	gluten, seler
Pierś z kurczaka duszona (60)	gluten
Ćwikła (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250)	
podwieczorek	alergeny
Kanapka z wędliną (1)	gluten, mleko
kolacja	alergeny
Jajko gotowane (1)	jaja
Szynka na krajalnicę (40)	gluten
Ogórek zielony (60)	gluten
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata ekspresowa (250)	mleko
Posiłek nocny: kefir (1)	
Salatka z makaronu pełnoziarnistego (200)	gluten, gorczyca, jaja, mleko

Wartość energetyczna: 2107 kcal
Białka: 106,02 g
Tłuszcze: 40,9 g
Tłuszcze nasycone: 13,52 g
Węglowodany: 274,86 g
w tym cukry: 59,91 g
Błonnik: 26,99 g
Sód: 1,96 g

25.10.2026

śniadanie	alergeny
Ser żółty (40)	mleko
Szynka dobrze sprawiona (40)	gluten
Papryka świeża (50)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Jabłko (1)	
obiad	alergeny
Rosół z makaronem (450ml)	gluten, seler
Kurczak duszony w jarzynach (90g)	seler
Salatka z kapusty czerwonej (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150g)	
Kompot (250ml)	
podwieczorek	alergeny
Kanapka z wędliną (1)	gluten, mleko
kolacja	alergeny
Salatka z makaronu pełnoziarnistego (200)	gluten, gorczyca, jaja, mleko
Szynka drobiowa (40)	gluten, mleko
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2112 kcal
Białka: 102,93 g
Tłuszcze: 66,48 g
Tłuszcze nasycone: 22,1 g
Węglowodany: 261,96 g
w tym cukry: 51,76 g
Błonnik: 27,86 g
Sód: 2,49 g

26.10.2026

śniadanie	alergeny
Twaróg z rzodkiewką (40)	mleko
Kiełbasa szlachecka (40)	
Ogórek zielony (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Pomarańcza (1)	
obiad	alergeny
Zupa selerowa z ziemniakami (450)	mleko, seler
Zraz drobiowy duszony (90)	gluten, jaja
Sos pieczarkowy (60)	gluten, mleko
Surówka z białej rzodkwi (150)	gorczyca, jaja, mleko
Kasza pęczak (150)	gluten
Kompot (250)	
podwieczorek	alergeny
Kanapka z wędliną (1)	gluten, mleko
kolacja	alergeny
Ser mozzarella (40)	mleko
Polędwica drobiowa (40)	gluten
Papryka świeża (50)	
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko

Wartość energetyczna: 1969 kcal
Białka: 85,33 g
Tłuszcze: 57,67 g
Tłuszcze nasycone: 22,31 g
Węglowodany: 257,41 g
w tym cukry: 57,41 g
Błonnik: 32,28 g
Sód: 1,79 g

27.10.2026

śniadanie	<i>alergeny</i>
Jajko gotowane (1)	jaja
Szynka biała (40)	seler, soja
Papryka świeża (50)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (100)	gluten
Herbata ekspresowa b.c. (250)	
Gruszka (1)	

obiad	<i>alergeny</i>
Zupa ogórkowa z ryżem (450)	gorczyca, seler, soja
Schab pieczony (60)	
Sos cebulowy (60)	gluten, mleko
Surówka z kapusty pekińskiej IV (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleciną (150)	
Kompot (250)	

podwieczorek	<i>alergeny</i>
Kanapka z wędliną (1)	gluten, mleko

kolacja	<i>alergeny</i>
Pieczeń beskidzka (60)	gluten, jaja
Twaróg (40)	mleko
Pomidor (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: kefir (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2011 kcal**Białka: 97,84 g****Tłuszcze: 64,04 g****Tłuszcze nasycone: 22,63 g****Węglowodany: 233,56 g****w tym cukry: 48,92 g****Błonnik: 22,61 g****Sód: 1,86 g**