

ul. Sanatoryjna 1111
43-450 Ustro?

8.10.2026

śniadanie	<i>alergeny</i>
Pasta jajeczna (80)	gorczyca, jaja, mleko
Papryka świeża (50)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Mandarynka (1)	
obiad	<i>alergeny</i>
Zupa kalafiorowa z grysikiem (450)	gluten, seler
Pierś z kurczaka duszona w jarzynach (60g)	seler
Surówka z selera i jabłka (150)	mleko, seler
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250)	
podwieczorek	<i>alergeny</i>
Kanapka z wędliną (1)	gluten, mleko
kolacja	<i>alergeny</i>
Ser mozzarella (40)	mleko
Szynka pieprzowa (40)	soja
Pomidor (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko

Wartość energetyczna: 1767 kcal
Białka: 91,73 g
Tłuszcze: 50,41 g
Tłuszcze nasycone: 18,44 g
Węglowodany: 213,39 g
w tym cukry: 43,55 g
Błonnik: 25,42 g
Sód: 1,9 g

9.10.2026

śniadanie	<i>alergeny</i>
Hummus z ciecierzycy (50)	
Polędwica drobiowa (40)	gluten
Pomidor (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Śliwka (2szt)	
obiad	<i>alergeny</i>
Zupa z dyni z zacierką (450)	gluten, jaja, seler, soja
Ryba gotowana (80g)	ryby, seler
Sos koperkowy (60)	gluten, mleko
Surówka z kapusty kiszonej (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250)	
podwieczorek	<i>alergeny</i>
Kanapka z wędliną (1)	gluten, mleko
kolacja	<i>alergeny</i>
Kiełbasa szlachecka (40)	
Serek śmietankowy (40)	mleko
Ogórek zielony (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Posilek nocny: serek homogenizowy (1)	mleko

Wartość energetyczna: 1981 kcal
Białka: 81,74 g
Tłuszcze: 58,1 g
Tłuszcze nasycone: 22,39 g
Węglowodany: 235,36 g
w tym cukry: 38,08 g
Błonnik: 25,34 g
Sód: 1,79 g

10.10.2026

śniadanie	<i>alergeny</i>
Twaróg z koperkiem (80)	mleko
Papryka świeża (50)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Kiwi (1szt)	
obiad	<i>alergeny</i>
Krupnik (450)	gluten, seler
Zraz drobiowy duszony (90)	gluten, jaja
Sos z suszonych pomidorów (60)	gluten, mleko
Ćwikła (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleciną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	<i>alergeny</i>
Salatka jarzynowa (200)	gorczyca, jaja, mleko, seler
Szynka "bianka" (40)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: kefir (1)	mleko

Wartość energetyczna: 1949 kcal
Białka: 91 g
Tłuszcze: 52,09 g
Tłuszcze nasycone: 17,34 g
Węglowodany: 277,86 g
w tym cukry: 64,95 g
Błonnik: 33,26 g
Sód: 1.87 g

11.10.2026

śniadanie	<i>alergeny</i>
Ser mozzarella (40)	mleko
Szynka dobrze sprawiona (40)	gluten
Ogórek zielony (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Jabłko (1)	
obiad	<i>alergeny</i>
Rosół z makaronem (450ml)	gluten, seler
Kurczak duszony w jarzynach (90g)	seler
Salatka z kapusty czerwonej (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150g)	
Kompot (250ml)	
kolacja	<i>alergeny</i>
Jajko gotowane (1)	jaja
Szynka drobiowa (40)	gluten, mleko
Pomidor (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Posilek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko

Wartość energetyczna: 1770 kcal
Białka: 94,89 g
Tłuszcze: 59,13 g
Tłuszcze nasycone: 18,62 g
Węglowodany: 207,52 g
w tym cukry: 47,01 g
Łłonnik: 23,73 g
Sód: 2,09 g

12.10.2026

śniadanie	<i>alergeny</i>
Pasta rybna z twarogiem (50)	dwutlenek siarki i siarczany, mleko, ryby
Szynka biała (40)	seler, soja
Ogórek zielony (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Pomarańcza (1)	
obiad	<i>alergeny</i>
Zupa koperkowa z ziemniakami (450)	gluten, seler, soja
Gulasz wegetariański (110g)	dwutlenek siarki i siarczany, mleko
Surówka z białej rzodkwi (150)	gorczyca, jaja, mleko
Kasza gryczana (150)	
Kompot (250)	
podwieczorek	<i>alergeny</i>
Kanapka z wędliną (1)	gluten, mleko
kolacja	<i>alergeny</i>
Drób w galarecie (200)	seler
Pomidor (60)	
Rama (1)	
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko

Wartość energetyczna: 1926 kcal
Białka: 96,85 g
Tłuszcze: 51,02 g
Tłuszcze nasycone: 15,25 g
Węglowodany: 262,4 g
w tym cukry: 60,16 g
Błonnik: 36,02 g
Sód: 1,4 g

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

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

13.10.2026

śniadanie	alergeny
Twaróg (40)	mleko
Szynka pieprzowa (40)	soja
Papryka świeża (50)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (100)	gluten
Herbata ekspresowa b.c. (250)	
Gruszka (1)	
obiad	alergeny
Zupa pomidorowa z ryżem (450)	dwutlenek siarki i siarczany, seler, soja
Pierś z kurczaka duszona (60)	
Sos pieczarkowy (60)	gluten, mleko
Surówka z kapusty pekińskiej IV (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleciną (150)	
Kompot (250)	
podwieczorek	alergeny
Kanapka z wędliną (1)	gluten, mleko
kolacja	alergeny
Pieczeń beskidzka (80)	gluten, jaja
Pomidor (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: serek homogenizowy (1)	mleko

Wartość energetyczna: 1881 kcal
Białka: 100,64 g
Tłuszcze: 48,24 g
Tłuszcze nasycone: 15,52 g
Węglowodany: 236,27 g
w tym cukry: 50,08 g
Błonnik: 23,13 g
Sód: 1,55 g

14.10.2026

śniadanie	alergeny
Smalec wegetariański (50)	
Jajko gotowane (1)	jaja
Ogórek zielony (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Mandarynka (1)	
obiad	alergeny
Zupa selerowa z ziemniakami (450)	gluten, jaja, mleko, seler
Pulpet mięsny gotowany (90)	gluten, jaja, seler
Surówka z cukini (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleciną (150)	
Kompot (250)	
podwieczorek	alergeny
Kanapka z wędliną (1)	gluten, mleko
kolacja	alergeny
Ser mozzarella (40)	mleko
Szynka "bianka" (40)	
Pomidor (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: serek homogenizowy (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2107 kcal
Białka: 94,58 g
Tłuszcze: 64,68 g
Tłuszcze nasycone: 22,84 g
Węglowodany: 262,27 g
w tym cukry: 45,66 g
Błonnik: 33,12 g
Sód: 1,86 g

15.10.2026

śniadanie	alergeny
Pasta z buraka (50)	dwutlenek siarki i siarczany, mleko
Kielbasa szlachecka (40)	
Papryka świeża (50)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Jabłko (1)	
obiad	alergeny
Zupa prowansalska z kaszą jaglaną (450)	dwutlenek siarki i siarczany, seler
Schab pieczony (60)	
Sos pieczeniowy (60)	gluten, mleko
Mizeria (150)	mleko
Kasza gryczana (150)	
Kompot (250)	
podwieczorek	alergeny
Kanapka z wędliną (1)	gluten, mleko
kolacja	alergeny
Ser mozzarella (40)	mleko
Polędwica drobiowa (40)	gluten
Pomidor (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: serek wiejski (1)	mleko

Wartość energetyczna: 1854 kcal
Białka: 102,73 g
Tłuszcze: 64,84 g
Tłuszcze nasycone: 23,15 g
Węglowodany: 213,82 g
w tym cukry: 42,99 g
Błonnik: 22,38 g
Sód: 1,98 g

16.10.2026

śniadanie	alergeny
Twaróg z rzodkiewką (50)	mleko
Szynka na krajalcicę (40)	gluten
Pomidor (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Śliwka (2szt)	
obiad	alergeny
Zupa jarzynowa (450)	seler, soja
Ryba gotowana (80g)	ryby, seler
Sos śmietanowy (60)	gluten, gorczyca, mleko
Surówka z marchwi (150)	gluten, jaja, mleko, nasiona sezamu, orzeszki ziemne, soja
Ziemniaki gotowane z zieleciną (150)	
Kompot (250)	
podwieczorek	alergeny
Kanapka z wędliną (1)	gluten, mleko
kolacja	alergeny
Jajko gotowane (1)	jaja
Szynka "bianka" (40)	
Ogórek zielony (60)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko

Wartość energetyczna: 1906 kcal
Białka: 90,23 g
Tłuszcze: 45,34 g
Tłuszcze nasycone: 18,65 g
Węglowodany: 223,73 g
w tym cukry: 46,4 g
Błonnik: 26,24 g
Sód: 1,99 g

17.10.2026

śniadanie	alergeny
Serek śmietankowy (40)	mleko
Szynka pieprzowa (40)	soja
Papryka świeża (50)	
Rama (1)	
Pieczywo graham (80)	gluten
Herbata (250)	
Kiwi (1szt)	
obiad	alergeny
Zupa ogórkowa z ziemniakami (450)	gluten, gorczyca, seler, soja
Suflet mięsny pieczony (90)	gluten, jaja, seler
Ćwikła (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleciną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Salatka z ryżu i kukurydzy (200)	gluten, gorczyca, jaja, mleko, soja
Szynka biała (40)	seler, soja
Rama (1)	
Pieczywo graham (100)	gluten
Herbata ekspresowa (250)	
Posiłek nocny: kefir (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2174 kcal
Białka: 91,87 g
Tłuszcze: 57,2 g
Tłuszcze nasycone: 21,21 g
Węglowodany: 284,95 g
w tym cukry: 60,9 g
Błonnik: 28,18 g
Sód: 2,36 g