

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2024-12-02, poniedziałek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZA MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WŁOSKA 80 g ( <b>SOJA</b> ) POMIDOR 50 g SALATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, ogórki kiszzone, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) GULASZ MIĘSNO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 200 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KASZA GRYCZANA 200 g SUROWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA MIODOWA 80 g ( <b>SOJA</b> ) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM KISZONYM (ogórek kiszony, fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JABŁKO 1 szt	Energia [kcal] 2 686,7 Białko ogółem [g] 113,4 Tłuszcz [g] 83,1 Węglowodany ogółem [g] 394,8 Sód [mg] 4 088,5 Błonnik pokarmowy [g] 46,9
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZA MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WŁOSKA 80 g ( <b>SOJA</b> ) SALATA MIX 10 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) GULASZ MIĘSNO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 200 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KASZA JĘCZMIENNA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA MIODOWA 80 g ( <b>SOJA</b> ) ROSZPONKA 2 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt	JABŁKO PARZONE 1 szt	Energia [kcal] 1 847,4 Białko ogółem [g] 80,3 Tłuszcz [g] 75,3 Węglowodany ogółem [g] 227,2 Sód [mg] 2 092 Błonnik pokarmowy [g] 24,8
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WŁOSKA 80 g ( <b>SOJA</b> ) POMIDOR 50 g SALATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, ogórki kiszzone, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) GULASZ MIĘSNO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 200 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KASZA GRYCZANA 200 g SUROWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA MIODOWA 80 g ( <b>SOJA</b> ) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM KISZONYM (ogórek kiszony, fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JABŁKO 1 szt	Energia [kcal] 2 397,4 Białko ogółem [g] 113,8 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 320,6 Sód [mg] 3 907,4 Błonnik pokarmowy [g] 47,2
2024-12-03 wtorek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały, jogurt naturalny, zielona pietruszka) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA Z INDYKA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt		ZUPA NEAPOLIŃSKA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, ser topiony, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SCHAB PIECZONY ZE ŚLIWKĄ (schab wp., śliwka, przyprawy, olej) 100 g SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, ziola) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SUROWKA Z KAPUŚTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA HETMAŃSKA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATA MIX 10 g ŚLUPKI WARZYW (marchew, seler, ogórek zielony) 100 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 922,4 Białko ogółem [g] 124,5 Tłuszcz [g] 120 Węglowodany ogółem [g] 355,5 Sód [mg] 4 050,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,2

2024-12-03 wtorek	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały, jogurt naturalny, zielona pietruszka) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA Z INDYKA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 20 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JEĆZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jećzmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) PULPET W SOSIE BIAŁYM (łopatka wp., jaja, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN</b> )	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA HETMAŃSKA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 10 g KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 20 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 369,5 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 111,4 Węglowodany ogółem [g] 259,2 Sód [mg] 2 609,1 Błonnik pokarmowy [g] 20
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały, jogurt naturalny, zielona pietruszka) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA Z INDYKA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g LIŚĆ SAŁATY 2 [Por] x 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 200 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JEĆZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jećzmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) SCHAB PIECZONY ZE ŚLIWKĄ (schab wp., śliwka, przyprawy, olej) 100 g SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, zioła) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA HETMAŃSKA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SZYNKA HETMAŃSKA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 10 g SLUPKI WARZYW (marchew, seler, ogórek zielony) 100 g HERBATA B/C 200 ml	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 453,1 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 96,7 Węglowodany ogółem [g] 314,3 Sód [mg] 3 268,2 Błonnik pokarmowy [g] 42,3
2024-12-04 środa	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA W SIATCE 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SER TOPIONY 0,5 szt ( <b>MLEKO</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW (fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemiaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LENIWE (kluski leniwe) 300 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MUS TRUSKAWKOWY (truskawki) 100 g KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 80 g OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 722,6 Białko ogółem [g] 123,9 Tłuszcz [g] 98,3 Węglowodany ogółem [g] 357,7 Sód [mg] 3 899 Błonnik pokarmowy [g] 37
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA W SIATCE 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) MIÓD 1 szt DŻEM OWOCOWY 1 szt LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMIANKAMI (ziemiaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) LENIWE (kluski leniwe) 300 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MUS TRUSKAWKOWY (truskawki) 100 g KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 80 g SAŁATA MIX 10 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 097,5 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 87,8 Węglowodany ogółem [g] 248,3 Sód [mg] 2 056,4 Błonnik pokarmowy [g] 14,1

2024-12-04 środa	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA W SIATCE 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATKA ZE STRĄCZKÓW (fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 50 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt., masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemiaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) RYŻ PARABOLICZNY 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA B/CUKRU (marchew, jabłko, olej) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 80 g OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 458,4 Białko ogółem [g] 125,5 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 315,6 Sód [mg] 3 754,6 Błonnik pokarmowy [g] 41,4
		Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA BĄRTNIKA 80 g POMIDOR 50 g SALATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (salata lodowa, rukola) 5 g POMARANCZA 1/2szt. 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) GNOCCHI 200 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ) SOS PIECZARKOWY (pieczarki, cebula, mąka pszenna, śmietana) 200 g ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej, cukier) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) KIELKI 2 g SAŁATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 778,1 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 99,5 Węglowodany ogółem [g] 398,7 Sód [mg] 3 297 Błonnik pokarmowy [g] 35,7
		Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA BĄRTNIKA 80 g DŻEM OWOCOWY 1 szt KIELKI 2 g SALATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (salata lodowa, rukola) 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) KIELKI 2 g SAŁATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 505,3 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 118 Węglowodany ogółem [g] 267,9 Sód [mg] 2 579,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,4
2024-12-05 czwartek	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA BĄRTNIKA 80 g POMIDOR 50 g SALATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (salata lodowa, rukola) 5 g POMARANCZA 1/2szt. 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ B/CUKRU (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATKA SZWEDZKA 50 g SAŁATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 874,6 Białko ogółem [g] 124 Tłuszcz [g] 134,7 Węglowodany ogółem [g] 304,3 Sód [mg] 3 788,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,9

2024-12-06 piątek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKA JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER BIAŁY KRAJANKA 80 g ( <b>MLEKO</b> ) RUKOLA 2g SALATA MIX 5g DZEM OWOCOWY 1 szt JABŁKO 1 szt	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) PALUSZKI RYBNE Z MINTAJA 100G 4 szt ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ DROBNO SIEKANA (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA</b> ) POMIDOR 50g LIŚC SALATY 0,06 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 603 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 356,2 Sód [mg] 2 114,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,2
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKA JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER BIAŁY KRAJANKA 80 g ( <b>MLEKO</b> ) RUKOLA 2g SALATA MIX 5g JABŁKO PARZONE 1 szt DZEM OWOCOWY 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (filet rybny, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBA</b> ) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, skrobia) 120 g ( <b>SELER</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA</b> ) LIŚC SALATY 0,06 szt ROZSPONKA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	HERBATNIKI 100G 1 szt ( <b>GLUTEN</b> )	Energia [kcal] 2 624,6 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 98,5 Węglowodany ogółem [g] 352,5 Sód [mg] 1 460,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,4
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER BIAŁY KRAJANKA 80 g ( <b>MLEKO</b> ) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKA 50g SALATA MIX 5g JABŁKO 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (filet rybny, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBA</b> ) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ DROBNO SIEKANA (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA</b> ) POMIDOR 50g LIŚC SALATY 0,06 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )
2024-12-07 sobota	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA FAMILIJNA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SALATY 0,06 szt POMIDOR 50g GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU ( marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml ( <b>SELER</b> ) PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (lopotka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, koncentrat pomidorowy) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY (brokuł, marchewka baby) 120g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 1SZT. 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SALATY 0,06 szt OGÓREK ZIELONY OBRANY TARTY 50g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 683,3 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 96,1 Węglowodany ogółem [g] 373 Sód [mg] 3 206,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,6

2024-12-07 sobota	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA FAMILIJNA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt ROSZPONKA 2 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU ( marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml ( <b>SELER</b> ) PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (lopataka wp., jajka, mąka pszenna, angiellka, koncentrat pomidorowy) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY (brokuł, marchewka baby) 120 g KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 1SZT. 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 152,1 Białko ogółem [g] 81,3 Tłuszcz [g] 94 Węglowodany ogółem [g] 261,9 Sód [mg] 2 242 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA FAMILIJNA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt POMIDOR 50 g GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, mix 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU ( marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml ( <b>SELER</b> ) PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (lopataka wp., jajka, mąka pszenna, angiellka, koncentrat pomidorowy) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt OGÓREK ZIELONY OBRANY TARTY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK POMIDOROWY 0,2l 200 g
2024-12-08 niedziela	Dieta podstawowa	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLAT SZYŃKOWY 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SER TOPIONY 0,5 szt ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOR 50 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt POMARANCZA 1/2szt. 1 Por KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml ( <b>MLEKO</b> ) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z SELERA I JABŁKA drobno tarta (seler, jabłko, maślanka, cukier) 120 g ( <b>MLEKO, SELER</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYŃKOWA WIEPRZOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTO DROŻDŻOWE 100 g ( <b>GLUTEN</b> )	Energia [kcal] 2 802,4 Białko ogółem [g] 125,6 Tłuszcz [g] 102,8 Węglowodany ogółem [g] 360,2 Sód [mg] 3 777,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,2
	Dieta lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLAT SZYŃKOWY 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) DŻEM OWOCOWY 1 szt LIŚC SAŁATY 0,06 szt JABŁKO PARZONE 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml ( <b>MLEKO</b> ) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, masło roślinne) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 60 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYŃKOWA WIEPRZOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 5 g ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTO DROŻDŻOWE 100 g ( <b>GLUTEN</b> )	Energia [kcal] 2 349,9 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 286,7 Sód [mg] 2 093,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLAT SZYŃKOWY 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) POMIDOR 50 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt POMARANCZA 1/2szt. 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z SELERA I JABŁKA B/CUKRU drobno tarta (seler, jabłko, maślanka) 120 g ( <b>MLEKO, SELER</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYŃKOWA WIEPRZOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt., masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )

2024-12-09 poniedziałek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZA MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA RZEŹNIKA 50 g ( <b>SOJA</b> ) JAJKO GOTOWANE 1 szt ( <b>JAJA</b> ) SALATA MIX 10 g SZCZYPIOREK 2 g RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) GULASZ WIEPRZOWY Z PAPRYKĄ (łopatka wp., papryka, pieczarki, przyprawy) 200 g RYŻ PARABOLICZNY 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50 g SER ŻÓŁTY 50 g ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOR 50 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 584,1 Białko ogółem [g] 129,7 Tłuszcz [g] 86,3 Węglowodany ogółem [g] 334,8 Sód [mg] 3 624,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,3
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZA MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA RZEŹNIKA 80 g ( <b>SOJA</b> ) DZEM OWOCOWY 1 szt SALATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) GULASZ MIĘSNO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 200 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) RYŻ PARABOLICZNY 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 80 g LIŚC SALATY 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 059,7 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 71 Węglowodany ogółem [g] 271,1 Sód [mg] 2 386,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA RZEŹNIKA 50 g ( <b>SOJA</b> ) JAJKO GOTOWANE 1 szt ( <b>JAJA</b> ) SALATA MIX 10 g SZCZYPIOREK 2 g RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) GULASZ WIEPRZOWY Z PAPRYKĄ (łopatka wp., papryka, pieczarki, przyprawy) 200 g RYŻ PARABOLICZNY 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50 g SER ŻÓŁTY 50 g ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOR 50 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )
2024-12-10 wtorek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKA JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER BIAŁY 100 g ( <b>MLEKO</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SALATA MIX 5 g ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SZYNKA DUSZONA W SOSIE (szynka wp., marchew, mąka pszenna) 100 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA (ogórek kiszony, cebula, musztarda) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATA LODOWA Z RUKOLĄ (salata lodowa, rukola) 10 g ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	GRUSZKA 1 szt	Energia [kcal] 2 841,3 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 115,5 Węglowodany ogółem [g] 355,6 Sód [mg] 3 530,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,4

2024-12-10 wtorek	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKA JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER BIAŁY 100 g ( <b>MLEKO</b> ) MIÓD 1 szt SALATA MIX 5g ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SZYNKA DUSZONA W SOSIE (szynka wp., marchew, mąka pszenna) 100 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATA LODOWA Z RUKOLĄ (salata lodowa, rukola) 10g ROSZPONKA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt	Energia [kcal] 2 448,8 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 107,9 Węglowodany ogółem [g] 294,6 Sód [mg] 1 721,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER BIAŁY 100 g ( <b>MLEKO</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por SALATA MIX 5g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SZYNKA DUSZONA W SOSIE (szynka wp., marchew, mąka pszenna) 100 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA (ogórek kiszony, cebula, musztarda) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATA LODOWA Z RUKOLĄ (salata lodowa, rukola) 10g ROSZPONKA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt	GRUSZKA 1 szt
2024-12-11 środa	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PŁAT SZYŃKOWY 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SŁUPKI WARZYW (papryka, ogórek zielony, marchew) 50 g ROSZPONKA 2g MANDARYNKA 100G 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA ZALEWAJKA Z ZIEMIANKAMI (ziemiaki, barszcz biały, chrzan, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) PAMPUCHY 4 szt ( <b>GLUTEN</b> ) SOS PIECZARKOWY (pieczarki, cebula, mąka pszenna, śmietana) 150 g ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 60 g ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SALATY 0,06 szt OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 487,7 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 65,1 Węglowodany ogółem [g] 400,3 Sód [mg] 3 116,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,1
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PŁAT SZYŃKOWY 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) MARMOLADA 100 g ROSZPONKA 2g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMIANKAMI (ziemiaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) KASZA JĘCZMIENNA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 60 g ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SALATY 0,06 szt KIELKI 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 153 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 306,8 Sód [mg] 1 638,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,9

2024-12-11 środa	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLAT SZYNKOWY 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SŁUPKI WARZYW (papryka, ogórek zielony, marchew) 50 g ROSPONKA 2 g MANDARYNKA 100G 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt., masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	ZUPA ZALEWAJKA Z ZIEMNIAKAMI (ziemiaki, barszcz biały, chrzan, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) SZARPANA WIEPRZOWINA (topatka wp., przypraw, olej) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) KASZA PECZAK 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) SUROWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 60 g ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚC SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 202,6 Białko ogółem [g] 122,9 Tłuszcz [g] 81,3 Węglowodany ogółem [g] 262,9 Sód [mg] 2 836,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SER ŻÓŁTY 50 g ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOR 50 g LIŚC SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</b> ) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SUROWKA Z RZODKIEWKI BIAŁEJ drobno tarta (rzodkiew biała, marchew, jogurt naturalny, cukier) 120 g ( <b>MLEKO</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA HETMAŃSKA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) PASZTET DROBIOWY 70 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SALATY 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 869 Białko ogółem [g] 136,7 Tłuszcz [g] 118,7 Węglowodany ogółem [g] 328,4 Sód [mg] 3 788,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,3	
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SZYNKA FAMILIJNA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</b> ) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 150 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY (brokuł, marchewka baby) 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA HETMAŃSKA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) PASZTET DROBIOWY 70 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SALATY 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 433,1 Białko ogółem [g] 117,3 Tłuszcz [g] 123,9 Węglowodany ogółem [g] 228,9 Sód [mg] 2 939 Błonnik pokarmowy [g] 20,6	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SER ŻÓŁTY 50 g ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOR 50 g LIŚC SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</b> ) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SUROWKA Z RZODKIEWKI BIAŁEJ B/CUKRU drobno tarta (rzodkiew biała, marchew, jogurt naturalny) 120 g ( <b>MLEKO</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA HETMAŃSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚC SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 267,8 Białko ogółem [g] 120,3 Tłuszcz [g] 106,6 Węglowodany ogółem [g] 226,6 Sód [mg] 3 794,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,1



2024-12-13 piątek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypierek, majonez) 150 g ( <b>JAJA</b> ) PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 20 g POMARAŃCZA 1/2szt. 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BROKUŁOWA Z RYZEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) KOTLET RYBNY (filet rybny, jajka, siemie lniane, koperek, por) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBA</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK ZE SZCZYPIONIEM (ser biały, jogurt naturalny, szczypierek) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) LIŚĆ SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	WAFELEK KAKAOWY 1 szt ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 484,2 Białko ogółem [g] 115,5 Tłuszcz [g] 77,7 Węglowodany ogółem [g] 345,7 Sód [mg] 2 180,9 Błonnik pokarmowy [g] 35
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypierek, majonez) 150 g ( <b>JAJA</b> ) SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 20 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BROKUŁOWA Z RYZEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) KOTLET RYBNY (filet rybny, jajka, siemie lniane, koperek, por) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBA</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 130 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały, jogurt naturalny, zielona pietruszka) 120 g ( <b>MLEKO</b> ) DZEM OWOCOWY 1 szt LIŚĆ SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	WAFELEK KAKAOWY 1 szt ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 099 Białko ogółem [g] 104,1 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 265 Sód [mg] 1 107,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,4
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypierek, majonez) 150 g ( <b>JAJA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 20 g POMARAŃCZA 1/2szt. 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA BROKUŁOWA Z RYZEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) KOTLET RYBNY (filet rybny, jajka, siemie lniane, koperek, por) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBA</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK ZE SZCZYPIONIEM (ser biały, jogurt naturalny, szczypierek) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) LIŚĆ SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )
2024-12-14 sobota	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z RYZEM (mleko 2%, ryż) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA KONSERWOWA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SER ŻÓŁTY 50 g ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOR 50 g LIŚĆ SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) PULPET WIEPRZOWY (łopatka wp., angielska, jajka) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA (marchew, seler, olej) 120 g ( <b>SELER</b> ) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER BIAŁY 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA GOTOWANA* 50 g OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 777,9 Białko ogółem [g] 134 Tłuszcz [g] 102,1 Węglowodany ogółem [g] 332 Sód [mg] 3 081,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,9

2024-12-14 sobota	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z RYZEM (mleko 2%, ryż) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA KONSERWOWA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt MIÓD 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) PULPET WIEPRZOWY (łopatka wp., angieltka, jajka) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, masło roślinne) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA GOTOWANA* 50 g SER BIAŁY 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SAŁATA MIX 5g KIELKI 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 228,9 Białko ogółem [g] 109,7 Tłuszcz [g] 86,3 Węglowodany ogółem [g] 249,9 Sód [mg] 1 852,2 Błonnik pokarmowy [g] 16,3
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA KONSERWOWA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SER ŻÓŁTY 50 g ( <b>MLEKO</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt POMIDOR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) PULPET WIEPRZOWY (łopatka wp., angieltka, jajka) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA (marchew, seler, olej) 120 g ( <b>SELER</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER BIAŁY 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA GOTOWANA* 50 g OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g KIELKI 2g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 385,1 Białko ogółem [g] 125,2 Tłuszcz [g] 107,8 Węglowodany ogółem [g] 238,9 Sód [mg] 2 959,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,7
2024-12-15 niedziela	Dieta podstawowa	KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa) 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK KISZONY 100 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt JABŁKO 1 szt		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WIEJSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) JAJKO GOTOWANE 1 szt ( <b>JAJA</b> ) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX 5g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	POMARAŃCZA 1 szt	Energia [kcal] 2 918,5 Białko ogółem [g] 125,1 Tłuszcz [g] 124 Węglowodany ogółem [g] 348,3 Sód [mg] 4 429,5 Błonnik pokarmowy [g] 41,3
	Dieta lekkostrawna	KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa) 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt JABŁKO PARZONE 1 szt		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WIEJSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 5g RUKOLA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	POMARAŃCZA 1 szt	Energia [kcal] 2 381,2 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 119,4 Węglowodany ogółem [g] 245,9 Sód [mg] 2 498,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,2
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWIĆ DROBIOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK KISZONY 100 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt JABŁKO 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały 30g, chleb graham 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WIEJSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) JAJKO GOTOWANE 1 szt ( <b>JAJA</b> ) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX 5g HERBATA 1SZT. 1 szt	POMARAŃCZA 1 szt	Energia [kcal] 2 358,1 Białko ogółem [g] 114,7 Tłuszcz [g] 103 Węglowodany ogółem [g] 270,3 Sód [mg] 3 960,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,4