

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2024-12-30 poniedziałek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA WŁOSKA 80 g (SOJA) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX 10 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, ogórki kiszzone, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA) GULASZ MIĘSNO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 200 g (GLUTEN, SELER) KASZA GRYCZANA 200 g SUROWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) POLEDWICA MIODOWA 80 g (SOJA) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM KISZONYM (ogórek kiszony, fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 50 g (GORCZYCA) LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JABŁKO 1 szt	Energia [kcal] 2 687,5 Białko ogółem [g] 112,2 Tłuszcz [g] 83,1 Węglowodany ogółem [g] 395,5 Sód [mg] 4 088,5 Błonnik pokarmowy [g] 46,9
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA WŁOSKA 80 g (SOJA) SAŁATA MIX 10 g RUKOLA 2 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ MIĘSNO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 200 g (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA 200 g (GLUTEN) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) POLEDWICA MIODOWA 80 g (SOJA) ROSZPONKA 2 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt	JABŁKO PARZONE 1 szt	Energia [kcal] 1 848,2 Białko ogółem [g] 80,4 Tłuszcz [g] 75,3 Węglowodany ogółem [g] 227,2 Sód [mg] 2 092 Błonnik pokarmowy [g] 24,8
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA WŁOSKA 80 g (SOJA) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX 10 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, ogórki kiszzone, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA) GULASZ MIĘSNO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 200 g (GLUTEN, SELER) KASZA GRYCZANA 200 g SUROWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) POLEDWICA MIODOWA 80 g (SOJA) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM KISZONYM (ogórek kiszony, fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 50 g (GORCZYCA) LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JABŁKO 1 szt	Energia [kcal] 2 398,2 Białko ogółem [g] 111,9 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 321,4 Sód [mg] 3 907,4 Błonnik pokarmowy [g] 47,2
2024-12-31 wtorek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały, jogurt naturalny, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO) SZYNKA Z INDYKA* 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) 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 (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA (łopatka b/k, jajka, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, zioła) 100 ml (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SUROWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA HETMAŃSKA 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PASZTET DROBIOWY 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX 10 g ŚLUPKI WARZYW (marchew, seler, ogórek zielony) 100 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 873,7 Białko ogółem [g] 126,4 Tłuszcz [g] 117,1 Węglowodany ogółem [g] 344,9 Sód [mg] 4 027 Błonnik pokarmowy [g] 34

2024-12-31 wtorek	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIEŁONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały, jogurt naturalny, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO) SZYŃKA Z INDYKA* 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 20 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA (topatka b/k, jajka, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, ziola) 100 ml (GLUTEN) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł) 120 g	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYŃKA HETMAŃSKA 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PASZTET DROBIOWY 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 20 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 385,6 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 115,2 Węglowodany ogółem [g] 248 Sód [mg] 2 699,5 Błonnik pokarmowy [g] 19
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIEŁONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały, jogurt naturalny, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO) SZYŃKA Z INDYKA* 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) OGÓREK ZIEŁONY TALARKI OBRANY 50 g LIŚĆ SAŁATY 2 [Porz] x 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 200 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA (topatka b/k, jajka, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, ziola) 100 ml (GLUTEN) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYŃKA HETMAŃSKA 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX 10 g ŚLUPKI WARZYW (marchew, seler, ogórek zielony) 100 g HERBATA B/C 200 ml	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 404,4 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 93,8 Węglowodany ogółem [g] 303,7 Sód [mg] 3 244,6 Błonnik pokarmowy [g] 40,1