

|                   |                                  | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2                                   | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 6                                       | 7                                                                                                                                                       |
|-------------------|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                   |                                  | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | II Ś                                | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2. kolacja                              | SUMA                                                                                                                                                    |
| 2025-04-22 wtorek | Dieta podstawowa                 | ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy)l 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )<br>CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały, jogurt naturalny, zielona pietruszka) 50 g ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g<br>LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt<br>HERBATA 1SZT. 1 szt |                                     | ZUPA NEAPOLITAŃSKA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, ser topiony, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> )<br>PIECZEN WIEPRZOWA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> )<br>SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> )<br>ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g<br>SURÓWKA Z KAPUŚTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> )<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml | CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYNKA HETMAŃSKA (wp, grubo rozdrobniony, formowany, parzony, niewędzony, w osłonce niejadalnej) 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>PASZTET DROBIOWO-WIEPRZOWY 65g 0,5 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>SAŁATA MIX 10 g<br>BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g        | JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )   | Energia [kcal] 2 594,1<br>Białko ogółem [g] 114,1<br>Tłuszcz [g] 98,3<br>Węglowodany ogółem [g] 327,5<br>Sód [mg] 3 458,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,8 |
|                   | Dieta lekkostrawna               | ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy)l 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )<br>ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały, jogurt naturalny, zielona pietruszka) 50 g ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt<br>KIEŁKI 2 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 20 g         |                                     | ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> )<br>PIECZEN WIEPRZOWA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> )<br>SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> )<br>ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml<br>BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł) 120 g                                                                                                                      | ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYNKA HETMAŃSKA (wp, grubo rozdrobniony, formowany, parzony, niewędzony, w osłonce niejadalnej) 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>PASZTET DROBIOWO-WIEPRZOWY 65g 0,5 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>SAŁATA MIX 10 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 20 g | JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )   | Energia [kcal] 2 221,6<br>Białko ogółem [g] 95,3<br>Tłuszcz [g] 99,5<br>Węglowodany ogółem [g] 251,2<br>Sód [mg] 2 312,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,2  |
|                   | Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl. | CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały, jogurt naturalny, zielona pietruszka) 50 g ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g<br>LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt<br>HERBATA 1SZT. 1 szt                                                                                                | MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 200 g | ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> )<br>PIECZEN WIEPRZOWA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> )<br>SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> )<br>ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g<br>SURÓWKA Z KAPUŚTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> )<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml                                  | CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYNKA HETMAŃSKA (wp, grubo rozdrobniony, formowany, parzony, niewędzony, w osłonce niejadalnej) 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>SAŁATA MIX 10 g<br>BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g<br>HERBATA B/C 200 ml                                                                            | JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> ) | Energia [kcal] 2 452,3<br>Białko ogółem [g] 104,4<br>Tłuszcz [g] 95<br>Węglowodany ogółem [g] 312,6<br>Sód [mg] 3 247,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 43     |

|                     |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                       |                                                                                                                                                         |
|---------------------|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-04-23 środa    | Dieta podstawowa                 | ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )<br>CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> )<br>SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por ( <b>MLEKO</b> )<br>LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt<br>SAŁATKA ZE STRACZKÓW (fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 50 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g |                                                                                                       | ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>SZARPANY UDZIEC (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g<br>SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> )<br>RYŻ PARABOLICZNY 200 g<br>SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA (marchew, jabłko, olej, cukier) 120 g<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml                        | CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g ( <b>SOJA</b> )<br>OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> )<br>SAŁATA MIX 10 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g | SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) | Energia [kcal] 2 834<br>Białko ogółem [g] 154<br>Tłuszcz [g] 96,3<br>Węglowodany ogółem [g] 355,8<br>Sód [mg] 3 424,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 38,5     |
|                     | Dieta lekkostrawna               | ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )<br>ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> )<br>SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por ( <b>MLEKO</b> )<br>RUKOLA 2 g<br>LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g                                                                                    |                                                                                                       | ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> )<br>SZARPANY UDZIEC (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g<br>SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> )<br>RYŻ PARABOLICZNY 200 g<br>BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, masło roślinne) 120 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml                                          | ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g ( <b>SOJA</b> )<br>SAŁATA MIX 10 g<br>KIELKI 2g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g                                      | SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) | Energia [kcal] 2 280,1<br>Białko ogółem [g] 132,8<br>Tłuszcz [g] 95,7<br>Węglowodany ogółem [g] 231,7<br>Sód [mg] 2 096,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,3 |
|                     | Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl. | CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> )<br>SAŁATKA ZE STRACZKÓW (fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 50 g<br>LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt<br>HERBATA 1SZT. 1 szt                                                                                                                                                                                    | KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) | ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>SZARPANY UDZIEC (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g<br>SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> )<br>RYŻ PARABOLICZNY 200 g<br>SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA B/CUKRU (marchew, jabłko, olej) 120 g<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml                        | CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g ( <b>SOJA</b> )<br>OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> )<br>SAŁATA MIX 10 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt                        | KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )                          | Energia [kcal] 2 486,6<br>Białko ogółem [g] 122,2<br>Tłuszcz [g] 91<br>Węglowodany ogółem [g] 305,6<br>Sód [mg] 3 715,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 40,8   |
| 2025-04-24 czwartek | Dieta podstawowa                 | ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml ( <b>MLEKO</b> )<br>CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYNKA BARTNIKA 80 g ( <b>SOJA, SELER</b> )<br>POMIDOR 50 g<br>SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g<br>POMARAŃCZA 1/2szt. 1 Por<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g                                                                                                                                               |                                                                                                       | ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> )<br>FILET Z PIERSI KURCZAKA W SOSIE (piers z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g<br>SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej, cukier) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> )<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml | CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>PASZTET DROBIOWO-WIEPRZOWY 130g 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>KIELKI 2g<br>SAŁATA MIX 5g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g                                                             | JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )                 | Energia [kcal] 2 573,8<br>Białko ogółem [g] 104,2<br>Tłuszcz [g] 90,7<br>Węglowodany ogółem [g] 352,2<br>Sód [mg] 3 207,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 32   |

|                        |                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                        |
|------------------------|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-04-24<br>czwartek | Dieta lekkostrawna              | ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml ( <b>MLEKO</b> )<br>ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYNKA BARTNIKA 80 g ( <b>SOJA, SELER</b> )<br>DŻEM OWOCOWY 1 szt<br>KIELKI 2 g<br>SAŁATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g | ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> )<br>FILET Z PIERSI KURCZAKA W SOSIE (piers z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g<br>MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml                        | ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>PASZTET DROBIOWO-WIEPRZOWY 130g 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>KIELKI 2 g<br>SAŁATA MIX 5 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g                                                                                                                                                                                                               | JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )                                                                                                                                                                                                                 | Energia [kcal] 2 122,8<br>Białko ogółem [g] 89,6<br>Tłuszcz [g] 86,6<br>Węglowodany ogółem [g] 261,6<br>Sód [mg] 2 353,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,3 |
|                        | Dieta z ogr. łatwo przysw. węg. | CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYNKA BARTNIKA 80 g ( <b>SOJA, SELER</b> )<br>POMIDOR 50 g<br>SAŁATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g<br>POMARAŃCZA 1/2szt. 1 Por<br>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> )<br>FILET Z PIERSI KURCZAKA W SOSIE (piers z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g<br>SUROWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ B/CUKRU (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, olej) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> )<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml | CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>PASZTET DROBIOWO-WIEPRZOWY 130g 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>SAŁATKA SZWEDZKA 50 g<br>SAŁATA MIX 5g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt | JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )                                                                                                                |
| 2025-04-25<br>piątek   | Dieta podstawowa                | ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )<br>CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g ( <b>MLEKO</b> )<br>DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g<br>SAŁATA MIX 5 g<br>JABŁKO 1 szt                             | ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> )<br>MINTAJ W PANIERCE 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBA</b> )<br>ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g<br>SUROWKA Z KAPUSTY KISZONEJ DROBNO SIEKANA (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> )<br>KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml | CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIONIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt ( <b>JAJA</b> )<br>POMIDOR 50 g<br>SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (mix sałat, słonecznik, olej) 15 g                                                                                                                                                                                                    | SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )                                                                                                                                                                                            | Energia [kcal] 2 429<br>Białko ogółem [g] 106,6<br>Tłuszcz [g] 80,5<br>Węglowodany ogółem [g] 334,9<br>Sód [mg] 2 146,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,3  |
|                        | Dieta lekkostrawna              | ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )<br>ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g ( <b>MLEKO</b> )<br>RUKOLA 2g<br>SAŁATA MIX 5 g<br>JABŁKO PARZONE 1 szt<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g                             | ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> )<br>MINTAJ W PANIERCE 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBA</b> )<br>ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g<br>WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, skrobia) 120 g ( <b>SELER</b> )<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml                                     | ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIONIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt ( <b>JAJA</b> )<br>SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (mix sałat, słonecznik, olej) 15 g<br>ROSZPONKA 2 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g                                                                                                                                                            | SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )                                                                                                                                                                                            | Energia [kcal] 2 093,6<br>Białko ogółem [g] 92,9<br>Tłuszcz [g] 79,1<br>Węglowodany ogółem [g] 267<br>Sód [mg] 1 132<br>Błonnik pokarmowy [g] 24       |

|                   |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                            |                                                                                                                                                         |
|-------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-04-25 piątek | Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl. | CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g ( <b>MLEKO</b> )<br>RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ<br>PIETRUSZKA 50 g<br>SAŁATA MIX 5 g<br>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> )<br>MINTAJ W PANIERCE 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBA</b> )<br>ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g<br>SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ DROBNO SIEKANA (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> )<br>KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml                                              | CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPORKIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt ( <b>JAJA</b> )<br>POMIDOR 50 g<br>SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (mix sałat, słonecznik, olej) 15 g                                  | SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) | Energia [kcal] 2 444,3<br>Białko ogółem [g] 108<br>Tłuszcz [g] 91,6<br>Węglowodany ogółem [g] 305,5<br>Sód [mg] 2 231,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 37,7   |
|                   | Dieta podstawowa                 | ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )<br>CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYNKA FAMILIJNA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt<br>POMIDOR 50 g<br>GRUSZKA 1 szt<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g                       |                                                                                                                                | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> )<br>PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, koncentrat pomidorowy) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> )<br>ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g<br>MARCHEWKA BABY 120 g<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml                                                                                                                 | CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>PĄSZTET DROBIOWO-WIEPRZOWY 130g 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt<br>OGÓREK ZIELONY OBRANY TARTY 50 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g | JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )                      | Energia [kcal] 2 840,8<br>Białko ogółem [g] 97,5<br>Tłuszcz [g] 111,3<br>Węglowodany ogółem [g] 382,1<br>Sód [mg] 3 200,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 37   |
|                   | Dieta lekkostrawna               | ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )<br>ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYNKA FAMILIJNA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt<br>ROSZPONKA 2 g<br>GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g |                                                                                                                                | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> )<br>PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, koncentrat pomidorowy) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> )<br>ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g<br>MARCHEWKA BABY 120 g<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml                                                                                                                 | ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>PĄSZTET DROBIOWO-WIEPRZOWY 130g 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt<br>KIELKI 2 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g                      | JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )                      | Energia [kcal] 2 372,2<br>Białko ogółem [g] 83,2<br>Tłuszcz [g] 109,7<br>Węglowodany ogółem [g] 283,2<br>Sód [mg] 2 344,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,5 |
| 2025-04-26 sobota | Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl. | CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYNKA FAMILIJNA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt<br>POMIDOR 50 g<br>GRUSZKA 1 szt<br>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 JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> )<br>PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, koncentrat pomidorowy) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> )<br>ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g<br>SURÓWKA WIELOWARZYNOWA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> )<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml | CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>POŁEDWICA DROBIOWA* 80 g ( <b>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt<br>OGÓREK ZIELONY OBRANY TARTY 50 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt                                     | SOK POMIDOROWY 0,2l 200 g                                  | Energia [kcal] 2 521,7<br>Białko ogółem [g] 100,4<br>Tłuszcz [g] 99,7<br>Węglowodany ogółem [g] 321,5<br>Sód [mg] 3 846,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 42,6 |

|                         |                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                       |                                                                                                                                                         |
|-------------------------|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-04-27 niedziela    | Dieta podstawowa                | CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )<br>POMIDOR 50 g<br>LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt<br>POMARAŃCZA 1/2szt. 1 Por<br>KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml ( <b>MLEKO</b> )<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g                                           |                                                            | ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> )<br>KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> )<br>ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g<br>SURÓWKA Z SELERA I JABŁKA drobno tarta (seler, jabłko, maślanka, cukier) 120 g ( <b>MLEKO, SELER</b> )<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml                                                                  | CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYŃKOWA WIEPRZOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g                                                                                                               | CIASTO DROŻDŻOWE 80 g ( <b>GLUTEN</b> )                                                               | Energia [kcal] 2 554,2<br>Białko ogółem [g] 114,5<br>Tłuszcz [g] 87,1<br>Węglowodany ogółem [g] 343,6<br>Sód [mg] 3 221,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,7 |
|                         | Dieta lekkostrawna              | ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )<br>DŻEM OWOCOWY 1 szt<br>LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt<br>JABŁKO PARZONE 1 szt<br>KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml ( <b>MLEKO</b> )<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g                                        |                                                            | ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> )<br>KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 150 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g<br>BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, masło roślinne) 120 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml                                                                                        | ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>TWĄROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 60 g ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYŃKOWA WIEPRZOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>SAŁATA MIX 5 g<br>ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g                                      | CIASTO DROŻDŻOWE 80 g ( <b>GLUTEN</b> )                                                               | Energia [kcal] 2 318,8<br>Białko ogółem [g] 108,4<br>Tłuszcz [g] 90,1<br>Węglowodany ogółem [g] 283,6<br>Sód [mg] 2 068,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,4 |
|                         | Dieta z ogr. łatwo przysw. węg. | CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )<br>POMIDOR 50 g<br>LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt<br>POMARAŃCZA 1/2szt. 1 Por<br>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> )<br>KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> )<br>ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g<br>SURÓWKA Z SELERA I JABŁKA B/CUKRU drobno tarta (seler, jabłko, maślanka) 120 g ( <b>MLEKO, SELER</b> )<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml                                                                  | CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYŃKOWA WIEPRZOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt                                                                                                                                      | KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) | Energia [kcal] 2 244,5<br>Białko ogółem [g] 121,7<br>Tłuszcz [g] 97,1<br>Węglowodany ogółem [g] 244,8<br>Sód [mg] 2 991,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,4 |
| 2025-04-28 poniedziałek | Dieta podstawowa                | ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )<br>CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYŃKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> )<br>JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt ( <b>JAJA</b> )<br>SAŁATA MIX 10 g<br>RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt |                                                            | ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> )<br>WIEPRZOWINA PO MEKSYKAŃSKU (łopatka wp., fasola czerwona, kukurydza, papryka, cebula, koncentrat pomidorowy, skrobia, olej) 200 g ( <b>GORCZYCA</b> )<br>RYŻ PARABOLICZNY 200 g<br>SURÓWKA WIELOWARZYNNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> )<br>KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml | CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g ( <b>SOJA</b> )<br>SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g ( <b>MLEKO</b> )<br>POMIDOR 50 g<br>RUKOLA 2 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt | JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )                                                               | Energia [kcal] 2 676,7<br>Białko ogółem [g] 130,2<br>Tłuszcz [g] 86,7<br>Węglowodany ogółem [g] 365,4<br>Sód [mg] 3 512,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 43,5 |

|                         |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                         |                                                                                                                                                          |
|-------------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-04-28 poniedziałek | Dieta lekkostrawna               | ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )<br>ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> )<br>DŻEM OWOCOWY 1 szt<br>SAŁATA MIX 10 g<br>KIEŁKI 2 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g |                                                                                                                                      | ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> )<br>GULASZ WIEPRZOWY (MIĘSO W KOSTKE) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> )<br>RYŻ PARABOLICZNY 200 g<br>WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> )<br>KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml                                                     | ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g ( <b>SOJA</b> )<br>LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt<br>RUKOLA 2 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g                                                   | JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> ) | Energia [kcal] 2 217,5<br>Białko ogółem [g] 104,5<br>Tłuszcz [g] 88<br>Węglowodany ogółem [g] 261,1<br>Sód [mg] 2 239,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,4    |
|                         | Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl. | CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> )<br>JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt ( <b>JAJA</b> )<br>SAŁATA MIX 10 g<br>RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt                                                        | KANAPKA Z WEDLINĄ 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> )<br>WIEPRZOWINA PO MEKSYKAŃSKU (łopatka wp., fasola czerwona, kukurydza, papryka, cebula, koncentrat pomidorowy, skrobia, olej) 200 g ( <b>GORCZYCA</b> )<br>RYŻ PARABOLICZNY 200 g<br>SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> )<br>KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml | CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g ( <b>SOJA</b> )<br>SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tusty) 50 g ( <b>MLEKO</b> )<br>POMIDOR 50 g<br>RUKOLA 2 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt | JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> ) | Energia [kcal] 2 362,6<br>Białko ogółem [g] 121,1<br>Tłuszcz [g] 91<br>Węglowodany ogółem [g] 296,6<br>Sód [mg] 3 419,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 42,8    |
| 2025-04-29 wtorek       | Dieta podstawowa                 | ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JEĆZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jećzmiennie) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )<br>CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 100 g ( <b>MLEKO</b> )<br>OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g<br>SAŁATA MIX 10 g<br>ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g    |                                                                                                                                      | ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> )<br>KARCZEK PIECZONY W SOSIE WŁASNYM (karczek b/k wp., cebula, mąka pszenna, 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g<br>SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDĄ (ogórek kiszony, cebula, musztarda) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> )<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml                                            | CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SAŁAMI (kielbasa wp-wol., drobno rozdrobniona, dojrzewająca, wędziona, parzona) 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>SAŁATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g<br>ROSZPONKA 2 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g        | GRUSZKA 1 szt                           | Energia [kcal] 2 929,9<br>Białko ogółem [g] 107,3<br>Tłuszcz [g] 132,5<br>Węglowodany ogółem [g] 340,8<br>Sód [mg] 3 631,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,9 |
|                         | Dieta lekkostrawna               | ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JEĆZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jećzmiennie) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )<br>ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 100 g ( <b>MLEKO</b> )<br>MIÓD 1 szt<br>SAŁATA MIX 10 g<br>ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por<br>JABŁKO PARZONE 1 szt<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g   |                                                                                                                                      | ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> )<br>PIECZONY KOTLET DROBIOWY (mięso drobiowe mielone, jajka kl.M, przyprawy) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> )<br>ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g<br>MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml                                                                          | ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>PASZTET DROBIOWO-WIEPRZOWY 130g 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>SAŁATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g<br>ROSZPONKA 2 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g                                              | GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt       | Energia [kcal] 2 100,6<br>Białko ogółem [g] 84,3<br>Tłuszcz [g] 75,6<br>Węglowodany ogółem [g] 285,8<br>Sód [mg] 1 886,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,4   |

|                                 |                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                         |
|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-04-29 wtorek               | Dieta z ogr. łatwo przysw. węg. | CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 100 g ( <b>MLEKO</b> )<br>OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g<br>ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por<br>SALATA MIX 10 g<br>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> )<br>KARCZEK PIECZONY W SOSIE WŁASNYM (karczek b/k wp., cebula, mąka pszenna, 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g<br>SUROWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA (ogórek kiszony, cebula, musztarda) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> )<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml                                                                            | CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>PASZTET DROBIOWO-WIEPRZOWY 130g 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>SALATA LODOWA Z RUKOLĄ (salata lodowa, rukola) 10 g<br>ROSZPONKA 2 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt                                                                                                                               | GRUSZKA 1 szt                                                                                                                                       | Energia [kcal] 2 486,2<br>Białko ogółem [g] 92,2<br>Tłuszcz [g] 127,3<br>Węglowodany ogółem [g] 263,5<br>Sód [mg] 3 198,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,8 |
|                                 | Dieta podstawowa                | ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )<br>CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )<br>SŁUPKI WARZYYW (ogórek zielony, papryka, seler naciowy) obrany warzywa 50 g<br>ROSZPONKA 2 g<br>POMARAŃCZA 1 szt<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g | ZUPA ZALEWAJKA Z ZIEMIANKAMI (ziemniaki, barszcz biały, chrzan, mąka pszenna, mleko, cebula) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SO2</b> )<br>SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g ( <b>SOJA</b> )<br>SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> )<br>KASZA PECZAK 200 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>SUROWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> )<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml | CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 60 g ( <b>MLEKO</b> )<br>POLEDWICA MIODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt<br>OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> )<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g                                                                                    | SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Energia [kcal] 2 595<br>Białko ogółem [g] 111<br>Tłuszcz [g] 80,4<br>Węglowodany ogółem [g] 369,2<br>Sód [mg] 2 937,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,5 |                                                                                                                                                         |
|                                 | 2025-04-30 środa                | Dieta lekkostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )<br>ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )<br>MARMOLADA 100 g<br>ROSZPONKA 2 g<br>JABŁKO PARZONE 1 szt<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g                                                                                                                                                        | ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMIANKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> )<br>SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., przyprawy, olej) 100 g<br>SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> )<br>KASZA JĘCZMIENNA 200 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml                                                        | ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 60 g ( <b>MLEKO</b> )<br>POLEDWICA MIODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt<br>KIELKI 2 g<br>HERBATA 1SZT. 1 szt<br>CUKIER 10 g              | SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )                                                                                                       | Energia [kcal] 2 288,5<br>Białko ogółem [g] 101,1<br>Tłuszcz [g] 79,8<br>Węglowodany ogółem [g] 305,8<br>Sód [mg] 1 545,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 21   |
| Dieta z ogr. łatwo przysw. węg. |                                 | CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )<br>SŁUPKI WARZYYW (ogórek zielony, papryka, seler naciowy) obrany warzywa 50 g<br>ROSZPONKA 2 g<br>POMARAŃCZA 1 szt<br>HERBATA 1SZT. 1 szt                                                                                                        | KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | ZUPA ZALEWAJKA Z ZIEMIANKAMI (ziemniaki, barszcz biały, chrzan, mąka pszenna, mleko, cebula) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SO2</b> )<br>SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., przyprawy, olej) 100 g<br>SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> )<br>KASZA PECZAK 200 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>SUROWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> )<br>KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml | CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> )<br>MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> )<br>TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 60 g ( <b>MLEKO</b> )<br>POLEDWICA MIODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> )<br>OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> )<br>LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt<br>HERBATA 1SZT. 1 szt | SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )                                                                                          | Energia [kcal] 2 260,6<br>Białko ogółem [g] 124,5<br>Tłuszcz [g] 84,1<br>Węglowodany ogółem [g] 271,6<br>Sód [mg] 2 735,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,7 |