

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2024-10-21 poniedziałek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 50 g (MLEKO) SZYNKA DROBOWA* 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g SZCZYPIOREK 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 WIEPRZOWY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 250 g (GLUTEN) MAKARON PEŁNOZIARNISTY 200 g (GLUTEN, JAJA) SUROWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA (łopatka wp., marchew, pietruszka, zielona pietruszka, koncentrat pomidorowy) 100 g POMIDOR 50 g OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SEREK WIEJSKI 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 824.7 Białko ogółem [g] 180.8 Tłuszcz [g] 77.6 Węglowodany ogółem [g] 360.1 Sód [mg] 2 940.7 Błonnik pokarmowy [g] 30.6
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 100 g (MLEKO) SZYNKA DROBOWA* 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ WIEPRZOWY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 250 g (GLUTEN) MAKARON PENNE 200 g (GLUTEN) BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, masło roślinne) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA (łopatka wp., marchew, pietruszka, zielona pietruszka, koncentrat pomidorowy) 100 g LIŚĆ SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SEREK WIEJSKI 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 279.9 Białko ogółem [g] 172.2 Tłuszcz [g] 81.4 Węglowodany ogółem [g] 221.6 Sód [mg] 1 053.4 Błonnik pokarmowy [g] 15.9
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 50 g (MLEKO) SZYNKA DROBOWA* 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g SZCZYPIOREK 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK POMIDOROWY 0,2l 200 g	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, ogórki kiszzone, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA) GULASZ WIEPRZOWY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 250 g (GLUTEN) MAKARON PEŁNOZIARNISTY 200 g (GLUTEN, JAJA) SUROWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA (łopatka wp., marchew, pietruszka, zielona pietruszka, koncentrat pomidorowy) 100 g POMIDOR 50 g OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 212 Białko ogółem [g] 165.2 Tłuszcz [g] 68.4 Węglowodany ogółem [g] 251.3 Sód [mg] 2 724.2 Błonnik pokarmowy [g] 28
2024-10-22 wtorek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASZTET DROBOWY 100 g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 100 g SALATA MIX 10 g GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYZEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) LENIWE (kluski leniwe) 300 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 80 g PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g LIŚĆ SALATY 0.06 szt KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN)	Energia [kcal] 3 069.4 Białko ogółem [g] 114.4 Tłuszcz [g] 110.5 Węglowodany ogółem [g] 424.1 Sód [mg] 3 005 Błonnik pokarmowy [g] 33.3

2024-10-22 wtorek	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASZTET DROBIOWY 100 g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) SALATA MIX 10 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA POMIDOROWA Z RYZEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) LENIWE (kluski leniwe) 300 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 80 g LIŚĆ SALATY 0.06 szt ROSZPONKA 2 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 513.2 Białko ogółem [g] 96.2 Tłuszcz [g] 108.2 Węglowodany ogółem [g] 306.3 Sód [mg] 2 031.4 Błonnik pokarmowy [g] 19.2
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA KONSERWOWA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 100 g SALATA MIX 10 g GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt., masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z RYZEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET DROBIOWO-WIEPRZOWY W SOSIE WŁASNYM 100/100g (kurczak, łopatką wp. jajka, mąka pszenna, bułka tarta, włoszczyzna) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA (marchew, seler, olej) 120 g (SELER) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 80 g PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g LIŚĆ SALATY 0.06 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)
2024-10-23 środa	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYZOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY 80 g (MLEKO) SZYNKA CODZIENNA* 30 g POMIDOR 100 g SALATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA ZALEWAJKA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, barszcz biały, chrzan, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatką wp., przyprawy, olej) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KASZA JECZMIENNA 200 g (GLUTEN) FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 100 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI 100 g LIŚĆ SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	PALUSZKI Z SEZAMEM 70G 1 szt (GLUTEN, SEZAM)	Energia [kcal] 3 165.3 Białko ogółem [g] 170.7 Tłuszcz [g] 94.5 Węglowodany ogółem [g] 443.4 Sód [mg] 3 394.6 Błonnik pokarmowy [g] 52.4
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYZOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA CODZIENNA* 80 g DŻEM OWOCOWY 1 szt SALATA MIX 10 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatką wp., przyprawy, olej) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KASZA JECZMIENNA 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 100 g (MLEKO) LIŚĆ SALATY 0.06 szt JĄBLKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	PALUSZKI Z SEZAMEM 70G 1 szt (GLUTEN, SEZAM)	Energia [kcal] 2 185.4 Białko ogółem [g] 107.5 Tłuszcz [g] 84.2 Węglowodany ogółem [g] 266.9 Sód [mg] 2 213.4 Błonnik pokarmowy [g] 23.5

2024-10-23 środa	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY 80 g (MLEKO) POLEDWICA DRÓBIOWA* 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) POMIDOR 100 g SALATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	śliwka 100g 100 g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA (topatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KASZA JECZMIENNA 200 g (GLUTEN) FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 100 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI 100 g LIŚC SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 345.6 Białko ogółem [g] 144.5 Tłuszcz [g] 83.1 Węglowodany ogółem [g] 295.3 Sód [mg] 2 054.1 Błonnik pokarmowy [g] 48.4
	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) PLAT SZYŃKOWY 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE 1 szt (JAJA) SZCZYPIOREK 1 Por PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g śliwka 100g 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej, cukier) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYŃKA GOTOWANA* 80 g LIŚC SALATY 0.06 szt POMIDOR 50 g CUKIER 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 797.1 Białko ogółem [g] 139.8 Tłuszcz [g] 102.7 Węglowodany ogółem [g] 345.2 Sód [mg] 3 356.4 Błonnik pokarmowy [g] 33.1
	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) PASZTET DRÓBIOWY 100 g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt SALATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 150 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, masło) 120 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 130 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYŃKA GOTOWANA* 80 g KIELKI 2 g LIŚC SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SEREK WIEJSKI 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 628.3 Białko ogółem [g] 126.4 Tłuszcz [g] 122.1 Węglowodany ogółem [g] 277.5 Sód [mg] 2 644.2 Błonnik pokarmowy [g] 31.8
2024-10-24 czwartek	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PLAT SZYŃKOWY 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE 1 szt (JAJA) SZCZYPIOREK 1 Por PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ B/CUKRU (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYŃKA GOTOWANA* 80 g POMIDOR 50 g LIŚC SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 162.9 Białko ogółem [g] 126.7 Tłuszcz [g] 99.3 Węglowodany ogółem [g] 213.9 Sód [mg] 2 825.1 Błonnik pokarmowy [g] 27.5
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY 80 g (MLEKO) POLEDWICA DRÓBIOWA* 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) POMIDOR 100 g SALATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA (topatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KASZA JECZMIENNA 200 g (GLUTEN) FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 100 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI 100 g LIŚC SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 345.6 Białko ogółem [g] 144.5 Tłuszcz [g] 83.1 Węglowodany ogółem [g] 295.3 Sód [mg] 2 054.1 Błonnik pokarmowy [g] 48.4

2024-10-25 piątek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z RYZEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z TUNCYKIEM (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO) SAŁATKA Z OGÓRKA KISZONEGO I PAPRYKI (ogórek kiszony, papryka konserwowa) 50 g (GORCZYCA) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g POMARAŃCZA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA FASOLKOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (filet rybny, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA) SAŁATA MIX 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 685.7 Białko ogółem [g] 117.8 Tłuszcz [g] 87.5 Węglowodany ogółem [g] 379.6 Sód [mg] 2 559.9 Błonnik pokarmowy [g] 39.3
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z RYZEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z TUNCYKIEM (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JECZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (filet rybny, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA) SAŁATA MIX 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 223.9 Białko ogółem [g] 97.9 Tłuszcz [g] 104.6 Węglowodany ogółem [g] 239.9 Sód [mg] 967.1 Błonnik pokarmowy [g] 19.3
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z TUNCYKIEM (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g SAŁATKA Z OGÓRKA KISZONEGO I PAPRYKI (ogórek kiszony, papryka konserwowa) 50 g (GORCZYCA) POMARAŃCZA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały 30g, chleb graham 30g, masło10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO)	ZUPA FASOLKOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (filet rybny, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA) SAŁATA MIX 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)
2024-10-26 sobota	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASZTET DROBIOWY 100 g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA (topatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, ziola) 100 ml (GLUTEN) KASZA GRYCZANA 200 g SURÓWKA Z DWÓCH KAPUST (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, musztarda, olej, cukier) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA FILET Z INDYKA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JABŁKO 1 szt OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 100 g SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN)	Energia [kcal] 3 140.2 Białko ogółem [g] 129.5 Tłuszcz [g] 113.2 Węglowodany ogółem [g] 423.4 Sód [mg] 3 218.6 Błonnik pokarmowy [g] 39.3

2024-10-26 sobota	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA CODZIENNA* 80 g SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA (topatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, ziola) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA FILET Z INDYKA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA LODOWA 10 g JABŁKO PARZONE 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 079.5 Białko ogółem [g] 98.2 Tłuszcz [g] 76.7 Węglowodany ogółem [g] 264.6 Sód [mg] 2 027.8 Błonnik pokarmowy [g] 20.7
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA CODZIENNA* 80 g POMIDOR 50 g SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	KANAPKA Z WĘDLINA DROBIOWA (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, mix 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA)	ZUPA BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA (topatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, ziola) 100 ml (GLUTEN) KASZA GRYCZANA 200 g SURÓWKA Z DWÓCH KAPUST B/CUKRU (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, musztarda, olej) 120 g (GORCZYCA)	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA FILET Z INDYKA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 100 g SAŁATA LODOWA 10 g JABŁKO 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)
2024-10-27 niedziela	Dieta podstawowa	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE 1 szt (JAJA) SZYNKA WIEJSKA 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g LIŚC SAŁATY 0.06 szt RUKOLA 2 g GRUSZKA 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA (buraki, olej, cukier) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały, koperek) 50 g (MLEKO) SZYNKA CODZIENNA* 50 g POMIDOR 50 g SAŁATA MIX 5 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SOK POMIDOROWY 0,2l 200 g	Energia [kcal] 2 518.6 Białko ogółem [g] 121.4 Tłuszcz [g] 85.8 Węglowodany ogółem [g] 338.1 Sód [mg] 3 073.4 Błonnik pokarmowy [g] 37.7
	Dieta lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA WIEJSKA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) DŻEM OWOCOWY 1 szt LIŚC SAŁATY 0.06 szt RUKOLA 2 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO)	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 150 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, masło roślinne) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały, koperek) 50 g (MLEKO) SZYNKA CODZIENNA* 50 g SAŁATA MIX 5 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SOK POMIDOROWY 0,2l 200 g	Energia [kcal] 2 180.4 Białko ogółem [g] 103.2 Tłuszcz [g] 92.3 Węglowodany ogółem [g] 254.2 Sód [mg] 2 396.5 Błonnik pokarmowy [g] 25.3
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE 1 szt (JAJA) SZYNKA WIEJSKA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g RUKOLA 2 g LIŚC SAŁATY 0.06 szt GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt (MLEKO)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, olej) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały, koperek) 50 g (MLEKO) SZYNKA CODZIENNA* 50 g POMIDOR 50 g SAŁATA MIX 5 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK POMIDOROWY 0,2l 200 g

2024-10-28 poniedziałek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKA OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SALAMI 50 g (SOJA) SER ŻÓŁTY 30 g (MLEKO) POMIDOR 50 g SALATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SOS BOŁOŃSKI Z WARZYWAMI (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 200 g (GLUTEN) MAKARON ŚWIDERKI 200 g (GLUTEN) SUROWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej, cukier) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA KRÓLEWSKA DROBIOWA 50 g JAJKO GOTOWANE 1 szt (JAJA) ŚLUPKI WARZYW (papryka, ogórek zielony, marchew) 100 g LIŚĆ SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	WAFELEK KAKAOWY 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 935.2 Białko ogółem [g] 121.8 Tłuszcz [g] 120.2 Węglowodany ogółem [g] 359.7 Sód [mg] 3 082.3 Błonnik pokarmowy [g] 34.8
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKA OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA DELIKATESOWA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SALATA MIX 5 g ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ MIĘSNO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 250 g (GLUTEN, SELER) MAKARON ŚWIDERKI 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA KRÓLEWSKA DROBIOWA 100 g LIŚĆ SALATY 0.06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	WAFELEK KAKAOWY 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 131.5 Białko ogółem [g] 99.2 Tłuszcz [g] 91.7 Węglowodany ogółem [g] 242.5 Sód [mg] 1 819.2 Błonnik pokarmowy [g] 21.6
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA DELIKATESOWA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER ŻÓŁTY 30 g (MLEKO) POMIDOR 50 g SALATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SOS BOŁOŃSKI Z WARZYWAMI (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 200 g (GLUTEN) MAKARON ŚWIDERKI 200 g (GLUTEN) SUROWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ B/CUKRU (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA KRÓLEWSKA DROBIOWA 50 g JAJKO GOTOWANE 1 szt (JAJA) ŚLUPKI WARZYW (papryka, ogórek zielony, marchew) 100 g LIŚĆ SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)
2024-10-29 wtorek	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 FILET Z INDYKA 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TOPIONY 0.5 szt (MLEKO) PAPRYKA KONSERWOWA 50 g (GORCZYCA) SALATA LODOWA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WIEPRZOWY (łopatka wp., angieltka, jajka) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, MLEKO) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SUROWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA GOTOWANA* 50 g SER BIAŁY KRAJANKA 50 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 637.4 Białko ogółem [g] 114.4 Tłuszcz [g] 85.8 Węglowodany ogółem [g] 364.3 Sód [mg] 3 545.6 Błonnik pokarmowy [g] 30.8

2024-10-29 wtorek	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZA MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA FILET Z INDYKA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) DŻEM OWOCOWY 1 szt SAŁATA LODOWA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BROKUŁOWA Z MAKARONEM (brokuł, makaron, marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WIEPRZOWY (łopatka wp., angielka, jajka) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, MLEKO) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA GOTOWANA* 80 g SER BIAŁY KRAJANKA 50 g (MLEKO) LIŚĆ SAŁATY 0.06 szt RUKOLA 2 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 093.6 Białko ogółem [g] 98.4 Tłuszcz [g] 79.6 Węglowodany ogółem [g] 254.4 Sód [mg] 2 394.4 Błonnik pokarmowy [g] 18.6
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA FILET Z INDYKA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TOPIONY 0.5 szt (MLEKO) PAPRYKA KONSERWOWA 50 g (GORCZYCA) SAŁATA LODOWA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	GRUSZKA 1 szt	ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WIEPRZOWY (łopatka wp., angielka, jajka) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, MLEKO) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA GOTOWANA* 80 g SER BIAŁY KRAJANKA 50 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g LIŚĆ SAŁATY 0.06 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)
2024-10-30 środa	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA CŃDZIENNA* 50 g SER ŻÓŁTY 30 g (MLEKO) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka) 50 g OGÓREK ZIELONY TALARKI 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA COLESŁAW (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 120 g (JAJA, MLEKO) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały, jogurt naturalny, zioła) 120 g (MLEKO) SAŁATA MIX 5 g RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	WAFELEK KAKAOWY 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 703.4 Białko ogółem [g] 134.1 Tłuszcz [g] 96.5 Węglowodany ogółem [g] 346.4 Sód [mg] 2 533.2 Błonnik pokarmowy [g] 34
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA CŃDZIENNA* 80 g LIŚĆ SAŁATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 150 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIANKI 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 (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały, jogurt naturalny, zioła) 120 g (MLEKO) ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por SAŁATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	WAFELEK KAKAOWY 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 101.6 Białko ogółem [g] 110.6 Tłuszcz [g] 88.9 Węglowodany ogółem [g] 229.7 Sód [mg] 1 412.2 Błonnik pokarmowy [g] 17.5

2024-10-30 środa	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA CODZIENNA* 50 g SER ŻÓŁTY 30 g (MLEKO) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka) 50 g OGÓREK ZIELONY TALARKI 50 g LIŚC SAŁATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt (MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA COLESŁAW B/CIUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan) 120 g (JAJA, MLEKO) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 120 g (MLEKO) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKA 50 g SAŁATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 262.6 Białko ogółem [g] 146.1 Tłuszcz [g] 95.3 Węglowodany ogółem [g] 232.6 Sód [mg] 2 001.5 Błonnik pokarmowy [g] 29.3
	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA 50 g (SOJA) PASZTET DROBIOWY 50 g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI (buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola Jaś, marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIEROGI Z KAPUŚTA I PIECZARKAMI 8 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) SURÓWKA Z MARCHEWKI drobotarta (marchew, olej, cukier, sok z cytryny) 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA FAMILIJNA* 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SLUPKI WARZYW (marchew, seler, ogórek zielony) 50 g LIŚC SAŁATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 732.5 Białko ogółem [g] 100.3 Tłuszcz [g] 88.9 Węglowodany ogółem [g] 399.2 Sód [mg] 3 960.2 Błonnik pokarmowy [g] 31.4	
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA 50 g (SOJA) PASZTET DROBIOWY 50 g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) KIEŁKI 2 g SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA ZIEMIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZYNKA DUSZONA W SOSIE (szynka wp., marchew, mąka pszenna) 100 g (GLUTEN, SOJA) RYŻ PARABOLICZNY 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA FAMILIJNA* 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) DŻEM OWOCOWY 1 szt LIŚC SAŁATY 0.06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 487.6 Białko ogółem [g] 99.7 Tłuszcz [g] 121.5 Węglowodany ogółem [g] 263.5 Sód [mg] 2 629.9 Błonnik pokarmowy [g] 17.7	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA 50 g (SOJA) SZYNKA STAROPOLSKA* 50 g (SOJA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt	POMARAŃCZA 1 szt	ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI (buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola Jaś, marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIEROGI Z KAPUŚTA I PIECZARKAMI 8 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) SURÓWKA Z MARCHEWKI b/c drobotarta (marchew, olej, sok z cytryny) 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB RAZOWY 120 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA FAMILIJNA* 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SLUPKI WARZYW (marchew, seler, ogórek zielony) 50 g LIŚC SAŁATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 135 Białko ogółem [g] 85.2 Tłuszcz [g] 77.4 Węglowodany ogółem [g] 300.3 Sód [mg] 3 582.3 Błonnik pokarmowy [g] 31.7