

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2024-09-23 poniedziałek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I 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 CUKIER 10 g		ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, ogórki kiszane, 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 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 CUKIER 10 g	SEREK WIEJSKI 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 799.7 Białko ogółem [g] 176.6 Tłuszcz [g] 76.7 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] 2 254.9 Białko ogółem [g] 168 Tłuszcz [g] 80.6 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 kiszane, 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] 2 187 Białko ogółem [g] 161 Tłuszcz [g] 67.5 Węglowodany ogółem [g] 251.3 Sód [mg] 2 724.2 Błonnik pokarmowy [g] 28
2024-09-24 wtorek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I RAZOWY 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) PULPET DROBOWO-WIEPRZOWY W SOSIE WŁASNYM 100/100g (kurczak, łopatka wp. jajka, mąka pszenna, bułka tarta, włoszczyzna) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SUROWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA (marchew, seler, olej) 120 g (SELER) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I RAZOWY 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	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 849.4 Białko ogółem [g] 118.9 Tłuszcz [g] 97.4 Węglowodany ogółem [g] 399.6 Sód [mg] 3 142.7 Błonnik pokarmowy [g] 41.5

2024-09-24 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) PULPET DROBIOWO-WIEPRZOWY W SOSIE WŁASNYM 100/100g (kurczak, łopatka wp. jajka, mąka pszenna, bułka tarta, włoszczyzna) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMNIĄKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (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	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 251.7 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 90.6 Węglowodany ogółem [g] 277.2 Sód [mg] 2 050.2 Błonnik pokarmowy [g] 25.4
	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, łopatka wp. jajka, mąka pszenna, bułka tarta, włoszczyzna) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMNIĄKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA (marchew, seler, olej) 120 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (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)
2024-09-25 środa	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYZOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I RAZOWY 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 ZIEMNIĄKAMI (ziemniaki, barszcz biały, chrzan, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka 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 RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) POMIDOROWY TWAROŻEK (ser biały, passata pomidorowa) 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] 2 689.8 Białko ogółem [g] 142.2 Tłuszcz [g] 92.1 Węglowodany ogółem [g] 341.5 Sód [mg] 3 030.1 Błonnik pokarmowy [g] 33.6
	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 ZIEMNIĄKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka 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) POMIDOROWY TWAROŻEK (ser biały, passata pomidorowa) 100 g (MLEKO) LIŚĆ SALATY 0.06 szt JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	PALUSZKI Z SEZAMEM 70G 1 szt (GLUTEN, SEZAM)	Energia [kcal] 2 085.8 Białko ogółem [g] 106.3 Tłuszcz [g] 83.7 Węglowodany ogółem [g] 242.9 Sód [mg] 1 867.6 Błonnik pokarmowy [g] 21.8

2024-09-25 środa	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY 80 g (MLEKO) POLEDWICA DROBIOWA* 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) POMIDOR 100 g SALATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	śliwki 2 szt. 2 szt	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka 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 GÓTOWANA 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) POMIDORÓWY TWAROŻEK (ser biały, passata pomidorowa) 100 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI 100 g LIŚĆ SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 997.1 Białko ogółem [g] 118.4 Tłuszcz [g] 81.5 Węglowodany ogółem [g] 223.3 Sód [mg] 2 040.4 Błonnik pokarmowy [g] 32.4
2024-09-26 czwartek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA FAMILIJNA* 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE 1 szt (JAJA) SZCZYPIOREK 1 Por PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g śliwki 2 szt. 2 szt 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 MIZERIA (ogórek zielony, maślanka) 120 g (MLEKO) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA GOTOWANA* 80 g LIŚĆ SALATY 0.06 szt POMIDOR 50 g CUKIER 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 758 Białko ogółem [g] 139.9 Tłuszcz [g] 99.2 Węglowodany ogółem [g] 340.8 Sód [mg] 3 315.3 Błonnik pokarmowy [g] 30	
	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 DROBIOWY 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) SZYNKA GOTOWANA* 80 g KIELKI 2 g LIŚĆ 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	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA FAMILIJNA* 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 MIZERIA (ogórek zielony, maślanka) 120 g (MLEKO) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA GOTOWANA* 80 g POMIDOR 50 g LIŚĆ SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 120.1 Białko ogółem [g] 126.6 Tłuszcz [g] 95.8 Węglowodany ogółem [g] 208.3 Sód [mg] 2 783.2 Błonnik pokarmowy [g] 23.7

2024-09-27 piątek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z RYZEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASTA RYBNO-SEROWA (ryba, 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, jablko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPORKIEM (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] 2 641 Białko ogółem [g] 117.7 Tłuszcz [g] 82.5 Węglowodany ogółem [g] 379.4 Sód [mg] 2 535.2 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) PASTA RYBNO-SEROWA (ryba, 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 JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPORKIEM (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] 2 139.1 Białko ogółem [g] 97.6 Tłuszcz [g] 96 Węglowodany ogółem [g] 237.9 Sód [mg] 938.7 Błonnik pokarmowy [g] 19.2
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASTA RYBNO-SEROWA (ryba, 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, jablko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA) SAŁATA MIX 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)
2024-09-28 sobota	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I RAZOWY 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 JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I RAZOWY 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	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 3 055.5 Białko ogółem [g] 138 Tłuszcz [g] 113.1 Węglowodany ogółem [g] 395 Sód [mg] 3 273.1 Błonnik pokarmowy [g] 38.4

2024-09-28 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	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 994.8 Białko ogółem [g] 106.6 Tłuszcz [g] 76.5 Węglowodany ogółem [g] 236.2 Sód [mg] 2 082.3 Błonnik pokarmowy [g] 19.9
	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)
2024-09-29 niedziela	Dieta podstawowa	CHLEB BIAŁY I RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE 1 szt (JAJA) BALERON DROBIOWY 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g LIŚĆ 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 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 CUKIER 10 g	SOK POMIDOROWY 0,2l 200 g	Energia [kcal] 2 468.1 Białko ogółem [g] 120.3 Tłuszcz [g] 80.7 Węglowodany ogółem [g] 337.8 Sód [mg] 2 929.4 Błonnik pokarmowy [g] 37.6
	Dieta lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) BALERON DROBIOWY 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) DŻEM OWOCOWY 1 szt LIŚĆ 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] 2 105.9 Białko ogółem [g] 101.2 Tłuszcz [g] 86.1 Węglowodany ogółem [g] 251.2 Sód [mg] 2 159.8 Błonnik pokarmowy [g] 25.2
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE 1 szt (JAJA) BALERON DROBIOWY 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g RUKOLA 2 g LIŚĆ 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

2024-09-30 poniedziałek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKA OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I 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 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 RAZOWY 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA KRÓLEWSKA DROBIOWA 50 g JAJKO GOTOWANE 1 szt (JAJA) SŁUPKI 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] 2 840 Białko ogółem [g] 124.1 Tłuszcz [g] 109.1 Węglowodany ogółem [g] 359.4 Sód [mg] 2 913.4 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) SŁUPKI WARZYW (papryka, ogórek zielony, marchew) 100 g LIŚĆ SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)