

Dzień 1 PIĄTEK 04.10.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser żółty 40g (7) pomidor 30g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser żółty 40g (7) pomidor 30g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser żółty 40g (7) pomidor 30g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser żółty 40g (7) pomidor 30g sałata 10g
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Jarzynowa (1,3,9) 350 ml Gzika z warzywami 150g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Jarzynowa (1,3,9) 350 ml Gzika z warzywami 150g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Jarzynowa (1,3,9) 350 ml Gzika z warzywami 150g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Jarzynowa (1,3,9) 350 ml Gzika z warzywami 150g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Budyń śmietankowy 200 ml (7)	Budyń śmietankowy 200 ml (7)	Budyń śmietankowy 200 ml (7)	Budyń śmietankowy 200 ml (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek zielony 40g pasta rybna 60g (4) serek topiony 40g (7) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g pasta rybna 60g (4) serek topiony 40g (7) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g pasta rybna 60g (4) serek topiony 40g (7) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek zielony 40g pasta rybna 60g (4) serek topiony 40g (7) herbata 200ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), ser żółty 30g (7)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk  
mgr Damian Białek

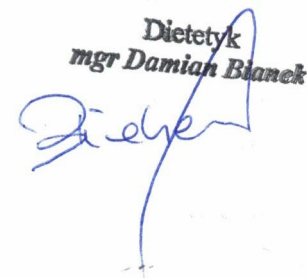


Dzień 2 SOBOTA 05.10.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g twaróg biały z zieleniną (7) 40g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g twaróg biały z zieleniną (7) 40g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g twaróg biały z zieleniną (7) 40g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g twaróg biały z zieleniną (7) 40g pomidor 40g sałata 10g
II Śniadanie	Jogurt owocowy 1 szt. (7)	Jogurt owocowy 1 szt. (7)	Jogurt owocowy 1 szt. (7)	Jogurt owocowy 1 szt. (7)
Obiad	Krupnik ryżowy (1,7,9) 350ml Kotlet z piersi kurczaka smażony 100g (1,3) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty kwaszonej 100g Kompot 200 ml	Krupnik ryżowy (1,7,9) 350ml filet z kurczaka gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g sos śmietankowy lekki 80 ml (1,7) brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml	Krupnik ryżowy (1,7,9) 350ml filet z kurczaka gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g sos śmietankowy lekki 80 ml (1,7) brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml	Krupnik ryżowy (1,7,9) 350ml filet z kurczaka gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g sos śmietankowy lekki 80ml (1,7) brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta drobiowa (7) 40g wędlna wieprzowa 40 g ogórek kiszony 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta drobiowa (7) 40g wędlna wieprzowa 40 g pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta drobiowa (7) 40g wędlna wieprzowa 40 g pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta drobiowa (7) 40g wędlna wieprzowa 40 g ogórek kiszony 40g herbata 200 ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), twarózek 25g (7)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk  
mgr Damian Białek

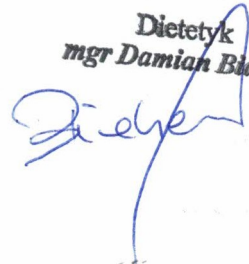


Dzień 3 NIEDZIELA 06.10.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 40g (7) pasztet wieprzowy 40g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 40g (7) pasztet wieprzowy 40g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 40g (7) pasztet wieprzowy 40g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 40g (7) pasztet wieprzowy 40g pomidor 40g sałata 10g
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Rosół z makaronem (1,3,6,7,9) 350ml Udko z kurczaka pieczone 100g ziemniaki gotowane 200g fasolka gotowana (6) Kompot 200 ml	Rosół z makaronem (1,3,6,7,9) 350ml Udko z kurczaka gotowane 100g ryż gotowany 200g (1) sos potrawkowy 80 ml (1,3,7) warzywa na parze 100g Kompot 200 ml	Rosół z makaronem (1,3,6,7,9) 350ml Udko z kurczaka gotowane 100g ryż gotowany 200g (1) sos potrawkowy 80 ml (1,3,7) warzywa na parze 100g Kompot 200 ml	Rosół z makaronem (1,3,6,7,9) 350ml Udko z kurczaka gotowane 100g ryż gotowany 200g (1) sos potrawkowy 80 ml (1,3,7) warzywa na parze 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Kaszka manna z sokiem owocowym 200 ml (1,7)	Kaszka manna z sokiem owocowym 200 ml (1,7)	Kaszka manna z sokiem owocowym 200 ml (1,7)	Kaszka manna z sokiem owocowym 200 ml (1,7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g sałatka jarzynowa 80g (3,7,9) wędlina wieprzowa 40g papryka konserwowa 30g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta warzywna 50g wędlina wieprzowa 40g pomidor 30g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta warzywna 50g wędlina wieprzowa 40g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g sałatka jarzynowa 80g (3,7,9) wędlina wieprzowa 40g papryka konserwowa 30g herbata 200ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), wędlina 25g

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk  
mgr Damian Biemek



Dzień 4 PONIEDZIAŁEK 07.10.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 30g (7) wędlina drobiowa 40g sałata 10g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 30g (7) wędlina drobiowa 40g sałata 10g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 30g (7) wędlina drobiowa 40g sałata 10g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 30g (7) wędlina drobiowa 40g sałata 10g pomidor 40g
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Ogórkowa (1,7) 350ml Kiełbasa z rusztu 100g ziemniaki gotowane 200g kapusta gotowana 100g Kompot 200 ml	Ogórkowa (1,7) 350ml Parówka gotowana 100g ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy 80 ml (1,7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Ogórkowa (1,7) 350ml Parówka gotowana 100g ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy 80 ml (1,7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Ogórkowa (1,7) 350ml Parówka gotowana 100g ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy 80 ml (1,7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Ryż na mleku z sokiem 200 ml (1,7)	Ryż na mleku z sokiem 200 ml (1,7)	Ryż na mleku z sokiem 200 ml (1,7)	Ryż na mleku z sokiem 200 ml (1,7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały z zieleniną (7) 50g pomidor 50g jajko gotowane 1 szt. (3) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały z zieleniną (7) 50g pomidor 50g jajko gotowane 1 szt. (3) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały z zieleniną (7) 50g pomidor 50g jajko gotowane 1 szt. (3) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały z zieleniną (7) 50g pomidor 50g jajko gotowane 1 szt. (3) herbata 200ml
Posiłek nocny				masło 10g(7), ser topiony 1 plaster(7), Chleb pełnoziarnisty 50g (1)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Alergeny: gluten, mleko, seler, jaja

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk  
mgr Damian Blaneł



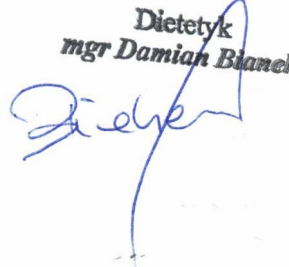
Dzień 5 WTOREK 08.10.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty (7) 40g pomidor 50g dżem 1 szt. sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty (7) 40g pomidor 50g dżem 1 szt. sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty (7) 40g pomidor 50g dżem 1 szt. sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty (7) 40g pomidor 50g dżem 1 szt. sałata 10g
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Kalafiorowa (1,3,6,9) 350ml Bitki wieprzowe 100g ziemniaki gotowane 200g buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Kalafiorowa (1,3,6,9) 350ml Gulasz drobiowy gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Kalafiorowa (1,3,6,9) 350ml Gulasz drobiowy gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Kalafiorowa (1,3,6,9) 350ml Gulasz drobiowy gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g Galantyna drobiowa 70g ogórek zielony 30 g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g Galantyna drobiowa 70g pomidor 60g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g Galantyna drobiowa 70g pomidor 60g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g Galantyna drobiowa 70g pomidor 60g herbata 200ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), wędlina 25g

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzechy ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Alergeny: gluten, mleko, seler, jaja

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk  
mgr Damian Białek



Dzień 6 ŚRODA 09.10.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g sałata 10g
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Barszcz ukraiński (1,3,7,9)350ml Pierogi ruskie gotowane 200g – 6 szt. (1,3,7) cebulka smażona 50g Kompot 200 ml	Barszcz ukraiński (1,3,7,9) 350ml Potrawka z kurczaka 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Barszcz ukraiński(1,3,7,9)350ml Potrawka z kurczaka 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Barszcz ukraiński (1,3,7,9)350ml Potrawka z kurczaka 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (3) 50g dżem 40g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (3) 50g dżem 40g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (3) 50g g dżem 40g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (3) 50g pomidor 50g herbata 200ml
Posiłek nocny				masło 10g(7), ser żółty 1 plaster(7), Chleb pełnoziarnisty 50g (1)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk  
mgr Damian Białek

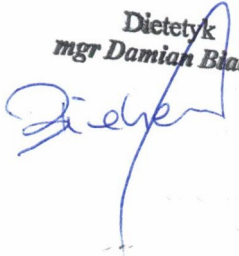


Dzień 7 CZWARTEK 10.10.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g pasta twarogowo -buraczkowa 40g (7) ogórek kiszony 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g pasta twarogowo-buraczkowa 40g (7) pomidor 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g pasta twarogowo-buraczkowa 40g (7) pomidor 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g pasta twarogowo-buraczkowa 40g (7) ogórek kiszony 30g
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Zupa koperkowa (1,7,9) 350 ml Gołąbki wieprzowe 100g sos pomidorowy 80 ml (1,7) ziemniaki gotowane 200g ogórek kiszony 100g kompot 200 ml	Zupa koperkowa (1,7,9) 350 ml Gołąbki wieprzowe 100g sos pomidorowy 80 ml (1,7) ziemniaki gotowane 200g brokuł gotowany 100g kompot 200 ml	Zupa koperkowa (1,7,9) 350 ml Gołąbki wieprzowe 100g sos pomidorowy 80 ml (1,7) ziemniaki gotowane 200g brokuł gotowany 100g kompot 200 ml	Zupa koperkowa (1,7,9) 350 ml Gołąbki wieprzowe 100g sos pomidorowy 80 ml (1,7) ziemniaki gotowane 200g brokuł gotowany 100g kompot 200 ml
Podwieczorek	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) wędlna wieprzowa 40g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) wędlna wieprzowa 40g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) wędlna wieprzowa 40g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) wędlna wieprzowa 40g pomidor 60g herbata 200 ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło (7) 10g , ser żółty 25g (7)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk  
mgr Damian Białek



Dzień 8 PIĄTEK 11.10.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta z sera i suszonych pomidorów 30g (7) serek smażony 40g (7) ogórek zielony 30 g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta z sera i suszonych pomidorów 30g (7) serek smażony 40g (7) pomidor 30g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta z sera i suszonych pomidorów 30g (7) serek smażony 40g (7) pomidor 30g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta z sera i suszonych pomidorów 30g (7) serek smażony 40g (7) ogórek zielony 30 g sałata 10g
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Krupnik (1,3,7,9) 350 ml Filet rybny smażony 100g (1,3,4,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z marchwi i jabłka 100g Kompot 200 ml	Krupnik (1,3,7,9) 350 ml Filet rybny gotowany 100g (4) ziemniaki gotowane 200g bukiet warzyw na parze 100g Kompot 200 ml	Krupnik (1,3,7,9) 350 ml Filet rybny gotowany 100g (4) ziemniaki gotowane 200g bukiet warzyw na parze 100g Kompot 200 ml	Krupnik (1,3,7,9) 350 ml Filet rybny gotowany 100g (4) ziemniaki gotowane 200g bukiet warzyw na parze 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Budyń śmietankowy 200 ml (7)	Budyń śmietankowy 200 ml (7)	Budyń śmietankowy 200 ml (7)	Budyń śmietankowy 200 ml (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 50g (3) ser topiony 30g (7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 50g (3) ser topiony 30g (7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 50g (3) ser topiony 30g (7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 50g (3) ser topiony 30g (7) pomidor 40g herbata 200 ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło (7) 10g , szynka drobiowa 25g

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk  
mgr Damian Białek






Dzień 9 SOBOTA 12.10.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlina wieprzowa 40g parówka gotowana 1 szt. pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlina wieprzowa 40g parówka gotowana 1 szt. pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlina wieprzowa 40g parówka gotowana 1 szt. pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlina wieprzowa 40g parówka gotowana 1 szt. pomidor 30 g
II Śniadanie	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Obiad	Krem z białych warzyw (7,9) 350ml Bigos wieprzowy 150g (6) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350ml schab gotowany 100g sos musztardowy (1,7,10) 80ml ziemniaki gotowane 200g buraczki gotowane 100g kompot 200ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350ml schab gotowany 100g sos musztardowy (1,7,10) 80ml ziemniaki gotowane 200g buraczki gotowane 100g kompot 200ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350ml schab gotowany 100g sos musztardowy (1,7,10) 80ml ziemniaki gotowane 200g buraczki gotowane 100g kompot 200ml
Podwieczorek	Placek drożdżowy 1 szt. (1,3,7)	Placek drożdżowy 1 szt. (1,3,7)	Ryż z jabłkiem 100g (1,7)	Ryż z jabłkiem 100g (1,7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 40 g (7) galantyna ze szpinakiem 40g ogórek 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 40 g (7) galantyna ze szpinakiem 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 40 g (7) galantyna ze szpinakiem 40g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 40 g (7) galantyna ze szpinakiem 40g ogórek 60g herbata 200 ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło (7) 10g , ser żółty 25g(7)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk  
mgr Damian Białek




Dzień 10 NIEDZIELA 13.10.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g sałatka ryżowa 70g (1,3,7) wędlina wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g sałatka ryżowa 70g (1,3,7) wędlina wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g sałatka ryżowa 70g (1,3,7) wędlina wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g sałatka ryżowa 70g (1,3,7) wędlina wieprzowa 40g
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Pomidorowa ( 1,3,9) 350ml Kotlet schabowy smażony 100g (1,3) ziemniaki gotowane 200g kapusta czerwona zasmażana 100g kompot 200ml	Pomidorowa ( 1,3,9) 350ml Pulpet gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g sos śmietankowy lekki 80 ml (1,7) kalafior gotowany 100g kompot 200ml	Pomidorowa ( 1,3,9) 350ml Pulpet gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g sos śmietankowy lekki 80 ml (1,7) kalafior gotowany 100g kompot 200ml	Pomidorowa ( 1,3,9) 350ml Pulpet gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g sos śmietankowy lekki 80 ml (1,7) kalafior gotowany 100g kompot 200ml
Podwieczorek	Pieczone jabłko 1 szt.	Pieczone jabłko 1 szt.	Pieczone jabłko 1 szt.	Pieczone jabłko 1 szt.
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta wieprzowa 40g ser topiony 50g (7) papryka 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta wieprzowa 40g ser topiony 50g (7) pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta wieprzowa 40g ser topiony 50g (7) pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta wieprzowa 40g ser topiony 50g (7) papryka 60g herbata 200 ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło (7) 10g, szynka drobiowa 25g

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk  
mgr Damian Błanek



## Zestawienie składników odżywczych DIETA PODSTAWOWA

Składniki	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7	Dzień 8	Dzień 9	Dzień 10
Energia (kcal)	2276	2386	2447	2582	2402	2485	2362	2315	2481	2596
Białko (g)	120.41	125.84	122.37	130.34	120.82	125.17	133.67	99.48	113.11	89.15
Błonnik pokarmowy (g)	35.71	43.53	41.05	41.75	40.25	45.88	46.83	44.42	45.11	45.17
Sól (g)	4.81	4.09	4.04	4.98	4.91	4.32	4.2	4.02	4.51	4.41
Tłuszcze (g)	63.83	69.56	69.92	78.86	68.87	87.74	51.57	79.4	66.8	83.14
Węglowodany (g)	322.82	345.88	347.36	353.5	342.91	337.92	363.92	321.79	387.58	394.1
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	31.4	35.35	28.91	32.06	30.52	37.72	24.37	30.21	32.5	38.94
Cukry (g)	54.76	65.96	90.47	92.96	66.02	76.68	92.75	65.67	71.8	85.73

## Zestawienie składników odżywczych DIETA LEKKOSTRAWNA

Składniki	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7	Dzień 8	Dzień 9	Dzień 10
Energia (kcal)	2376	2178	2466	2264	2472	2396	2345	2160	2360	2428
Białko (g)	110.13	119.86	103.29	104.42	123.78	121.72	102.02	96.05	114.59	111.84
Błonnik pokarmowy (g)	25.41	32.45	28.51	28.84	37.29	36.55	28.29	28.69	32.66	31.9
Sól (g)	4.75	4.57	4.24	4.61	4.54	4.06	4.38	4.14	4.01	4.89
Tłuszcze (g)	72.81	46.7	73.49	66.33	70.45	53.86	57.38	55.93	68.79	67.29
Węglowodany (g)	329.48	346.97	358.12	321.92	353.13	384.61	367.8	324.55	348.21	358.83
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33.84	23.08	31.96	31.65	33.38	22.56	28.15	27.36	27.71	31.27
Cukry (g)	54.62	65.79	75.94	66.33	109.7	85.85	99.94	51.18	59.58	90.61

## Zestawienie składników odżywczych DIETA BIEGUNKOWA

Składniki	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7	Dzień 8	Dzień 9	Dzień 10
Energia (kcal)	2376	2178	2466	2264	2472	2396	2345	2160	2360	2428
Białko (g)	110.13	119.86	103.29	104.42	123.78	121.72	102.02	96.05	114.59	111.84
Błonnik pokarmowy (g)	25.41	32.45	28.51	28.84	37.29	36.55	28.29	28.69	32.66	31.9
Sól (g)	4.75	4.57	4.24	4.61	4.54	4.06	4.38	4.14	4.01	4.89
Tłuszcze (g)	72.81	46.7	73.49	66.33	70.45	53.86	57.38	55.93	68.79	67.29
Węglowodany (g)	329.48	346.97	358.12	321.92	353.13	384.61	367.8	324.55	348.21	358.83
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33.84	23.08	31.96	31.65	33.38	22.56	28.15	27.36	27.71	31.27
Cukry (g)	54.62	65.79	75.94	66.33	109.7	85.85	99.94	51.18	59.58	90.61

**Zestawienie składników odżywczych DIETA CUKRZYCOWA**

<b>Składniki</b>	<b>Dzień 1</b>	<b>Dzień 2</b>	<b>Dzień 3</b>	<b>Dzień 4</b>	<b>Dzień 5</b>	<b>Dzień 6</b>	<b>Dzień 7</b>	<b>Dzień 8</b>	<b>Dzień 9</b>	<b>Dzień 10</b>
<b>Energia (kcal)</b>	2488	2287	2578	2363	2527	2542	2443	2273	2460	2580
<b>Białko (g)</b>	115.29	123.9	106.14	100.64	108.36	123.1	102.7	99.3	110.85	115.77
<b>Błonnik pokarmowy (g)</b>	44.82	51.98	47.88	49.12	68.6	56.68	49.45	46.04	56.56	54.14
<b>Sól (g)</b>	4.77	4.56	4.81	4.56	4	4.13	4.78	4.87	4.57	4.71
<b>Tłuszcze (g)</b>	85.93	60.11	81.44	81.69	64.3	79.46	70.79	66.69	78.15	78.58
<b>Węglowodany (g)</b>	332.55	349.6	378.45	326.15	411.36	372.51	371.78	340.64	368.07	378.61
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone (g)</b>	41.39	32.56	34.67	38.24	34.47	30.2	35.69	32.56	33.33	37.21
<b>Cukry (g)</b>	54.94	63.56	83.4	68.36	114.43	69.7	101.16	56.27	73.63	99.97

Sporządziła: mgr inż. Joanna Ludwiszewska  
Dietetyk