

Dzień 1 PONIEDZIAŁEK 05.08.2024	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 szynka drobiowa 40g ser żółty 40g (7) pomidor 30g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g ser żółty 40g (7) pomidor 30g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g ser żółty 40g (7) pomidor 30g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g 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	Krupnik (1,7,9) 350 ml makaron 200g (1,3) sos boloński 150g (7) Kompot 200 ml	Krupnik (1,7,9) 350 ml parówka 1 szt. ziemniaki 200g sos pomidorowy 80 ml (7) buraczki 200g Kompot 200 ml	Krupnik (1,7,9) 350 ml parówka 1 szt. ziemniaki 200g sos pomidorowy 80 ml (7) buraczki 200g Kompot 200 ml	Krupnik (1,7,9) 350 ml parówka 1 szt. ziemniaki 200g sos pomidorowy 80 ml (7) buraczki 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 wędlina wieprzowa serek topiony 40g (7) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (3) 40 g serek topiony 40g (7) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (3) 40 g serek topiony 40g (7) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek zielony 40g pasta jajeczna (3) 40 g 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 Błanek

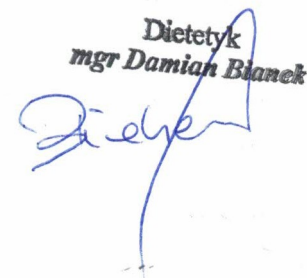


Dzień 2 WTOREK 06.08.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g paprykarz rybny (4) 40g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g paprykarz rybny (4) 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 paprykarz rybny (4) 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 paprykarz rybny (4) 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	Krem z białych warzyw (6,7,9) 350ml Kotlet schabowy (1,3,7) 100g ziemniaki 200g sałatka wiosenna 100g Kompot 200 ml	Krem z białych warzyw (6,7,9) 350ml Schab gotowany 100g ziemniaki 200g sos musztardowy 80 ml (7,10) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Krem z białych warzyw (6,7,9) 350ml Schab gotowany 100g ziemniaki 200g sos musztardowy 80 ml (7,10) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Krem z białych warzyw (6,7,9) 350ml Schab gotowany 100g ziemniaki 200g sos musztardowy 80 ml (7,10) 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 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), twarożek 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

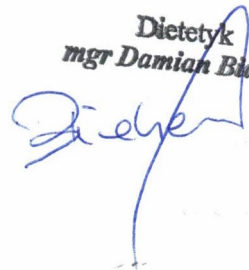


Dzień 3 ŚRODA 07.08.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 40g (7) szynka wieprzowa 40g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 40g (7) szynka wieprzowa 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) szynka wieprzowa 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) szynka wieprzowa 40g pomidor 40g sałata 10g
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Ogórkowa (6,7,9) 350ml kluski kopytka (1,3) 200g cebulka zasmażana 50g kapusta gotowana 100g Kompot 200 ml	Ogórkowa (6,7,9) 350ml Gulasz drobiowy 100g (7) ryż 200g (1) bukiet warzywa na parze 100g Kompot 200 ml	Ogórkowa (6,7,9) 350ml Gulasz drobiowy 100g (7) ryż 200g (1) bukiet warzywa na parze 100g Kompot 200 ml	Ogórkowa (6,7,9) 350ml Gulasz drobiowy 100g (7) ryż 200g (1) bukiet 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) szynka drobiowa 40g papryka konserwowa 30g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 50g (7) szynka drobiowa 40g pomidor 30g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 50g (7) szynka drobiowa 40g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g sałatka jarzynowa 80g (3,7,9) szynka drobiowa 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 Białek



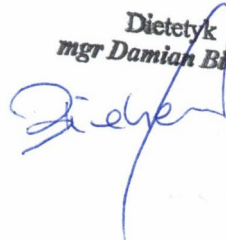
Dzień 4 CZWARTEK 08.08.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasztet wieprzowy 40g ser żółty 40g (7) ogórek kiszony 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasztet wieprzowy 40g ser żółty 40g (7) pomidor 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasztet wieprzowy 40g ser żółty 40g (7) pomidor 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasztet wieprzowy 40g ser żółty 40g (7) ogórek kiszony 30g
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Pomidorowa (7,9) 350ml Pieczeń wieprzowa 100g kasza 200g (1) surówka z kapusty czerwonej 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa (7,9) 350ml Sztuka mięsa gotowana 100g ziemniaki 200g sos biały lekki 80 ml (7) buraczki 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa (7,9) 350ml Sztuka mięsa gotowana 100g ziemniaki 200g sos biały lekki 80 ml (7) buraczki 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa (7,9) 350ml Sztuka mięsa gotowana 100g ziemniaki 200g sos biały lekki 80 ml (7) buraczki 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 wędlina drobiowa 40g pomidor 50g dżem 30g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały z zieleniną (7) 50g wędlina drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały z zieleniną (7) 50g wędlina drobiowa 40g pomidor 50g dżem 30g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały z zieleniną (7) 50g wędlina drobiowa 40g pomidor 50g 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 Błanek



Dzień 5 PIĄTEK 09.08.2024	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 serek biały 40g (7) pasta rybna (4) 50g pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały 40g (7) pasta rybna (4) 50g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały 40g (7) pasta rybna (4) 50g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały 40g (7) pasta rybna (4) 50g pomidor 40g
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Jarzynowa (7,9) 350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) sos koperkowy 80 ml (7) ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Jarzynowa (7,9) 350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) sos koperkowy 80 ml (7) ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Jarzynowa (7,9) 350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) sos koperkowy 80 ml (7) ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Jarzynowa (7,9) 350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) sos koperkowy 80 ml (7) ziemniaki 200g marchewka gotowana 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 pasta warzywna 40g ogórek zielony 30 g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g pasta warzywna 40g pomidor 60g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g pasta warzywna 40g pomidor 60g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g pasta warzywna 40g 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. 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 Białek



Dzień 6 SOBOTA 10.08.2024	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 szynka drobiowa 40g wędlina wieprzowa 40g pomidor 50g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g wędlina wieprzowa 40g pomidor 50g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g wędlina wieprzowa 40g pomidor 50g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g wędlina wieprzowa 40g pomidor 50g sałata 10g
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Ziemniaczana (7,9) 350ml Bigos wieprzowy 150g ziemniaki 200g Kompot 200 ml	Ziemniaczana (7,9) 350ml Pulpet gotowany 100g ziemniaki 200g sos pomidorowy 80 ml (7,9) brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml	Ziemniaczana (7,9) 350ml Pulpet gotowany 100g ziemniaki 200g sos pomidorowy 80 ml (7,9) brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml	Ziemniaczana (7,9) 350ml Pulpet gotowany 100g ziemniaki 200g sos pomidorowy 80 ml (7,9) 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 Galantyna drobiowa 70g dżem 40g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g Galantyna drobiowa 70g dżem 40g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g Galantyna drobiowa 70g dżem 40g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g Galantyna drobiowa 70g dżem 40g pomidor 50g herbata 200ml
Posiłek nocny				masło 10g(7), ser żółty 1 plaster(7), Chleb pełnoziarnisty 50g (1)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupki 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 NIEDZIELA 11.08.2024	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 30g (7) szynka drobiowa 40g papryka konserwowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) szynka drobiowa 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 30g (7) szynka drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) szynka drobiowa 40g papryka konserwowa 40g
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Rosół z makaronem (1,3) 350ml Udko z kurczaka pieczone 100g ziemniaki 200g sałatka z ogórków 100g kompot 200 ml	Rosół z makaronem (1,3) 350ml Udko z kurczaka gotowane 100g ziemniaki 200g sos potrawkowy (1,3) warzywa na parze 100g kompot 200 ml	Rosół z makaronem (1,3) 350ml Udko z kurczaka gotowane 100g ziemniaki 200g sos potrawkowy (1,3) warzywa na parze 100g kompot 200 ml	Rosół z makaronem (1,3) 350ml Udko z kurczaka gotowane 100g ziemniaki 200g sos potrawkowy (1,3) warzywa na parze 100g kompot 200 ml
Podwieczorek	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) pasta wieprzowa (3) 40g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) pasta wieprzowa (3) 40g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) pasta wieprzowa (3) 40g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) pasta wieprzowa (3) 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 Błanek




Dzień 8 PONIEDZIAŁEK 12.08.2024	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) ser biały 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) ser biały 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) ser biały 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) ser biały 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	Kapuśniak (1,7,9) 350 ml Sznycel wieprzowy 100g (1,3,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty czerwonej 100g Kompot 200 ml	Kapuśniak (1,7,9) 350 ml Rolada drobiowa 100g ryż 200g (1) sos szpinakowy 80 ml (7) buraczki 100g Kompot 200 ml	Kapuśniak (1,7,9) 350 ml Rolada drobiowa 100g ryż 200g (1) sos szpinakowy 80 ml (7) buraczki 100g Kompot 200 ml	Kapuśniak (1,7,9) 350 ml Rolada drobiowa 100g ryż 200g (1) sos szpinakowy 80 ml (7) buraczki 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 szynka wieprzowa 40g ser wędzony 30g (7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g dżem 50 g szynka wieprzowa 40g pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g dżem 50 g szynka wieprzowa 40g pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40g ser wędzony 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

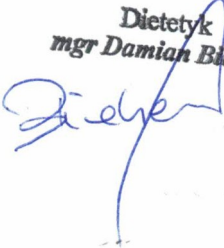


Dzień 9 WTOREK 13.08.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlina wieprzowa 40g serek smażony (7) 40g pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlina wieprzowa 40g serek smażony (7) 40g pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlina wieprzowa 40g serek smażony (7) 40g pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlina wieprzowa 40g serek smażony (7) 40g pomidor 30 g
II Śniadanie	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Obiad	Barszcz ukraiński (1,7,9) 350ml Gulasz wieprzowy 100g (7) kasza 200g (1) sałatka z ogórków 100g kompot 200ml	Barszcz ukraiński (1,7,9) 350ml Gulasz wieprzowy w lekkim sosie 100g (7) kasza 200g (1) marchewka gotowana 100g kompot 200ml	Barszcz ukraiński (1,7,9) 350ml Gulasz wieprzowy w lekkim sosie 100g (7) kasza 200g (1) marchewka gotowana 100g kompot 200ml	Barszcz ukraiński (1,7,9) 350ml Gulasz wieprzowy 100g (7) kasza 200g (1) sałatka z ogórków 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) wędlina drobiowa 40g ogórek 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 40 g (7) wędlina drobiowa 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 40 g (7) wędlina drobiowa 40g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 40 g (7) wędlina drobiowa 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 Błanek

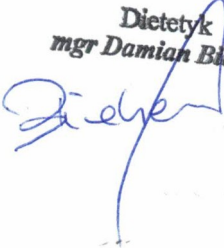


Dzień 10 ŚRODA 14.08.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g sałatka ryżowa 70g (1,3,7) szynka wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g sałatka ryżowa 70g (1,3,7) szynka 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) szynka 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) szynka wieprzowa 40g
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Zupa pieczarkowa (1,3,7,9) 350ml Pierogi z serem 7 szt. (1,7) kompot 200ml	Zupa pieczarkowa (1,3,7,9) 350ml Pierogi z serem 7 szt. (1,7) kompot 200ml	Zupa pieczarkowa (1,3,7,9) 350ml Pierogi z serem 7 szt. (1,7) kompot 200ml	Zupa pieczarkowa (1,3,7,9) 350ml Gzika 150g (7) ziemniaki 200g 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 szynka drobiowa 40g ser topiony 50g (7) papryka 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g ser topiony 50g (7) pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g ser topiony 50g (7) pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 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. tubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Blaneł



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)	2396	2349	2103	2615	2238	2351	2242	2247	2305	2483
Białko (g)	103.75	102.86	97.12	132.12	112.02	99.31	96.87	100.38	99.76	109.83
Błonnik pokarmowy (g)	42.48	45.23	41.21	42.21	38.48	51.76	37.06	35.23	38.66	51.04
Sól (g)	4.38	4.01	4.18	4.14	4.93	4.78	4.2	4.63	4.93	4.66
Tłuszcze (g)	74.98	83.92	56.78	84.44	67.77	54.35	61.36	76.95	65.61	71.94
Węglowodany (g)	345.01	327.21	320.5	343.09	314.86	404.04	339.96	303.63	356.71	376.62
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34.87	39.33	27.02	37.7	33.83	24.74	21.88	30.54	26.19	29.48
Cukry (g)	59.22	59.19	79.33	67.72	67.83	91.1	92.41	58.23	63.84	109.96

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)	2522	2402	2089	2585	2282	2293	2277	2408	2300	2445
Białko (g)	129.18	95.06	89.95	114.49	110.11	108.77	106.88	128.92	118.1	99.43
Błonnik pokarmowy (g)	30.99	35.93	30.35	29.96	28.28	31.31	27.3	26.4	30.86	28.5
Sól (g)	4.11	4.17	4.17	4.94	4.82	4.12	4.69	4.29	4.04	4.77
Tłuszcze (g)	76.71	78.32	50.93	81.05	65.09	56.54	49	65.87	59.4	57.6
Węglowodany (g)	342.79	353.06	332.17	348.17	328.08	365.09	361.47	335.75	350.91	394.61
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34.17	33.88	25.26	40.14	32.36	26.28	22.39	23.92	31.82	27.2
Cukry (g)	62.92	63.49	85.03	67.93	66.78	78.85	96.49	53.63	67.32	89.47

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)	2522	2402	2083	2585	2282	2293	2275	2408	2162	2443
Białko (g)	129.18	95.06	89.68	114.49	110.11	108.77	106.74	128.92	105.03	99.29
Błonnik pokarmowy (g)	30.99	35.93	29.99	29.96	28.28	31.31	27.16	26.4	33.42	28.36
Sól (g)	4.11	4.17	4.16	4.94	4.82	4.12	4.69	4.29	4.24	4.77
Tłuszcze (g)	76.71	78.32	50.87	81.05	65.09	56.54	48.98	65.87	49.52	57.58
Węglowodany (g)	342.79	353.06	330.94	348.17	328.08	365.09	361.18	335.75	353.39	394.32
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34.17	33.88	25.24	40.14	32.36	26.28	22.39	23.92	26.45	27.2
Cukry (g)	62.92	63.49	84.19	67.93	66.78	78.85	96.39	53.63	73.83	89.37

Zestawienie składników odżywczych DIETA CUKRZYCOWA

Składniki	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7	Dzień 8	Dzień 9	Dzień 10
Energia (kcal)	2641	2479	2315	2654	2349	2425	2350	2432	2299	2444
Białko (g)	131.59	98.33	97.44	125.53	106.8	105.53	95.39	122.83	110.73	100.55
Błonnik pokarmowy (g)	52.55	56.1	51.79	52.47	49.56	62.76	48.14	47.83	52.4	58.21
Sól (g)	4.89	4.2	4.5	4.8	4.39	4.52	4.62	4.62	4.23	4.36
Tłuszcze (g)	87.15	86.03	66.15	87.58	74.71	61.39	66.9	73.6	61.13	76.64
Węglowodany (g)	365.97	358.11	358.16	357.67	338.68	407.8	361.62	341.28	363.92	365.89
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	37.98	42.41	32.55	41.34	37.89	27.98	26.24	28.06	30.82	32.33
Cukry (g)	62.54	62.38	91.42	59.98	72.25	98.54	95.6	56	67.32	91.48

Sporządziła: mgr inż. Joanna Ludwiszewska
Dietetyk