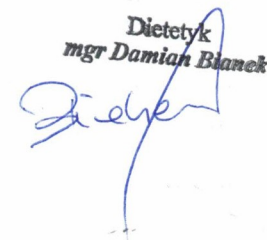


| Dzień 1 CZWARTEK 06.06.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|--------------------------------|---|--|--|---|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka drobiowa 40g ser biały 40g (7) ogórek kiszony 30g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka drobiowa 40g 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 Szynka drobiowa 40g 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 Szynka drobiowa 40g ser biały 40g (7) ogórek kiszony 30g sałata 10g |
| II Śniadanie | Jogurt 1 szt. (7) | Jogurt 1 szt. (7) | Jogurt 1 szt. (7) | Jogurt 1 szt. (7) |
| Obiad | Krem warzywny (7,9) 350 ml Sznycel mielony smażony (1,3) 100g Ziemniaki 200g surówka z kapusty czerwonej 100g Kompot 200 ml | Krem warzywny (7,9) 350 ml Parówka drobiowa 1 szt. ziemniaki 200g sos koperkowy 80 ml (7) buraczki 100g Kompot 200 ml | Krem warzywny (7,9) 350 ml Parówka drobiowa 1 szt. ziemniaki 200g sos koperkowy 80 ml (7) buraczki 100g Kompot 200 ml | Krem warzywny (7,9) 350 ml Parówka drobiowa 1 szt. ziemniaki 200g sos koperkowy 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 ogórek zielony 40g szynka wieprzowa 40 g serek topiony 40g (7) herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40 g serek topiony 40g (7) herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40 g serek topiony 40g (7) herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek zielony 40g szynka wieprzowa 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 Białek

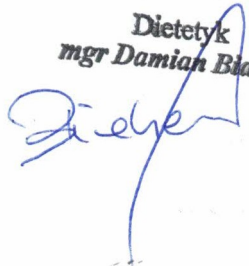


| Dzień 2 PIĄTEK 07.06.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|---------------------------|---|---|---|---|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) pasta jajeczna (3) 40g pomidor 40g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) pasta jajeczna (3) 40g pomidor 40g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) pasta jajeczna (3) 40g pomidor 40g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) pasta jajeczna (3) 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 | Owocowa 350ml Gzika z zieleniną 150g (7) ziemniaki 200g Kompot 200 ml | Owocowa 350ml Gzika z zieleniną 150g (7) ziemniaki 200g Kompot 200 ml | Owocowa 350ml Gzika z zieleniną 150g (7) ziemniaki 200g Kompot 200 ml | Owocowa 350ml Gzika z zieleniną 150g (7) ziemniaki 200g Kompot 200 ml |
| Podwieczorek | Kisiel 200 ml | Kisiel 200 ml | Kisiel 200 ml | Kisiel 200 ml |
| Kolacja | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g pasta rybna (4) 60 g ogórek kiszony 40g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g pasta rybna (4) 60 g dżem 15g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g pasta rybna (4) 60 g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g pasta rybna (4) 60 g ogórek kiszony 40g herbata 200 ml |
| Posiłek nocny | | | | Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), twaróg 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

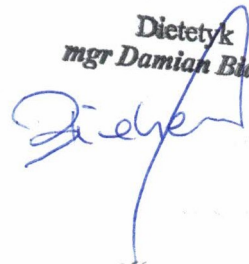


| Dzień 3 SOBOTA 08.06.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|---------------------------|---|---|---|---|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 40g jajko gotowane 1 szt. (3) pomidor 40g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 40g jajko gotowane 1 szt. (3) pomidor 40g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 40g jajko gotowane 1 szt. (3) pomidor 40g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 40g jajko gotowane 1 szt. (3) pomidor 40g sałata 10g |
| II Śniadanie | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. |
| Obiad | Ziemniaczana (7,9) 350ml Kiełbasa z rusztu 100g cebulka zasmażana 20g ziemniaki 200g ogórek kiszony 100g Kompot 200 ml | Ziemniaczana (7,9) 350ml pulpet gotowany 100g ziemniaki 200g sos pomidorowy (7) 80 ml brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml | Ziemniaczana (7,9) 350ml pulpet gotowany 100g ziemniaki 200g sos pomidorowy (7) 80 ml brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml | Ziemniaczana (7,9) 350ml pulpet gotowany 100g ziemniaki 200g sos pomidorowy (7) 80 ml brokuł gotowany 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 szynka drobiowa 40g serek topiony 40g (7) papryka konserwowa 30g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g serek topiony 40g (7) pomidor 30g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g serek topiony 40g (7) herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g serek topiony 40g (7) 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 Biłek



| Dzień 4 NIEDZIELA 09.06.2024 | 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 40g (7) wędlna wieprzowa 40g sałatka jarzynowa 60 g (3,9) sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) wędlna wieprzowa 40g dżem 30g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) wędlna wieprzowa 40g dżem 30g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) wędlna wieprzowa 40g sałatka jarzynowa 60 g (3,9) sałata 10g |
| II Śniadanie | Jogurt 1 szt. (7) | Jogurt 1 szt. (7) | Jogurt 1 szt. (7) | Jogurt 1 szt. (7) |
| Obiad | Zupa pomidorowa (7,9) 350ml Karkówka wieprzowa 100g kasza jęczmienna (1) 200g sos pieczeniowy 80 ml (7) buraczki 100g Kompot 200 ml | Zupa pomidorowa (7,9) 350ml Sztuka mięsa gotowana 100g ziemniaki 200g sos musztardowy lekki (7,9,10) 80 ml buraczki 100g Kompot 200 ml | Zupa pomidorowa (7,9) 350ml Sztuka mięsa gotowana 100g ziemniaki 200g sos musztardowy lekki (7,9,10) 80 ml buraczki 100g Kompot 200 ml | Zupa pomidorowa (7,9) 350ml Karkówka wieprzowa 100g kasza jęczmienna (1) 200g sos pieczeniowy 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 ser biały 30g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 50g dżem 30g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 30g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 50g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 30g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 50g dżem 30g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 30g (7) szynka drobiowa 40 g 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 Blaneł



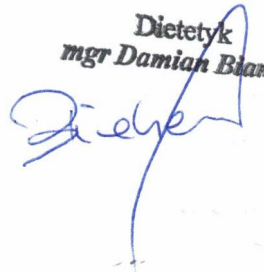
| Dzień 5 PONIEDZIAŁEK 10.06.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|------------------------------------|--|--|--|--|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g pasta twarogowa (7) 40g pomidor 40g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g pasta twarogowa (7) 40g pomidor 40g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g pasta twarogowa (7) 40g pomidor 40g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g pasta twarogowa (7) 40g pomidor 40g |
| II Śniadanie | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. |
| Obiad | Kalafiorowa 300 ml (7,9) sos boloński 150g (7) makaron 200g (1,3) Kompot 200 ml | Kalafiorowa 300 ml (7,9) Udko gotowane 120g ziemniaki 200g sos potrawkowy 80 m (1,3,7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml | Kalafiorowa 300 ml (7,9) Udko gotowane 120g ziemniaki 200g sos potrawkowy 80 m (1,3,7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml | Kalafiorowa 300 ml (7,9) Udko gotowane 120g ziemniaki 200g sos potrawkowy 80 m (1,3,7) 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 szybka drobiowa 40g pasta wieprzowa 40g ogórek zielony 30 g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g szybka drobiowa 40g pasta wieprzowa 40g pomidor 60g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g szybka drobiowa 40g pasta wieprzowa 40g pomidor 60g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g szybka drobiowa 40g pasta wieprzowa 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. 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 Blaneck



| Dzień 6 WTOREK 11.06.2024 | 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 biały 50g (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 biały 50g (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 biały 50g (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 biały 50g (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 | Krupnik (1,7,9) 350 ml Gołąbek wieprzowy 130g (1) ziemniaki 200g sos pieczarkowy 80 g (7) Kompot 200 ml | Krupnik (1,7,9) 350 ml Rolada drobiowa 100g ziemniaki 200g sos biały lekki 80 g (7) kalafior gotowany 100g Kompot 200 ml | Krupnik (1,7,9) 350 ml Rolada drobiowa 100g ziemniaki 200g sos biały lekki 80 g (7) kalafior gotowany 100g Kompot 200 ml | Krupnik (1,7,9) 350 ml Gołąbek wieprzowy 130g (1) ziemniaki 200g sos pieczarkowy 80 g (7) Kompot 200 ml |
| Podwieczorek | Kisiel 200 ml | Kisiel 200 ml | Kisiel 200 ml | Kisiel 200 ml |
| Kolacja | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) dżem 40g pomidor 50g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) dżem 40g pomidor 50g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) dżem 40g pomidor 50g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) 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. 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

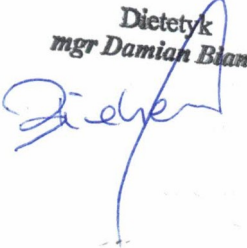


| Dzień 7 ŚRODA 12.06.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|--------------------------|--|--|--|--|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 30g pasta jajeczna 40g (3) papryka konserwowa 40g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 30g pasta jajeczna 40g (3) sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleniną 30g (7) pasta jajeczna 40g (3) | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 30g pasta jajeczna 40g (3) papryka konserwowa 40g |
| II Śniadanie | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. |
| Obiad | Barszcz ukraiński (1,6,7,9) 350ml Udko z kurczaka pieczone 100g ziemniaki 200g brukselka 100g kompot 200 ml | Barszcz ukraiński (1,6,7,9) 350ml Schab gotowany 100g ziemniaki 200g sos szpinakowy 80 ml (7) buraczki 100g kompot 200 ml | Barszcz ukraiński (1,6,7,9) 350ml Schab gotowany 100g ziemniaki 200g sos szpinakowy 80 ml (7) buraczki 100g kompot 200 ml | Barszcz ukraiński (1,6,7,9) 350ml Schab gotowany 100g ziemniaki 200g sos szpinakowy 80 ml (7) buraczki 100g kompot 200 ml |
| Podwieczorek | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. |
| Kolacja | chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g galantyna drobiowa 40g pomidor 60g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g galantyna drobiowa 40g pomidor 60g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g galantyna drobiowa 40g pomidor 60g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g galantyna drobiowa 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 Blaneł

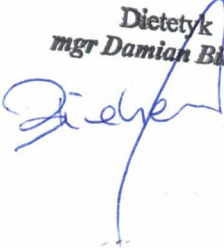


| Dzień 8 CZWARTEK 13.06.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|-----------------------------|---|---|---|---|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta z sera i suszonych pomidorów 30g (7) wędlina wieprzowa 40g 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) wędlina wieprzowa 40g 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) wędlina wieprzowa 40g 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) wędlina wieprzowa 40g 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 | Pieczarkowa (7,9) 350 ml Bigos 150g Ziemniaki 200g Kompot 200 ml | Pieczarkowa (7,9) 350 ml Pierogi z serem (1,3,7) 200g- 6 szt. Kompot 200 ml | Pieczarkowa (7,9) 350 ml Pierogi z serem (1,3,7) 200g- 6 szt. Kompot 200 ml | Pieczarkowa (7,9) 350 ml Bigos 150g Ziemniaki 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 wędlina drobiowa 40g pasztet wieprzowy 30g pomidor 40g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g pasztet wieprzowy 30g pomidor 40g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g pasztet wieprzowy 30g pomidor 40g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g pasztet wieprzowy 30g 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 Błanek



| Dzień 9 PIĄTEK 14.06.2024 | 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 rybna 40g (4) serek smażony (7) 40g pomidor 30 g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna 40g (4) serek smażony (7) 40g pomidor 30 g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna 40g (4) serek smażony (7) 40g pomidor 30 g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna 40g (4) serek smażony (7) 40g pomidor 30 g |
| II Śniadanie | Kisiel 200 ml | Kisiel 200 ml | Kisiel 200 ml | Kisiel 200 ml |
| Obiad | Jarzynowa (6,7,9) 350ml jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki 200g sos musztardowy 80 ml (1,7,10) surówka z kapusty kwaszonej 100g kompot 200ml | Jarzynowa (6,7,9) 350ml jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki 200g sos musztardowy 80 ml (1,7,10) brokuł gotowany 100g kompot 200ml | Jarzynowa (6,7,9) 350ml jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki 200g sos musztardowy 80 ml (1,7,10) brokuł gotowany 100g kompot 200ml | Jarzynowa (6,7,9) 350ml jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki 200g sos musztardowy 80 ml (1,7,10) surówka z kapusty kwaszonej 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) ser topiony (7) 40g dżem 20g ogórek 60g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 40 g (7) ser topiony (7) 40g dżem 20g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 40 g (7) ser topiony (7) 40g dżem 20g pomidor 60g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 40 g (7) ser topiony (7) 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

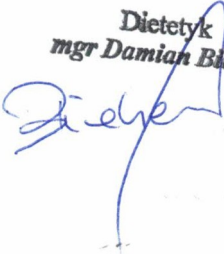


| Dzień 10 SOBOTA 15.06.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|----------------------------|---|---|---|---|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta warzywna 40g sałatka makaronowa 70g (1,3,7) wędlina drobiowa 40g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta warzywna 40g sałatka makaronowa 70g (1,3,7) wędlina drobiowa 40g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta warzywna 40g sałatka makaronowa 70g (1,3,7) wędlina drobiowa 40g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta warzywna 40g sałatka makaronowa 70g (1,3,7) wędlina drobiowa 40g |
| II Śniadanie | Galaretki 1 szt. | Galaretki 1 szt. | Galaretki 1 szt. | Galaretki 1 szt. |
| Obiad | Krem z białych warzyw (7,9) 350ml kotlet schabowy 100g (1,3,7) ziemniaki 200g sałatka wiosenna 100g Kompot 200 ml | Krem z białych warzyw (7,9) 350ml Gulasz drobiowy (1,7) 100g ziemniaki 200g Bukiet warzyw na parze 100g Kompot 200 ml | Krem z białych warzyw (7,9) 350ml Gulasz drobiowy (1,7) 100g ziemniaki 200g Bukiet warzyw na parze 100g Kompot 200 ml | Krem z białych warzyw (7,9) 350ml Gulasz drobiowy (1,7) 100g ziemniaki 200g Bukiet warzyw na parze 100g Kompot 200 ml |
| Podwieczorek | Pieczone jabłko 1 szt. | Pieczone jabłko 1 szt. | Pieczone jabłko 1 szt. | Pieczone jabłko 1 szt. |
| Kolacja | chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g ser żółty 40g (7) papryka 60g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g ser żółty 40g (7) sałata 10g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g ser żółty 40g (7) herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g ser żółty 40g (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) | 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