


Dzień 1 PIĄTEK 08.03.2024	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 2 plastry (7) jajko gotowane 1 szt. (3) pomidor 30g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 2 plastry (7) jajko gotowane 1 szt. (3) pomidor 30g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 2 plastry (7) jajko gotowane 1 szt. (3) pomidor 30g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 2 plastry (7) jajko gotowane 1 szt. (3) pomidor 30g herbata 200 ml
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Zupa krupnik (1,7,9) 350ml Filet rybny smażony 100g (1,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot 200 ml	Zupa krupnik (1,7,9) 350ml Filet rybny gotowany 100g (4) ziemniaki 200g brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml	Zupa krupnik (1,7,9) 350ml Filet rybny gotowany 100g (4) ziemniaki 200g brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml	Zupa krupnik (1,7,9) 350ml Filet rybny gotowany 100g (4) ziemniaki 200g brokuł gotowany 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 ser biały 40 g (7) pasta rybna 40g (4,7) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40 g (7) pasta rybna 40g (4,7) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40 g (7) pasta rybna 40g (4,7) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek zielony 40g ser biały 40 g (7) pasta rybna 40g (4,7) 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

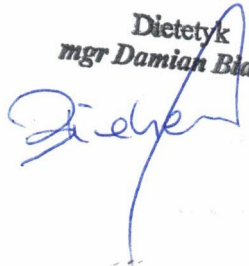


Dzień 2 SOBOTA 09.03.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 50g parówka gotowana 1 szt. ketchup 30g pomidor 40g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 50g parówka gotowana 1 szt. ketchup 30g pomidor 40g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 50g parówka gotowana 1 szt. ketchup 30g pomidor 40g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 50g parówka gotowana 1 szt. ketchup 30g pomidor 40g herbata 200 ml
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Ziemniaczana (1,7,9) 350ml Bigos wieprzowy 200g (1, 6) ziemniaki 200g Kompot 200 ml	Ziemniaczana (1,7,9) 350ml Gulasz drobiowy 140g (1,6,7) ziemniaki 200g buraczki 100g Kompot 200 ml	Ziemniaczana (1,7,9) 350ml Gulasz drobiowy 140g (1,6,7) ziemniaki 200g buraczki 100g Kompot 200 ml	Ziemniaczana (1,7,9) 350ml Gulasz drobiowy 140g (1,6,7) ziemniaki 200g buraczki 100g 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) pasta drobiowa 40 g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) pasta drobiowa 40 g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) pasta drobiowa 40 g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) pasta drobiowa 40 g 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 Błanek

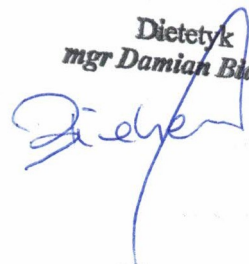


Dzień 3 NIEDZIELA 10.03.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40g twarożek biały 40g (7) ogórek kiszony 40g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40g twarożek biały 40g (7) pomidor 40g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40g jajko gotowane 40g (3) pomidor 40g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40g twarożek biały 40g (7) ogórek kiszony 40g herbata 200 ml
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Pomidorowa (1,3,7,9) 350ml Kotlet z piersi kurczaka pieczony 100g (1,3,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty kwaszonej 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa (1,3,7,9) 350ml Kotlet z piersi kurczaka gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki 200g sos potrawkowy (3,7) bukiet warzyw na parze 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa (1,3,7,9) 350ml Kotlet z piersi kurczaka gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki 200g sos potrawkowy (3,7) bukiet warzyw na parze 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa (1,3,7,9) 350ml Kotlet z piersi kurczaka pieczony 100g (1,3,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty kwaszonej 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 pasta wieprzowa 50g (7) wędlina drobiowa 40g papryka konserwowa 30g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta wieprzowa 50g (7) wędlina drobiowa 40g pomidor 30g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 50g (7) wędlina drobiowa 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta wieprzowa 50g (7) wędlina drobiowa 40g papryka konserwowa 30g herbata 200 ml
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 PONIEDZIAŁEK 11.03.2024	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 serek topiony 30g (7) pasztet wieprzowy 40g sałatka jarzynowa 80 g (3) herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 30g (7) pasztet wieprzowy 40g warzywa na parze 50 g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 30g (7) pasztet wieprzowy 40g warzywa na parze 50 g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 30g (7) pasztet wieprzowy 40g sałatka jarzynowa 80 g (3) herbata 200 ml
II Śniadanie	Ryż z jabłkiem 100g (1)	Ryż z jabłkiem 100g (1)	Ryż z jabłkiem 100g (1)	Ryż z jabłkiem 100g (1)
Obiad	Jarzynowa (6,7,9) 350 ml Sos boloński z mięsem wieprzowym 150g (1,7,9) makaron 200g (1,3) Kompot 200 ml	Jarzynowa (6,7,9) 350 ml Rolada drobiowa 100g sos porowy 80 ml(7) ziemniaki 200g bukiet warzyw 100g Kompot 200 ml	Jarzynowa (6,7,9) 350 ml Rolada drobiowa 100g sos porowy 80 ml(7) ziemniaki 200g bukiet warzyw 100g Kompot 200 ml	Jarzynowa (6,7,9) 350 ml Sos boloński z mięsem wieprzowym 150g (1,7,9) makaron 200g (1,3) Kompot 200 ml
Podwieczorek	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) pasta jajeczna (3) 40g pomidor 50g dżem 30g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) pasta jajeczna (3) 40g pomidor 50g dżem 30g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) pasta jajeczna (3) 40g pomidor 50g dżem 30g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) pasta jajeczna (3) 40g pomidor 50g herbata 200 ml
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 12.03.2024	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 (7) 40g szynka drobiowa 40 g sałatka szwedzka 50g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g szynka drobiowa 40 g pomidor 40g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g szynka drobiowa 40 g pomidor 40g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g szynka drobiowa 40 g sałatka szwedzka 50g herbata 200 ml
II Śniadanie	Ryż z jabłkiem 100g (1,7)	Ryż z jabłkiem 100g (1,7)	Ryż z jabłkiem 100g (1,7)	Ryż z jabłkiem 100g (1,7)
Obiad	Kapuśniak 300 ml (7,9) Pieczeń wieprzowa duszona 100g kasza 200g (1) buraczki 100g Kompot 200 ml	Kapuśniak 300 ml (7,9) Sztuka mięsa gotowana 100g ziemniaki 200g sos biały lekki (7) 80 ml buraczki 100g Kompot 200 ml	Kapuśniak 300 ml (7,9) Sztuka mięsa gotowana 100g ziemniaki 200g sos biały lekki (7) 80 ml buraczki 100g Kompot 200 ml	Kapuśniak 300 ml (7,9) Pieczeń wieprzowa duszona 100g kasza 200g (1) buraczki 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Budyń czekoladowy 200 ml (7)	Budyń czekoladowy 200 ml (7)	Budyń czekoladowy 200 ml (7)	Budyń czekoladowy 200 ml (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g galart wieprzowy z warzywami 80g szynka wieprzowa 40g ogórek zielony 30 g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g galart wieprzowy z warzywami 80g szynka wieprzowa 40g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g galart wieprzowy z warzywami 80g szynka wieprzowa 40g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g galart wieprzowy z warzywami 80g szynka wieprzowa 40g pomidor 60g herbata 200 ml
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 ŚRODA 13.03.2024	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 wędlna wieprzowa 40g pasta twarogowa 40g (3,7) pomidor 50g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 40g pasta twarogowa 40g (3,7) pomidor 50g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 40g pasta twarogowa 40g (3,7) pomidor 50g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 40g pasta twarogowa 40g (3,7) pomidor 50g herbata 200 ml
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Krem z dyni (7,9) 350ml Kaszotto z z mięsem i warzywami 300g (1,9) Kompot 200 ml	Krem z dyni (7,9) 350ml Pierogi z truskawkami (1,3,7) 6szt. sos jogurtowy (7) 80 ml Kompot 200 ml	Krem z dyni (7,9) 350ml Pierogi z truskawkami (1,3,7) 6szt. sos jogurtowy (7) 80 ml Kompot 200 ml	Krem z dyni (7,9) 350ml Kaszotto z z mięsem i warzywami 300g (1,9) Kompot 200 ml
Podwieczorek	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 30g dżem 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 30g dżem 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 30g dżem 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 30g dżem 40g pomidor 50g herbata 200 ml
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 Błanek



Dzień 7 CZWARTEK 14.03.2024	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 biały z zieleciną 30g (7) szynka wieprzowa 40g papryka konserwowa 40g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 30g (7) szynka wieprzowa 40g sałata 10g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 30g (7) szynka wieprzowa 40g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 30g (7) szynka wieprzowa 40g papryka konserwowa 40g herbata 200 ml
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Kalafiorowa (1,9) 350 ml Sznycel mielony smażony 100g ziemniaki 200g sałatka z ogórków 100g kompot 200 ml	Kalafiorowa (1,9) 350 ml Klops gotowany 100g ziemniaki 200g sos pomidorowy 80 ml (7) brokuł gotowany 100g kompot 200 ml	Kalafiorowa (1,9) 350 ml Klops gotowany 100g ziemniaki 200g sos pomidorowy 80 ml (7) brokuł gotowany 100g kompot 200 ml	Kalafiorowa (1,9) 350 ml Klops gotowany 100g ziemniaki 200g sos pomidorowy 80 ml (7) sałatka z ogórków 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 paprykarz warzywny 30g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g paprykarz warzywny 30g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g paprykarz warzywny 30g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g paprykarz warzywny 30g 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

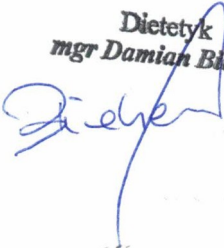


Dzień 8 PIĄTEK 15.03.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta z sera i suszonych pomidorów 30g (7) wędlina wieprzowa 40g ogórek zielony 30 g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (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 herbata 200 ml	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 herbata 200 ml	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 herbata 200 ml
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Barszcz Ukraiński (1,6,7,9) 350ml Jajko gotowane 1szt. (3) ziemniaki 200g sos koperkowy (7) 80 ml marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Barszcz Ukraiński (1,6,7,9) 350ml Jajko gotowane 1szt. (3) ziemniaki 200g sos koperkowy (7) 80 ml marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Barszcz Ukraiński (1,6,7,9) 350ml Jajko gotowane 1szt. (3) ziemniaki 200g sos koperkowy (7) 80 ml marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Barszcz Ukraiński (1,6,7,9) 350ml Jajko gotowane 1szt. (3) ziemniaki 200g sos koperkowy (7) 80 ml marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Budyń 200 ml (7)	Budyń 200 ml (7)	Budyń 200 ml (7)	Budyń 200 ml (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna (4) 40g ser żółty 30g (7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna (4) 40g ser żółty 30g (7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna (4) 40g ser żółty 30g (7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna (4) 40g ser żółty 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 Blaneł

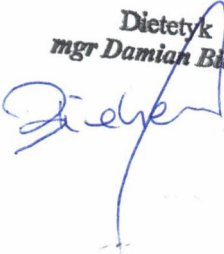


Dzień 9 SOBOTA 16.03.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlna wieprzowa 40g ser smażony (7) 40g pomidor 30 g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlna wieprzowa 40g ser żółty (7) 40g pomidor 30 g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlna wieprzowa 40g ser smażony (7) 40g pomidor 30 g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlna wieprzowa 40g ser smażony (7) 40g pomidor 30 g herbata 200 ml
II Śniadanie	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Obiad	Krupnik ryżowy (1,9) 350ml Gulasz wieprzowy w warzywach 150g (7) kasza (1) 200g Kompot 200 ml	Krupnik ryżowy (1,9) 350ml Pierogi z serem 6 szt. (1,3,7) Kompot 200 ml	Krupnik ryżowy (1,9) 350ml Pierogi z serem 6 szt. (1,3,7) Kompot 200 ml	Krupnik ryżowy (1,9) 350ml Gulasz wieprzowy w warzywach 150g (7) kasza (1)200g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Placek drożdżowy 1 szt. (1,3,7)	Placek drożdżowy 1 szt. (1,3,7)	Ryż z jabłkiem 100g (1)	Ryż z jabłkiem 100g (1)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g ser wędzony 40g (7) dżem 20g ogórek 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g ser wędzony 40g (7) dżem 20g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g dżem 20g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g ser wędzony 40g (7) 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 Blaneł

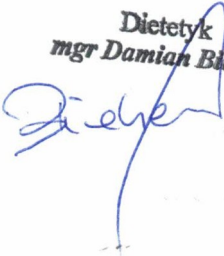


Dzień 10 NIEDZIELA 17.03.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 50g sałatka makaronowa 70g (1,3,7) pasta jajeczna (3) 40g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 50g sałatka makaronowa 70g (1,3,7) pasta jajeczna (3) 40g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 50g sałatka makaronowa 70g (1,3,7) pasta jajeczna (3) 40g herbata 200 ml	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 50g sałatka makaronowa 70g (1,3,7) pasta jajeczna (3) 40g herbata 200 ml
II Śniadanie	Galaretki 1 szt.	Galaretki 1 szt.	Galaretki 1 szt.	Galaretki 1 szt.
Obiad	Rosół z makaronem (1,3,9) 350ml Udko z kurczaka pieczone 120g ziemniaki 200g sałatka wiosenna 100g kompot 200ml	Rosół z makaronem (1,3,9) 350ml Udko z kurczaka gotowane 120g ziemniaki 200g warzywa na parze 100g kompot 200ml	Rosół z makaronem (1,3,9) 350ml Udko z kurczaka gotowane 120g ziemniaki 200g warzywa na parze 100g kompot 200ml	Rosół z makaronem (1,3,9) 350ml Udko z kurczaka gotowane 120g ziemniaki 200g warzywa na parze 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 serek topiony 40g (7) szynka wieprzowa 50g papryka 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) szynka wieprzowa 50g sałata 10g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) szynka wieprzowa 50g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) szynka wieprzowa 50g 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. tulin 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)	2281	2517	2205	2659	2341	2224	2243	2193	2561	2517
Białko (g)	105.91	110.47	124.63	107.69	123.86	117.48	94.17	103.49	152.7	117.86
Błonnik pokarmowy (g)	35.49	48.86	37.67	41	37.9	52.09	39.11	43.51	48.2	39.14
Sól (g)	4.07	4.96	4.67	4.06	4.47	4.7	4	4.69	4.01	4.02
Tłuszcze (g)	63.94	91.89	54.61	85.21	61.35	52.33	60.76	63.29	62.71	74.23
Węglowodany (g)	334.73	352.6	320.7	383.85	340.08	357.14	348.41	321.94	382.95	362.81
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	26.36	39.33	23.21	38.57	30.51	21.93	23.06	28.43	30.74	32.89
Cukry (g)	60.51	67.65	80.34	95.36	57.25	86.28	95.31	68.88	74.98	99.02

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)	2231	2557	2153	2581	2332	2288	2421	2306	2377	2469
Białko (g)	116.11	127.89	108.76	114.01	128.45	89.46	130.85	105.08	111.15	115.11
Błonnik pokarmowy (g)	26.18	34.85	28.41	39.32	25.18	32.74	35.71	31.41	25.56	31.79
Sól (g)	4.76	4.27	4.75	4.01	4.52	4.3	4.44	4.82	4.79	4.32
Tłuszcze (g)	53.42	79.32	46.16	76.03	56.72	60.28	44.48	61.29	50.26	66.89
Węglowodany (g)	333.89	361.71	337.93	378.33	337.96	374.92	391.04	347.24	394.19	367.29
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27.07	34.12	22.69	36.19	30.86	34.63	20.89	28.24	26.45	30.03
Cukry (g)	55.62	71.41	84.9	93.39	59.14	92.13	99.9	63.1	62.95	89.4

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)	2231	2557	2147	2581	2332	2288	2421	2306	2261	2467
Białko (g)	116.11	127.89	108.49	114.01	128.45	89.46	130.85	105.08	100.53	114.97
Błonnik pokarmowy (g)	26.18	34.85	28.05	39.32	25.18	32.74	35.71	31.41	26.28	31.65
Sól (g)	4.76	4.27	4.75	4.01	4.52	4.3	4.44	4.82	4.9	4.32
Tłuszcze (g)	53.42	79.32	46.1	76.03	56.72	60.28	44.48	61.29	41.22	66.87
Węglowodany (g)	333.89	361.71	336.7	378.33	337.96	374.92	391.04	347.24	396.61	367
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	27.07	34.12	22.67	36.19	30.86	34.63	20.89	28.24	21	30.03
Cukry (g)	55.62	71.41	84.06	93.39	59.14	92.13	99.9	63.1	64.59	89.3

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)	2381	2500	2308	2623	2603	2435	2639	2505	2485	2567
Białko (g)	96.22	111.79	103.14	127.54	121.37	123.05	113.51	96.93	94.34	112.83
Błonnik pokarmowy (g)	49.84	61.41	48.49	51.88	48.37	54.8	54.39	53.52	61.07	57.57
Sól (g)	4.97	4.77	4.18	4.96	4.61	4.01	4.9	4.82	4.37	4.98
Tłuszcze (g)	73.55	77.92	56.54	86.26	82.48	76.51	78.24	84.74	81.62	69.63
Węglowodany (g)	357.71	380.57	370.54	358.08	365.18	340.38	395.19	360.15	385.86	399.81
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	37.04	33.09	27.07	38.01	37.38	35.66	37.38	33.37	36.24	34.76
Cukry (g)	68.13	82.6	89.14	85.79	69.84	75.22	98.23	61.61	82.09	76.92

Sporządziła: mgr inż. Joanna Ludwiszewska
Dietetyk