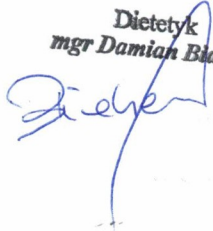


Dzień 1 CZWARTEK 09.11.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 2 plastry (7) pasztet wieprzowy 30g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 2 plastry (7) szynka drobiowa 30g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 2 plastry (7) szynka drobiowa 30g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 2 plastry (7) pasztet wieprzowy 30g pomidor 40g sałata 10g
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Krem warzywny (1,7,9) Pieczeń rzymska 100g (1,3,7) kasza -200 g (1) buraczki- 100g sos pieczeniowy (7) Kompot 200 ml	Krem warzywny (1,7,9) Rolada drobiowa 100g ziemniaki -200 g buraczki- 100g sos biały lekki (7) Kompot 200 ml	Krem warzywny (1,7,9) Rolada drobiowa 100g ziemniaki -200 g buraczki- 100g sos biały lekki (7) Kompot 200 ml	Krem warzywny (1,7,9) Pieczeń rzymska 100g (1,3,7) kasza -200 g (1) buraczki- 100g sos pieczeniowy (7) Kompot 200 ml
Podwieczorek	Budyń śmietankowy (7)	Budyń śmietankowy (7)	Budyń śmietankowy (7)	Budyń śmietankowy (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek zielony 40g ser biały 40 g wędlina wieprzowa 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g sałata 20g ser biały 40 g wędlina wieprzowa 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40 g sałata 20g wędlina wieprzowa 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g sałata 20g ser biały 40 g wędlina wieprzowa 30g
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), ogórek zielony 30g

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.

Dietyk
mgr Damian Białek

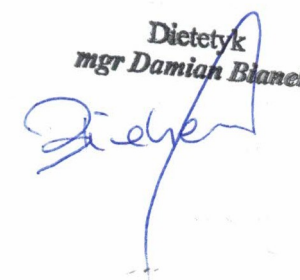


Dzień 2 PIĄTEK 10.11.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony (7) 30g pasta jajeczna 40g (4) pomidor 40g sałata 20g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony (7) 30g pasta jajeczna 40g (4) pomidor 40g sałata 20g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony (7) 30g pasta jajeczna 40g (4) pomidor 40g sałata 20g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony (7) 30g pasta jajeczna 40g (4) pomidor 40g sałata 20g
II Śniadanie	Biszkopty (1,3)	Biszkopty (1,3)	Biszkopty (1,3)	Biszkopty (1,3)
Obiad	Kapuśniak 350ml, (6,7,9) Gzik 200g (7) ziemniaki 200g	Kapuśniak 350ml, (6,7,9) Gzik 200g (7) ziemniaki 200g	Kapuśniak 350ml, (6,7,9) Gzik 200g (7) ziemniaki 200g	Kapuśniak 350ml, (6,7,9) Gzik 200g (7) ziemniaki 200g
Podwieczorek	Ryż z musem jabłkowym (7)	Ryż z musem jabłkowym (7)	Ryż z musem jabłkowym (7)	Ryż z musem jabłkowym (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty –30 g pasta rybna 40g marchewka tarta 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty –30 g pasta rybna 40g marchewka tarta 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty –30 g pasta rybna 40g marchewka tarta 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty –30 g pasta rybna 40g marchewka tarta 50g
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

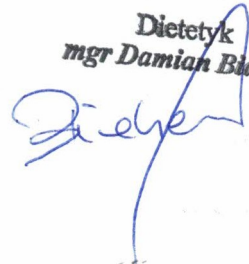


Dzień 3 SOBOTA 11.11.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 20g kiełbasa zwyczajna 70g ketchup 20g ogórek kiszony 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 20g parówka gotowana 70g ketchup 20g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 20g parówka gotowana 70g ketchup 20g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 20g parówka gotowana 70g ketchup 20g ogórek kiszony 40g sałata 10g
II Śniadanie	Sok pomidorowy 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.
Obiad	Kalafiorowa (1,7,9) 300 ml kluski kopytka 200g (1,3,7) cebula zasmażana 50g kapusta gotowana 100g Kompot 200 ml	Kalafiorowa (1,7,9) 300 ml Kluski leniwe z serem 250g (1,3,7) Kompot 200 ml	Kalafiorowa (1,7,9) 300 ml Kluski leniwe z serem 250g (1,3,7) Kompot 200 ml	Kalafiorowa (1,7,9) 300 ml kluski kopytka 200g (1,3,7) cebula zasmażana 50g kapusta gotowana 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g Pasta twarogowa 50g szynka drobiowa 40g sałatka jarzynowa 80g (3)	chleb 150g (1), masło (7) 10g Pasta twarogowa 50g szynka drobiowa 40g sałatka jarzynowa 80g (3)	chleb 150g (1), masło (7) 10g Pasta twarogowa 50g szynka drobiowa 40g sałatka jarzynowa 80g (3)	chleb 150g (1), masło (7) 10g Pasta twarogowa 50g szynka drobiowa 40g sałatka jarzynowa 80g (3)
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), wędlina 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 Biłek



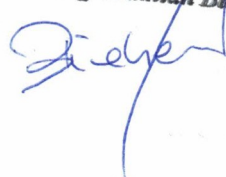
Dzień 4 NIEDZIELA 12.11.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g serek topiony 30g papryka konserwowa 30g Pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g serek topiony 30g Pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g serek topiony 30g Pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g serek topiony 30g papryka konserwowa 30g Pomidor 40g
II Śniadanie	Jogurt naturalny (7) 80g	Jogurt naturalny (7) 80g	Jogurt naturalny (7) 80g	Jogurt naturalny (7) 80g
Obiad	Pomidorowa (1,7,9) 350 ml Udko z kurczaka pieczone 120g ziemniaki 200g sałatka wiosenna 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa (1,7,9) 350 ml Udko z kurczaka gotowane 120g ziemniaki 200g sos koperkowy 80g (7) kalafor gotowany 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa (1,7,9) 350 ml Udko z kurczaka gotowane 120g ziemniaki 200g sos koperkowy 80g (7) kalafor gotowany 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa (1,7,9) 350 ml Udko z kurczaka pieczone 120g ziemniaki 200g sałatka wiosenna 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Galaretka 150g bez cukru	Galaretka 150g bez cukru	Galaretka 150g bez cukru	Galaretka 150g bez cukru
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g ser żółty 30g sałata 20g pasta warzywna 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g ser żółty 30g sałata 20g pasta warzywna 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g ser żółty 30g sałata 20g pasta warzywna 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g ser żółty 30g sałata 20g pasta warzywna 50g
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 Białek



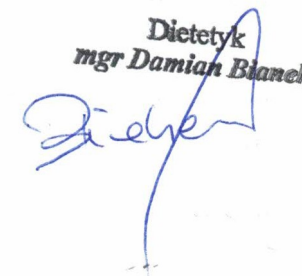
Dzień 5 PONIEDZIAŁEK 13.11.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g pasta z twarogu i warzyw 40g sałata 20g pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g pasta z twarogu i warzyw 40g sałata 20g pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g pasta z twarogu i warzyw 40g sałata 20g pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g pasta z twarogu i warzyw 40g sałata 20g pomidor 50g
II Śniadanie	Kefir (7)	Kefir (7)	Kefir (7)	Kefir (7)
Obiad	Barszcz ukraiński (1,7,9) 350ml jajko gotowane 1 szt. sos musztardowy 80 ml ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g	Barszcz ukraiński (1,7,9) 350ml jajko gotowane 1 szt. sos musztardowy 80 ml ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g	Barszcz ukraiński (1,7,9) 350ml jajko gotowane 1 szt. sos musztardowy 80 ml ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g	Barszcz ukraiński (1,7,9) 350ml jajko gotowane 1 szt. sos musztardowy 80 ml ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g
Podwieczorek	Budyń czekoladowy (7)	Budyń czekoladowy (7)	Budyń czekoladowy (7)	Budyń czekoladowy (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g twarożek biały z zieleniną 40g ser żółty 40g ogórek zielony 30 g	chleb 150g (1), masło (7) 10g twarożek biały z zieleniną 40g ser żółty 40g sałata 30 g	chleb 150g (1), masło (7) 10g twarożek biały z zieleniną 40g ser żółty 40g sałata 30 g	chleb 150g (1), masło (7) 10g twarożek biały z zieleniną 40g ser żółty 40g ogórek zielony 30 g pomidor 60g
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 Błanek



Dzień 6 WTOREK 14.11.2023	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 sałata 20g pasta drobiowa 30g Szynka wieprzowa 40 g sałatka szwedzka 50g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g sałata 20g pasta drobiowa 30g Szynka wieprzowa 40 g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g sałata 20g pasta drobiowa 30g Szynka wieprzowa 40 g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g sałata 20g pasta drobiowa 30g Szynka wieprzowa 40 g sałatka szwedzka 50g pomidor 40g
II Śniadanie	Sok warzywny 1 szt.	Sok warzywny 1 szt.	Sok warzywny 1 szt. (7)	Sok warzywny 1 szt.
Obiad	Krupnik (7,9) 350 ml Szyneł mielony 100g (1,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty czerwonej zasmażana 100g kompot 200 ml	Krupnik (7,9) 350 ml Filet z kurczaka gotowany 100g ziemniaki 200g sos szpinakowy 70 ml (8) bukiet warzyw na parze 100g kompot 200 ml	Krupnik (7,9) 350 ml Filet z kurczaka gotowany 100g ziemniaki 200g sos szpinakowy 70 ml (8) bukiet warzyw na parze 100g kompot 200 ml	Krupnik (7,9) 350 ml Szyneł mielony 100g (1,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty czerwonej zasmażana 100g kompot 200 ml
Podwieczorek	Kisiel	Kisiel	Kisiel	Kisiel
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30 g dżem 30g pomidor 30g serek topiony 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30 g dżem 30g pomidor 30g serek topiony 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30 g dżem 30g pomidor 30g serek topiony 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30 g dżem 30g pomidor 30g serek topiony 30g
Posiłek nocny				masło 10g(7), ser żółty 1 plaster, 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 ŚRODA 15.11.2023	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 30g pasta twarogowo – wieprzowa 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 szynka drobiowa 30g pasta twarogowo – wieprzowa 40g (7) sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30g pasta twarogowo – wieprzowa 40g (7) sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30g pasta twarogowo – wieprzowa 40g (7) ogórek zielony 30 g sałata 10g
II Śniadanie	Serek homogenizowany 1 szt. (7)	Serek homogenizowany 1 szt. (7)	Serek homogenizowany 1 szt. (7)	Serek homogenizowany 1 szt. (7)
Obiad	Jarzynowa (1,3 7,9) 350ml makaron 200g (1,3) sos meksykański z mięsem wieprzowym 150g (7,9,10) kompot 200 ml	Jarzynowa (1,3 7,9) 350ml Schab gotowany 100g ziemniaki 200g sos pietruszkowy 80 ml (7) buraczki 100g kompot 200 ml	Jarzynowa (1,3 7,9) 350ml Schab gotowany 100g ziemniaki 200g sos pietruszkowy 80 ml (7) buraczki 100g kompot 200 ml	Jarzynowa (1,3 7,9) 350ml makaron 200g (1,3) sos meksykański z mięsem wieprzowym 150g (7,9,10) kompot 200 ml
Podwieczorek	Herbatniki (1,3)	Herbatniki (1,3)	Herbatniki (1,3)	Herbatniki (1,3)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny 40g salceson 30g ogórek kiszony 20g pomidor 40g	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny 40g szynka drobiowa 30g marchewka tarta 20g pomidor 40g	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny 40g szynka drobiowa 30g marchewka tarta 20g	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny 40g salceson 30g ogórek kiszony 20g pomidor 40g
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

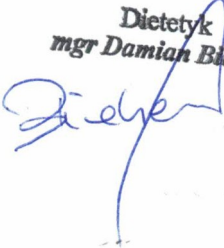


Dzień 8 CZWARTEK 16.11.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30g serek topiony 40g (7) ogórek zielony 30 g pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30g serek topiony 40g (7) sałata 10 g pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30g serek topiony 40g (7) sałata 10 g pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30g serek topiony 40g (7) ogórek zielony 30 g pomidor 50g
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Pieczarkowa (6,7,9) 350 ml Gołąbki wieprzowe 150g ziemniaki 200g sos pomidorowy (7) 80 ml	Pieczarkowa (6,7,9) 350 ml Gołąbki wieprzowe 150g ziemniaki 200g sos pomidorowy (7) 80 ml	Pieczarkowa (6,7,9) 350 ml Gołąbki wieprzowe 150g ziemniaki 200g sos pomidorowy (7) 80 ml	Pieczarkowa (6,7,9) 350 ml Gołąbki wieprzowe 150g ziemniaki 200g sos pomidorowy (7) 80 ml
Podwieczorek	Budyń śmietankowy (7)	Budyń śmietankowy (7)	Budyń śmietankowy (7)	Budyń śmietankowy (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 40g pasztet 30g sałata 20g papryka konserwowa 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 40g szynka drobiowa 30g sałata 20g pomidor 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 40g szynka drobiowa 30g sałata 20g pomidor 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 40g szynka drobiowa 30g sałata 20g papryka konserwowa 60g
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

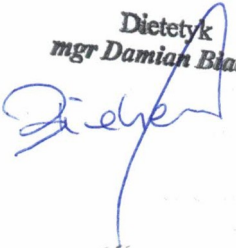


Dzień 9 PIĄTEK 17.11.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Jajko gotowane 1 szt. Pasta z suszonymi pomidorami 40g (7) ogórek zielony 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Jajko gotowane 1 szt. Pasta z suszonymi pomidorami 40g (7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Jajko gotowane 1 szt. Pasta z suszonymi pomidorami 40g (7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Jajko gotowane 1 szt. Pasta z suszonymi pomidorami 40g (7) ogórek zielony 30 g
II Śniadanie	Serek homogenizowany 1 szt. (7)	Serek homogenizowany 1 szt. (7)	Serek homogenizowany 1 szt. (7)	Serek homogenizowany 1 szt. (7)
Obiad	Ogórkowa (1,7,9) 350ml Filet rybny (4) 100g ziemniaki 200g surówka z białej kapusty 100g (3) Kompot 200 ml	Ogórkowa (1,7,9) 350ml Filet rybny gotowany(4) 100g ziemniaki 200g brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml	Ogórkowa (1,7,9) 350ml Filet rybny gotowany(4) 100g ziemniaki 200g brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml	Ogórkowa (1,7,9) 350ml Filet rybny (4) 100g ziemniaki 200g surówka z białej kapusty 100g (3) Kompot 200 ml
Podwieczorek	Ryż z musem jabłkowym (7)	Ryż z musem jabłkowym (7)	Ryż z musem jabłkowym (7)	Ryż z musem jabłkowym (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg 50g (7) dżem 20g pomidor 60g ogórek zielony 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg 50g (7) dżem 20g pomidor 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg 50g (7) dżem 20g pomidor 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg 50g (7) serek topiony 20g pomidor 60g ogórek zielony 30g
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło (7) 10g , ser żółty 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

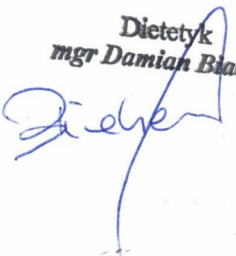


Dzień 10 SOBOTA 18.11.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 30g ser żółty 25 g sałatka makaronowa 70g (1,3,7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 30g ser żółty 25 g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 30g ser żółty 25 g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 30g ser żółty 25 g sałatka makaronowa 70g (1,3,7)
II Śniadanie	Sok pomidorowy 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.
Obiad	Paryżanka (1,7) 350ml Kiełbasa z rusztu 100g cebulka zasmażana 30g ziemniaki 200g ogórek kiszony 100g	Paryżanka (1,7) 350ml Parówka 80g sos koperkowy 80 g (7) ziemniaki 200g brokuł gotowany 100g	Paryżanka (1,7) 350ml Parówka 80g sos koperkowy 80 g (7) ziemniaki 200g brokuł gotowany 100g	Paryżanka (1,7) 350ml Parówka 80g sos koperkowy 80 g (7) ziemniaki 200g brokuł gotowany 100g
Podwieczorek	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40g pasta twarogowa z oliwkami 30g papryka 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40g pasta twarogowa z oliwkami 30g sałata 10g	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40g pasta twarogowa z oliwkami 30g sałata 10g	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40g pasta twarogowa z oliwkami 30g papryka 60g
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. 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.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Blaneck



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)	2522	2408	2389	2395	2352	2290	2310	2392	2267	2474
Białko (g)	109.77	99.98	103.85	118.05	115.93	101.11	87.43	100.83	95.22	125.55
Błonnik pokarmowy (g)	46.98	44.44	39.77	38.91	41.06	42.75	37.41	50.02	39.18	42.08
Sól (g)	5.56	4.6	4.56	4.39	4.78	4.28	4.93	4.61	5.75	4.82
Tłuszcze (g)	71.56	81.95	69.9	80.65	72.8	71.5	72.37	60.61	70.51	81.93
Węglowodany (g)	379.32	338.66	354.94	318.98	326.62	341.08	346.26	384.76	331.49	328.24
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32.13	32.04	26.23	36.84	34.4	27.91	31.75	29.43	32.17	34.77
Cukry (g)	60.69	60.9	57.57	63.34	64.2	70	61.96	59.23	60.51	65.21

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)	2468	2525	2493	2372	2333	2184	2295	2511	2206	2299
Białko (g)	114.21	91.83	121.16	115.4	115	109.14	110.03	110.43	105.67	118.68
Błonnik pokarmowy (g)	39.44	34.67	39.88	28.37	28.72	27.92	24.7	33.35	27.96	26.95
Sól (g)	4.76	4.32	4.28	4.83	4.21	4.51	4.36	4.54	4.38	4.94
Tłuszcze (g)	50.23	81.65	79.06	71.82	67.72	50.56	67.32	54.89	60.85	64.55
Węglowodany (g)	407.35	365.15	372.81	327.16	328.47	346.4	326.31	415.78	321.08	323.24
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	25.5	30.44	34.92	34.34	34.06	25.23	31.51	26.64	29.72	32.04
Cukry (g)	62.37	62.05	57.95	53.59	60.8	67.35	64.89	62.22	66.48	63.16

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)	2468	2525	2493	2372	2333	2184	2295	2511	2206	2299
Białko (g)	114.21	91.83	121.16	115.4	115	109.14	110.03	110.43	105.67	118.68
Błonnik pokarmowy (g)	39.44	34.67	39.88	28.37	28.72	27.92	24.7	33.35	27.96	26.95
Sól (g)	4.76	4.32	4.28	4.83	4.21	4.51	4.36	4.54	4.38	4.94
Tłuszcze (g)	50.23	81.65	79.06	71.82	67.72	50.56	67.32	54.89	60.85	64.55
Węglowodany (g)	407.35	365.15	372.81	327.16	328.47	346.4	326.31	415.78	321.08	323.24
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	25.5	30.44	34.92	34.34	34.06	25.23	31.51	26.64	29.72	32.04
Cukry (g)	62.37	62.05	57.95	53.59	60.8	67.35	64.89	62.22	66.48	63.16

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)	2572	2650	2599	2539	2442	2474	2634	2474	2402	2547
Białko (g)	108.69	94.62	93.38	114.87	112.85	96.75	111.07	97.63	106.02	116.91
Błonnik pokarmowy (g)	55.19	54.63	49.75	48.46	49.95	52.25	50.26	57.18	49.86	51.62
Sól (g)	4.29	4.91	5.16	5.11	4.67	4.64	4.45	5.55	5.29	5.14
Tłuszcze (g)	70.44	91.48	84.51	86.55	77.78	79.8	73.13	64.75	81.24	77.88
Węglowodany (g)	403.34	381.7	390.64	350.95	345.82	377.87	408.9	403.46	335.01	369.49
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32.93	35.96	33.74	39.95	39.56	33.22	34.01	37.72	38.98	37.32
Cukry (g)	63.6	68.83	76.7	70.39	68.85	71.93	74.49	63.65	70.24	74.31

Sporządziła: mgr inż. Joanna Ludwiszewska
Dietetyk