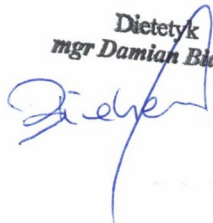


Dzień 1 SOBOTA 09.12.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 2 plastry (7) wędlna drobiowa 30g ogórek zielony 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 2 plastry (7) szynka drobiowa 30g pomidor 40g	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	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 2 plastry (7) wędlna drobiowa 30g ogórek zielony 30g
II Śniadanie	Jogurt naturalny 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt.
Obiad	Krem warzywny (7,9) Kluski kopytka 200g (1,3,7) sos pieczeniowy 80 ml (7) kapusta gotowana 100g Kompot 200 ml	Krem warzywny (7,9) Kluski leniwe z serem na słodko 200g (1,3,7) Kompot 200 ml	Krem warzywny (7,9) Kluski leniwe z serem na słodko 200g (1,3,7) Kompot 200 ml	Krem warzywny (7,9) Kluski kopytka 200g (1,3,7) sos pieczeniowy 80 ml (7) kapusta gotowana 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Budyń śmietankowy (7)	Budyń śmietankowy (7)	Budyń śmietankowy (7)	Budyń śmietankowy (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek kiszony 40g ser biały 40 g wędlna wieprzowa 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40 g wędlna wieprzowa 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40 g wędlna wieprzowa 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek kiszony 40g ser biały 40 g wędlna wieprzowa 30g
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), ser żółty 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

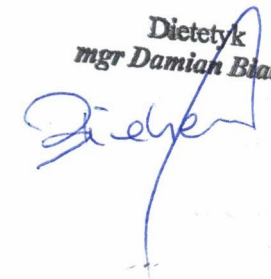


Dzień 2 NIEDZIELA 10.12.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g pasta jajeczna 40g (3) pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g pasta jajeczna 40g (3) pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g pasta jajeczna 40g (3)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g pasta jajeczna 40g (3) pomidor 40g
II Śniadanie	Jogurt owocowy 1 szt. (7)	Jogurt owocowy 1 szt. (7)	Jogurt owocowy 1 szt. (7)	Jogurt owocowy 1 szt. (7)
Obiad	Rosół z makaronem (1,3,9)350ml, (6,7,9) Udka z kurczaka pieczone 100g ziemniaki 200g kalafior gotowany 100g Kompot 200 ml	Rosół z makaronem (1,3,9)350ml, (6,7,9) Udka z kurczaka gotowane 100g ziemniaki 200g kalafior gotowany 100g Kompot 200 ml	Rosół z makaronem (1,3,9)350ml, (6,7,9) Udka z kurczaka gotowane 100g ziemniaki 200g kalafior gotowany 100g Kompot 200 ml	Rosół z makaronem (1,3,9)350ml, (6,7,9) Udka z kurczaka pieczone 100g ziemniaki 200g kalafior gotowany 100g 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 ser żółty -30 g pasta drobiowa 40g marchewka tarta 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty -30 g pasta drobiowa 40g marchewka tarta 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty -30 g pasta drobiowa 40g marchewka tarta 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty -30 g pasta drobiowa 40g marchewka tarta 50g
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. 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 Białek

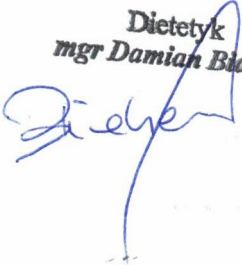


Dzień 3 PONIEDZIAŁEK 11.12.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna 30g (4) ser topiony 40g (7) ogórek kiszony 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna 30g (4) ser topiony 40g (7) pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna 30g (4) ser topiony 40g (7) pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna 30g (4) ser topiony 40g (7) ogórek kiszony 40g
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Kapuśniak (7,9,10) 300 ml Leczo warzywne z makaronem 350g (9) Kompot 200 ml	Kapuśniak (7,9,10) 300 ml Gulasz drobiowy 100g ziemniaki 200g buraczki 100g Kompot 200 ml	Kapuśniak (7,9,10) 300 ml Gulasz drobiowy 100g ziemniaki 200g buraczki 100g Kompot 200 ml	Kapuśniak (7,9,10) 300 ml Leczo warzywne z makaronem 350g (9) 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 jajko gotowane 40g sałatka jarzynowa 80g (3)	chleb 150g (1), masło (7) 10g Pasta twarogowa 50g jajko gotowane 40g sałatka jarzynowa 80g (3)	chleb 150g (1), masło (7) 10g Pasta twarogowa 50g jajko gotowane 40g sałatka jarzynowa 80g (3)	chleb 150g (1), masło (7) 10g Pasta twarogowa 50g jajko gotowane 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 Biasek



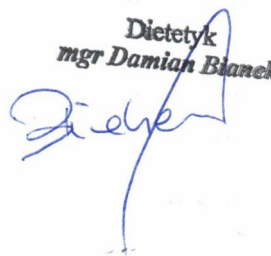
Dzień 4 WTOREK 12.12.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g serek topiony 30g papryka konserwowa 30g Pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (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	Owsianka (7) 80g	Owsianka (7) 80g	Owsianka (7) 80g	Owsianka (7) 80g
Obiad	Krem z dyni (7,9) 350 ml Pieczeń rzymska 100g ziemniaki 200g sos pieczeniowy 80g (7) sałatka z ogórków 100g Kompot 200 ml	Krem z dyni (7,9) 350 ml Roladka drobiowa 100g ziemniaki 200g sos biały lekki 80g (7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Krem z dyni (7,9) 350 ml Roladka drobiowa 100g ziemniaki 200g sos biały lekki 80g (7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Krem z dyni (7,9) 350 ml Pieczeń rzymska 100g ziemniaki 200g sos pieczeniowy 80g (7) sałatka z ogórków 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Galaretką 150g bez cukru	Galaretką 150g bez cukru	Galaretką 150g bez cukru	Galaretką 150g bez cukru
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g ser żółty 30g pasta warzywna 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g ser żółty 30g pasta warzywna 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g ser żółty 30g pasta warzywna 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g ser żółty 30g 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



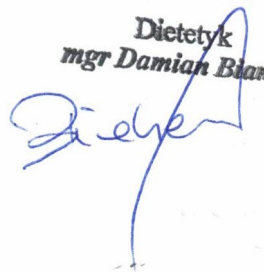
Dzień 5 ŚRODA 13.12.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta drobiowa 30g Szynka wieprzowa 40 g sałatka szwedzka 50g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta drobiowa 30g Szynka wieprzowa 40 g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta drobiowa 30g Szynka wieprzowa 40 g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta drobiowa 30g Szynka wieprzowa 40 g sałatka szwedzka 50g pomidor 40g
II Śniadanie	Ryż z jabłkiem (7)	Ryż z jabłkiem (7)	Ryż z jabłkiem (7)	Ryż z jabłkiem (7)
Obiad	Zupa kalafiorowa 300 ml (7) Klops gotowany 100g w sosie pomidorowym 80 ml (7) makaron 200g (1,3) surówka z kapusty białej (4) Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml (7) Klops gotowany 100g w sosie pomidorowym 80 ml (7) ziemniaki 200g brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml (7) Klops gotowany 100g w sosie pomidorowym 80 ml (7) ziemniaki 200g brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml (7) Klops gotowany 100g w sosie pomidorowym 80 ml (7) makaron 200g (1,3) surówka z kapusty białej (4) Kompot 200 ml
Podwieczorek	Budyń czekoladowy (7)	Budyń czekoladowy (7)	Budyń czekoladowy (7)	Budyń czekoladowy (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 30g ser żółty 40g ogórek zielony 30 g	chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 30g ser żółty 40g sałata 30 g	chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 30g ser żółty 40g sałata 30 g	chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 30g 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 Białek



Dzień 6 CZWARTEK 14.12.2023	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 z twarogu i warzyw 40g szynka drobiowa 30g pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g sałata 20g serek topiony 40g szynka drobiowa 30g pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta z twarogu i warzyw 40g pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30g pasta z twarogu i warzyw 40g pomidor 50g
II Śniadanie	Kisiel	Kisiel	Kisiel	Kisiel
Obiad	Krupnik (1,7,9) 350ml Kotlet schabowy 100g (1,3,7) ziemniaki 200g sałatka z kapusty kwaszonej 100g Kompot 200 ml	Krupnik (1,7,9) 350ml Schab gotowany 100g ziemniaki 200g sos koperkowy 80 ml (7) fasolka gotowana (6) 100g Kompot 200 ml	Krupnik (1,7,9) 350ml Schab gotowany 100g ziemniaki 200g sos koperkowy 80 ml (7) fasolka gotowana (6) 100g Kompot 200 ml	Krupnik (1,7,9) 350ml Kotlet schabowy 100g (1,3,7) ziemniaki 200g sałatka z kapusty kwaszonej 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Jabłko pieczone	Jabłko pieczone	Jabłko pieczone	Jabłko pieczone
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g twarożek biały z zieleniną 60g dżem 30g pomidor 30g ogórek kiszony 40g	chleb 150g (1), masło (7) 10g twarożek biały z zieleniną 60g dżem 30g pomidor 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g twarożek biały z zieleniną 60g dżem 30g pomidor 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g twarożek biały z zieleniną 60g dżem 30g pomidor 30g ogórek kiszony 40g
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 Białek



Dzień 7 PIĄTEK 15.12.2023	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 twarogowa 40g (7) ogórek zielony 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g pasta twarogowa 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g pasta twarogowa 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g pasta twarogowa 40g (7) ogórek zielony 30 g
II Śniadanie	Jogurt owocowy 1 szt. (7)	Jogurt owocowy 1 szt. (7)	Jogurt owocowy 1 szt. (7)	Jogurt owocowy 1 szt. (7)
Obiad	Barszcz ukraiński (7,9) 350 ml Śledź w śmietanie i warzywach 150g ziemniaki 200g kompot 200 ml	Barszcz ukraiński (7,9) 350 ml Filet rybny gotowany 100g ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g kompot 200 ml	Barszcz ukraiński (7,9) 350 ml Filet rybny gotowany 100g ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g kompot 200 ml	Barszcz ukraiński (7,9) 350 ml Śledź w śmietanie i warzywach 150g ziemniaki 200g 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 ser żółty 30g ogórek kiszony 20g pomidor 40g	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny 40g ser żółty 30g marchewka tarta 20g pomidor 40g	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny 40g ser żółty 30g marchewka tarta 20g	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny 40g ser żółty 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 Blaneł



Dzień 8 SOBOTA 16.12.2023	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) 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) 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 (1,7,9) 350 ml Bigos wieprzowy 150g ziemniaki 200g Kompot 200 ml	Pieczarkowa (1,7,9) 350 ml Udka z kurczaka gotowana 100g ziemniaki 200g sos potrawkowy 80 ml (7) bukiet warzyw 100g Kompot 200 ml	Pieczarkowa (1,7,9) 350 ml Udka z kurczaka gotowana 100g ziemniaki 200g sos potrawkowy 80 ml (7) bukiet warzyw 100g Kompot 200 ml	Pieczarkowa (1,7,9) 350 ml Udka z kurczaka gotowana 100g ziemniaki 200g sos potrawkowy 80 ml (7) bukiet warzyw 100g Kompot 200 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 papryka konserwowa 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 40g szynka drobiowa 30g pomidor 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 40g szynka drobiowa 30g pomidor 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 40g szynka drobiowa 30g 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. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Białek




Dzień 9 NIEDZIELA 17.12.2023	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)	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	Gruszka 1 szt.	Gruszka 1 szt.	Gruszka 1 szt.	Gruszka 1 szt.
Obiad	Pomidorowa (1,7,9) 350ml Devolay z warzywami 100g ziemniaki 200g fasolka 100g (6) Kompot 200 ml	Pomidorowa (1,7,9) 350ml Pierś gotowana 100g ziemniaki 200g sos szpinakowy 80g (7) buraczki 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa (1,7,9) 350ml Pierś gotowana 100g ziemniaki 200g sos szpinakowy 80g (7) buraczki 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa (1,7,9) 350ml Devolay z warzywami 100g ziemniaki 200g fasolka 100g (6) 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 szynka drobiowa 40g dżem 20g pomidor 60g ogórek zielony 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g twaróg 50g (7) dżem 20g pomidor 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g dżem 20g pomidor 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg 50g (7) szynka drobiowa 40g 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. 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 Białek

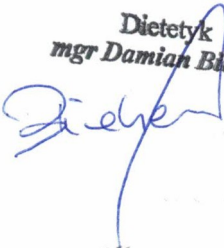


Dzień 10 PONIEDZIAŁEK 18.12.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 40g (3) ser żółty 25 g sałatka makaronowa 70g (1,3,7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 40g (3) ser żółty 25 g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 40g (3) ser żółty 25 g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 40g (3) ser żółty 25 g sałatka makaronowa 70g (1,3,7)
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Krupnik ryżowy (1,7) 350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) sos koperkowy 80 ml (7) ziemniaki 200g kapusta czerwona gotowana 100g Kompot 200 ml	Krupnik ryżowy (1,7) 350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) sos koperkowy 80 ml (7) ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Krupnik ryżowy (1,7) 350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) sos koperkowy 80 ml (7) ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Krupnik ryżowy (1,7) 350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) sos koperkowy 80 ml (7) ziemniaki 200g kapusta czerwona 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 serek topiony 40g pasta twarogowa z oliwkami 30g papryka 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g pasta twarogowa z oliwkami 30g sałata 10g	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g pasta twarogowa z oliwkami 30g sałata 10g	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 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. 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)	2333	2319	2729	2437	2435	2355	2591	2301	2290	2496
Białko (g)	100.62	114.62	145.74	117.73	117.61	108.19	134.61	86.44	105.39	100.98
Błonnik pokarmowy (g)	41.63	38.93	49.83	44.53	40.91	44.03	39.66	37.59	44.5	44.49
Sól (g)	4.87	4.23	4.31	4.61	4.52	4.34	4.04	4.47	4.1	4.28
Tłuszcze (g)	63.88	77.01	90.79	82.65	62.82	65.54	95.82	73.15	65.14	81.86
Węglowodany (g)	357.93	312.03	355.67	326.53	368.99	364.41	315.62	340.6	341.81	360.27
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32.47	36.52	34.91	40.83	28.4	22.68	43.17	25.8	26.86	33.24
Cukry (g)	59.02	60.75	81	87.96	68.66	81.6	69.07	69.79	80.02	89.66

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)	2272	2429	2668	2365	2541	2356	2375	2244	2338	2423
Białko (g)	118.88	106.3	134.56	107.56	114.83	103.03	118.47	100.62	117.47	110.11
Błonnik pokarmowy (g)	28.67	29.66	33.66	37.06	34.79	32.73	30.24	29.66	31.17	31.62
Sól (g)	4.37	4.14	4.83	4.44	4.58	4.84	4.91	4.48	4.5	4.8
Tłuszcze (g)	57.54	83.16	85.52	68.25	69.63	64.58	71.33	54.08	56.85	70.28
Węglowodany (g)	336.28	328.41	357.55	345.03	380.67	367.22	329.12	353.24	353.99	352.59
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30.79	33.56	33.51	32.99	30.72	28.96	37.94	26.2	24.3	34.52
Cukry (g)	58.93	60.21	85.79	82.21	65.64	85.34	69.21	73.78	86.94	88.66

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)	2274	2421	2669	2365	2541	2354	2368	2312	2294	2333
Białko (g)	118.9	105.94	134.58	107.56	114.83	114.42	118.12	107.37	104.53	122.73
Błonnik pokarmowy (g)	28.67	29.18	33.68	37.06	34.79	33.62	29.78	28.28	28.98	28.93
Sól (g)	4.38	4.12	4.84	4.44	4.58	4.57	4.91	4.21	4.34	4.73
Tłuszcze (g)	57.57	83.08	85.55	68.25	69.63	56.63	71.27	59.26	66.67	66.49
Węglowodany (g)	336.32	326.77	357.57	345.03	380.67	373.42	327.5	351.24	331.63	324.28
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30.81	33.54	33.56	32.99	30.72	23.16	37.93	28	32.15	33.38
Cukry (g)	58.96	59.1	85.82	82.21	65.64	89.08	68.1	73.28	64.55	66.58

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)	2529	2560	2856	2667	2697	2524	2718	2456	2475	2697
Białko (g)	99.23	111.33	124.5	117.28	106.03	106.17	118.52	86.26	113.3	112.24
Błonnik pokarmowy (g)	51.74	49.12	59.82	54.61	56.59	54.29	52.08	48.16	55.33	56.2
Sól (g)	4.25	4.54	4.47	4.33	4.66	4.97	4.96	4.1	4.24	4.23
Tłuszcze (g)	73.7	92.74	92.21	88.99	77.06	72.73	92.86	78.58	70.88	84.94
Węglowodany (g)	392.28	346.12	411.99	375.45	422.73	398.06	377.1	373.69	372.73	398.59
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	38.35	40.43	38.7	39.74	31.65	28.39	45.93	30.03	30.26	40.69
Cukry (g)	67.17	68.69	98.51	93.07	80.51	90	76.72	78.84	81.49	91.68

Sporządziła: mgr inż. Joanna Ludwiszewska
Dietetyk