

Dzień 1 SOBOTA 14.09.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g ser biały z suszonymi pomidorami 60g (7) pomidor 30g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g ser biały z suszonymi pomidorami 60g (7) pomidor 30g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g ser biały z suszonymi pomidorami 60g (7) pomidor 30g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g ser biały z suszonymi pomidorami 60g (7) pomidor 30g sałata 10g
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Ogórkowa (1,3,7,9) 350 ml Gulasz wieprzowy smażony 150g (1,7,9) kasza gotowana 200g (1) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Ogórkowa (1,3,7,9) 350 ml Sztuka mięsa gotowana 150g ziemniaki gotowane 200g sos musztardowy (7,10) 80 ml marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Ogórkowa (1,3,7,9) 350 ml Sztuka mięsa gotowana 150g ziemniaki gotowane 200g sos musztardowy (7,10) 80 ml marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Ogórkowa (1,3,7,9) 350 ml Sztuka mięsa gotowana 150g ziemniaki gotowane 200g sos musztardowy (7,10) 80 ml marchewka gotowana 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 wędlna wieprzowa 40g serek topiony 40g (7) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 40 g serek topiony 40g (7) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 40 g serek topiony 40g (7) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek zielony 40g wędlna 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 Błanek

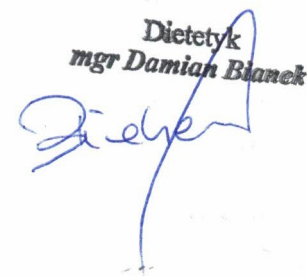


Dzień 2 NIEDZIELA 15.09.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g twaróg biały z zieleniną (7) 40g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g twaróg biały z zieleniną (7) 40g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g twaróg biały z zieleniną (7) 40g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g twaróg biały z zieleniną (7) 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	Kalafiorowa (1,3,7,9) 350ml Kotlet z piersi kurczaka smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sałatka wiosenna 100g Kompot 200 ml	Kalafiorowa (1,3,7,9) 350ml Kotlet z piersi kurczaka gotowany 100g sos potrawkowy (3,7) 80 ml ryż gotowany 200g (1) brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml	Kalafiorowa (1,3,7,9) 350ml Kotlet z piersi kurczaka gotowany 100g sos potrawkowy (3,7) 80 ml ryż gotowany 200g (1) brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml	Kalafiorowa (1,3,7,9) 350ml Kotlet z piersi kurczaka gotowany 100g sos potrawkowy (3,7) 80 ml ryż gotowany 200g (1) brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta drobiowa (7) 40g wędlna wieprzowa 40 g ogórek kiszony 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta drobiowa (7) 40g wędlna wieprzowa 40 g pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta drobiowa (7) 40g wędlna wieprzowa 40 g pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta drobiowa (7) 40g wędlna wieprzowa 40 g ogórek kiszony 40g herbata 200 ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), twarożek 25g (7)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Blanek

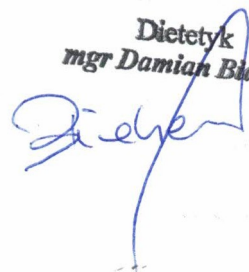


Dzień 3 PONIEDZIAŁEK 16.09.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 40g (7) pasztet wieprzowy 40g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 40g (7) pasztet wieprzowy 40g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 40g (7) pasztet wieprzowy 40g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 40g (7) pasztet wieprzowy 40g pomidor 40g sałata 10g
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Jarzynowa (1,6,7,9) 350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki gotowane 200g buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Jarzynowa (1,6,7,9) 350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki gotowane 200g buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Jarzynowa (1,6,7,9) 350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki 200g buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Jarzynowa (1,6,7,9) 350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki 200g buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Kaszka manna z sokiem owocowym 200 ml (1,7)	Kaszka manna z sokiem owocowym 200 ml (1,7)	Kaszka manna z sokiem owocowym 200 ml (1,7)	Kaszka manna z sokiem owocowym 200 ml (1,7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g sałatka jarzynowa 80g (3,7,9) ser żółty 40g (7) papryka konserwowa 30g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta warzywna 50g ser żółty 40g (7) pomidor 30g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta warzywna 50g ser biały 40g (7) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g sałatka jarzynowa 80g (3,7,9) ser żółty 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 Białek



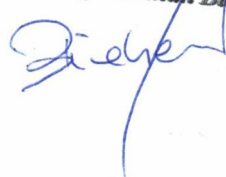
Dzień 4 WTOREK 17.09.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g ser żółty 40g (7) ogórek kiszony 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g ser żółty 40g (7) pomidor 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g ser żółty 40g (7) pomidor 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 200g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g ser żółty 40g (7) ogórek kiszony 30g
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Krupnik (1,3) 350ml Gołąbek gotowany w sosie pomidorowym 150g (7) ziemniaki gotowane 200g ogórek kiszony 100g Kompot 200 ml	Krupnik (1,3) 350ml pulpet gotowany w sosie pomidorowym 150g (7) ziemniaki gotowane 200g kalafior gotowany 100g Kompot 200 ml	Krupnik (1,3) 350ml pulpet gotowany w sosie pomidorowym 150g (7) ziemniaki gotowane 200g kalafior gotowany 100g Kompot 200 ml	Krupnik (1,3) 350ml pulpet gotowany w sosie pomidorowym 150g (7) ziemniaki gotowane 200g kalafior gotowany 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Ryż na mleku z sokiem 200 ml (1,7)	Ryż na mleku z sokiem 200 ml (1,7)	Ryż na mleku z sokiem 200 ml (1,7)	Ryż na mleku z sokiem 200 ml (1,7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały z zieleniną (7) 50g wędlna wieprzowa 40g pomidor 50g dżem 30g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały z zieleniną (7) 50g wędlna wieprzowa 40g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały z zieleniną (7) 50g wędlna wieprzowa 40g pomidor 50g dżem 30g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały z zieleniną (7) 50g wędlna wieprzowa 40g pomidor 50g herbata 200ml
Posiłek nocny				masło 10g(7), ser topiony 1 plaster(7), Chleb pełnoziarnisty 50g (1)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Alergeny: gluten, mleko, seler, jaja

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Blaneł



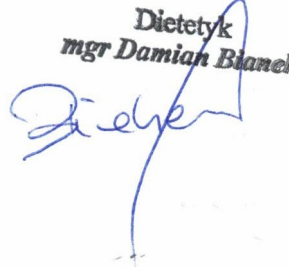
Dzień 5 ŚRODA 18.09.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) wędlina wieprzowa 40g pomidor 50g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) wędlina wieprzowa 40g pomidor 50g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) wędlina wieprzowa 40g pomidor 50g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) wędlina wieprzowa 40g pomidor 50g sałata 10g
II Śniadanie	Galaretki 1 szt.	Galaretki 1 szt.	Galaretki 1 szt.	Galaretki 1 szt.
Obiad	Zupa koperkowa (1,3,9) 350ml Leczo warzywne 150g (1,7,9) makaron gotowany 200g (1,3) Kompot 200 ml	Zupa koperkowa (1,3,9) 350ml Potrawka z kurczaka z warzywami gotowanymi 150g ryż gotowany 200g (1) Kompot 200 ml	Zupa koperkowa (1,3,9) 350ml Potrawka z kurczaka z warzywami gotowanymi 150g ryż gotowany 200g (1) Kompot 200 ml	Zupa koperkowa (1,3,9) 350ml Potrawka z kurczaka z warzywami gotowanymi 150g ryż gotowany 200g (1) Kompot 200 ml
Podwieczorek	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g Galantyna drobiowa 70g ogórek zielony 30 g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g Galantyna drobiowa 70g pomidor 60g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g Galantyna drobiowa 70g pomidor 60g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g Galantyna drobiowa 70g pomidor 60g herbata 200ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), wędlina 25g

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Alergeny: gluten, mleko, seler, jaja

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Białek



Dzień 6 CZWARTEK 19.09.2024	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 wędzony 40g (7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser wędzony 40g (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 wędzony 40g (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 wędzony 40g (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	Pomidorowa z makaronem (1,3,7,9) 350ml Pieczeń rzymska 100g kasza gotowana (1) 200g sos ciemny 80 ml (7) surówka z kapusty czerwonej 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa z makaronem (1,3,7,9) 350ml Rolada drobiowa gotowana 100g ryż gotowany 200g (1) sos szpinakowy 80 ml (7) kalafior gotowany 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa z makaronem (1,3,7,9) 350ml Rolada drobiowa gotowana 100g ryż gotowany 200g (1) sos szpinakowy 80 ml (7) kalafior gotowany 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa z makaronem (1,3,7,9) 350ml Rolada drobiowa gotowana 100g ryż gotowany 200g (1) sos szpinakowy 80 ml (7) kalafior gotowany 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (3) 50g dżem 40g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (3) 50g dżem 40g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (3) 50g dżem 40g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (3) 50g 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.

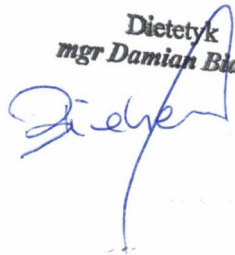
Dietetyk
mgr Damian Białek


Dzień 7 PIĄTEK 20.09.2024	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 twarogowa 30g (7) ser żółty 40g (7) papryka konserwowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 30g (7) ser żółty 40g (7) sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 30g (7) ser żółty 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 30g (7) ser żółty 40g (7) papryka konserwowa 40g
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Zupa pieczarkowa (1,3,7) 350ml Gzika 150 g (7) ziemniaki gotowane 200g kompot 200 ml	Zupa pieczarkowa (1,3,7) 350ml Gzika 150 g (7) ziemniaki gotowane 200g kompot 200 ml	Zupa pieczarkowa (1,3,7) 350ml Gzika 150 g (7) ziemniaki gotowane 200g kompot 200 ml	Zupa pieczarkowa (1,3,7)350 ml Gzika 150 g (7) ziemniaki gotowane 200g kompot 200 ml
Podwieczorek	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) pasta rybna (3,4) 40g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) pasta rybna (3,4) 40g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) pasta rybna (3,4) 40g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) pasta rybna (3,4) 40g pomidor 60g herbata 200 ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło (7) 10g ,ser żółty 25g (7)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Błanek




Dzień 8 SOBOTA 21.09.2024	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) Szynka drobiowa 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) Szynka drobiowa 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) Szynka drobiowa 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) Szynka drobiowa 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	Krem z białych warzyw (7,9) 350ml Kiełbasa z rusztu 100g ziemniaki pieczone 200g sałatka z ogórków 100g Kompot 200 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350ml Parówka gotowana 1 szt. ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy (7) 80 ml marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350ml Parówka gotowana 1 szt. ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy (7) 80 ml marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350ml Parówka gotowana 1 szt. ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy (7) 80 ml marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Budyń śmietankowy 200 ml (7)	Budyń śmietankowy 200 ml (7)	Budyń śmietankowy 200 ml (7)	Budyń śmietankowy 200 ml (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40g ser topiony 30g (7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g dżem 50 g szynka wieprzowa 40g pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g dżem 50 g szynka wieprzowa 40g pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40g ser topiony 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 Błanek




Dzień 9 NIEDZIELA 22.09.2024	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 serek smażony (7) 40g pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlna wieprzowa 40g serek smażony (7) 40g pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlna wieprzowa 40g serek smażony (7) 40g pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlna wieprzowa 40g serek smażony (7) 40g pomidor 30 g
II Śniadanie	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Obiad	Rosół z makaronem (1,3,7,9) 350ml Udko z kurczaka pieczone 100g ziemniaki gotowane 200g fasolka gotowana 100g (6) kompot 200ml	Rosół z makaronem (1,3,7,9) 350ml Udko z kurczaka gotowane 100g ryż gotowany 200g (1) sos biały lekki 80 ml (7) buraczki gotowane 100g kompot 200ml	Rosół z makaronem (1,3,7,9) 350ml Udko z kurczaka gotowane 100g ryż gotowany 200g (1) sos biały lekki 80 ml (7) buraczki gotowane 100g kompot 200ml	Rosół z makaronem (1,3,7,9) 350ml Udko z kurczaka gotowane 100g ryż gotowany 200g (1) sos biały lekki 80 ml (7) buraczki gotowane 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) wędlna drobiowa 40g ogórek 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 40 g (7) wędlna drobiowa 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 40 g (7) wędlna drobiowa 40g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 40 g (7) wędlna drobiowa 40g ogórek 60g herbata 200 ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło (7) 10g , ser żółty 25g (7)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Białek



Dzień 10 PONIEDZIAŁEK 23.09.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g sałatka ryżowa 70g (1,3,7) wędlina wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g sałatka ryżowa 70g (1,3,7) wędlina wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g sałatka ryżowa 70g (1,3,7) wędlina wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g sałatka ryżowa 70g (1,3,7) wędlina wieprzowa 40g
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Ziemniaczana (1,7,9) 350ml Kluski kopytka z boczkiem 200g (1,3,7) kapusta gotowana 100g kompot 200ml	Ziemniaczana (1,7,9) 350ml Gulasz drobiowy gotowany 150g (7) ziemniaki gotowane 200g warzywa na parze 100g kompot 200ml	Ziemniaczana (1,7,9) 350ml Gulasz drobiowy gotowany 150g (7) ziemniaki gotowane 200g warzywa na parze 100g kompot 200ml	Ziemniaczana (1,7,9) 350ml Gulasz drobiowy gotowany 150g (7) ziemniaki gotowane 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 pasta rybna 40g (4) ser topiony 50g (7) papryka 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna 40g (4) ser topiony 50g (7) pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna 40g (4) ser topiony 50g (7) pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna 40g (4) ser topiony 50g (7) papryka 60g herbata 200 ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło (7) 10g, szynka drobiowa 25g

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. 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)	2476	2210	2293	2460	2475	2486	2246	2333	2226	2531
Białko (g)	116.94	128.36	94.2	122.37	115.8	112.22	104.26	103.99	115.04	94.16
Błonnik pokarmowy (g)	48.51	43.61	39.29	35.58	50.09	39.87	39.18	40.71	41.79	45
Sól (g)	4.92	4.88	4.43	4.12	4.26	4.75	4.9	4.27	4.98	4.45
Tłuszcze (g)	75.37	60	81.5	65.03	66.42	76.56	64.41	85.42	54.87	75.27
Węglowodany (g)	352.95	322.27	315.53	358.03	378.99	367.03	329.72	304.86	350.62	390
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35.89	29.12	35.48	29.75	29.44	30.6	31.73	34.8	25.06	35.65
Cukry (g)	61.46	58.59	79.91	64.88	113.31	71.92	98.16	61.53	56.96	97.23

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)	2463	2243	2407	2328	2397	2475	2312	2288	2336	2567
Białko (g)	137.64	120.35	95.37	137.77	113.94	118.14	104.5	92.8	116.44	126.37
Błonnik pokarmowy (g)	30.81	34.35	30.61	34.17	32.02	31.68	27.26	33.2	26.49	33.92
Sól (g)	4.72	4.64	4.8	4.34	4.63	4.65	4.75	4.71	4.48	4.39
Tłuszcze (g)	67.5	48	77.23	59.11	68.54	59.49	62.89	61.14	50.23	71.74
Węglowodany (g)	338.11	360.39	343.03	320.78	345.5	392.88	343.99	356.47	379.09	371.46
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34.14	24.24	35.41	30.35	27.52	24.14	31.5	25.63	23.2	30.65
Cukry (g)	58.33	67.13	80.82	67.46	93.09	78.82	98.26	80.01	53.83	91.05

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)	2463	2243	2401	2374	2397	2475	2312	2288	2347	2567
Białko (g)	137.64	120.35	95.1	137.92	113.94	118.14	104.5	92.8	116.98	126.37
Błonnik pokarmowy (g)	30.81	34.35	30.25	34.44	32.02	31.68	27.26	33.2	27.21	33.92
Sól (g)	4.72	4.64	4.79	4.34	4.63	4.65	4.75	4.71	4.49	4.39
Tłuszcze (g)	67.5	48	77.17	59.14	68.54	59.49	62.89	61.14	50.35	71.74
Węglowodany (g)	338.11	360.39	341.8	332.27	345.5	392.88	343.99	356.47	381.55	371.46
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34.14	24.24	35.39	30.35	27.52	24.14	31.5	25.63	23.23	30.65
Cukry (g)	58.33	67.13	79.98	77.66	93.09	78.82	98.26	80.01	55.51	91.05

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)	2505	2330	2502	2355	2518	2437	2427	2293	2457	2568
Białko (g)	128.56	122.04	92.81	135.45	114.57	111.79	105.51	88.59	111.65	121.5
Błonnik pokarmowy (g)	50.7	53.88	49.83	47.83	53	52.93	49.45	54.18	49.84	51.61
Sól (g)	4.69	4.63	4.22	4.55	4.15	4.97	4.92	4.13	4.94	4.26
Tłuszcze (g)	78.6	60.41	91.12	65.06	78.54	67.2	76.95	74.65	63.05	81.15
Węglowodany (g)	342.82	362.34	350.77	327.91	363.21	382.99	351.16	341.89	397.33	364.11
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	40.7	33.72	40.87	31.73	33.04	28.28	39.18	34.5	28.78	36.06
Cukry (g)	59.77	64.9	82.62	67.56	100.9	67.81	100.82	65.68	67.78	98.81

Sporządziła: mgr inż. Joanna Ludwiszewska
Dietetyk