

Dzień 1 PONIEDZIAŁEK 18.03.2024	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	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	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	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
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Zupa krem z dyni (7,9) 350 ml Kiełbasa z rusztu 1szt. ziemniaki 200g ogórek kiszony 100g Kompot 200 ml	Zupa krem z dyni (7,9) 350ml Gulasz drobiowy (1,7) 100g ziemniaki 200g bukiet warzyw 100g Kompot 200 ml	Zupa krem z dyni (7,9) 350ml Gulasz drobiowy (1,7) 100g ziemniaki 200g bukiet warzyw 100g Kompot 200 ml	Zupa krem z dyni (7,9) 350ml Gulasz drobiowy (1,7) 100g ziemniaki 200g bukiet warzyw 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

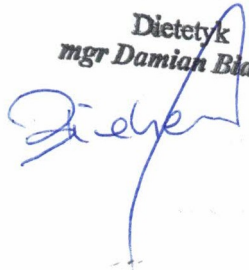


Dzień 2 WTOREK 19.03.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 30g parówka gotowana 1 szt. ketchup 30g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 30g parówka gotowana 1 szt. ketchup 30g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 30g parówka gotowana 1 szt. ketchup 30g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 30g parówka gotowana 1 szt. ketchup 30g 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	Brokułowa (7,9) 350ml Kotlet schabowy 100g (1,3) ziemniaki 200g sałatka wiosenna 100g Kompot 200 ml	Brokułowa (7,9) 350ml Schab gotowany 100g ziemniaki 200g sos szpinakowy 80 ml (7) buraczki 100g Kompot 200 ml	Brokułowa (1,7,9) 350ml Schab gotowany 100g ziemniaki 200g sos szpinakowy 80 ml (7) buraczki 100g Kompot 200 ml	Brokułowa (7,9) 350ml Schab gotowany 100g ziemniaki 200g sałatka wiosenna 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), twaróg 25g (7)

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

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Białek

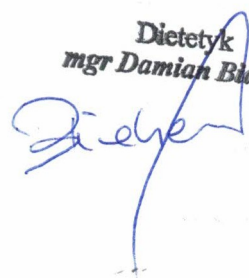


Dzień 3 ŚRODA 20.03.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40g twarożek biały 40g (7) ogórek kiszony 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40g twarożek biały 40g (7) pomidor 40g	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	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
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Ziemniaczana (7,9) 350ml Leczo warzywne (1,6,7,9) makaron (1,3) 200g Kompot 200 ml	Ziemniaczana (7,9) 350ml Parówka drobiowa 1szt. Ziemniaki 200g sos pomidorowy 80 ml (7) kalafior 100g Kompot 200 ml	Ziemniaczana (7,9) 350ml Parówka drobiowa 1szt. Ziemniaki 200g sos pomidorowy 80 ml (7) kalafior 100g Kompot 200 ml	Ziemniaczana (7,9) 350ml Leczo warzywne (1,6,7,9) makaron (1,3) 200g 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) wędlna drobiowa 40g papryka konserwowa 30g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta wieprzowa 50g (7) wędlna drobiowa 40g pomidor 30g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 50g (7) wędlna drobiowa 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta wieprzowa 50g (7) wędlna drobiowa 40g papryka konserwowa 30g herbata 200 ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), wędlna 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 CZWARTEK 21.03.2024	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)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 30g (7) szynka drobiowa 40 g warzywa na parze 50 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 30g (7) szynka drobiowa 40 g warzywa na parze 50 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 30g (7) szynka drobiowa 40 g sałatka jarzynowa 80 g (3)
II Śniadanie	Ryż z jabłkiem 100g (1)	Ryż z jabłkiem 100g (1)	Ryż z jabłkiem 100g (1)	Ryż z jabłkiem 100g (1)
Obiad	Pieczarkowa (6,7,9) 350 ml Devolay z warzywami (1,3) 100g ziemniaki 200g surówka z kapusty kwaszonej 100g Kompot 200 ml	Pieczarkowa (6,7,9) 350 ml Udka z kurczaka gotowane 100g sos potrawkowy 80 ml(3,7) ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Pieczarkowa (6,7,9) 350 ml Udka z kurczaka gotowane 100g sos potrawkowy 80 ml(3,7) ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Pieczarkowa (6,7,9) 350 ml Devolay z warzywami (1,3) 100g ziemniaki 200g surówka z kapusty kwaszonej 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Galaretki 1 szt.	Galaretki 1 szt.	Galaretki 1 szt.	Galaretki 1 szt.
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 50g dżem 30g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 50g dżem 30g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 50g dżem 30g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) szynka drobiowa 40 g 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 Białek



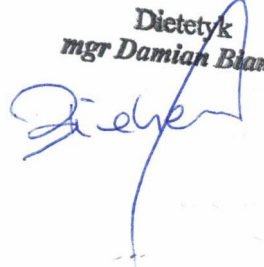
Dzień 5 PIĄTEK 22.03.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g pasta jajeczna (3) 40g sałatka szwedzka 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g pasta jajeczna (3) 40g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g pasta jajeczna (3) 40g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony (7) 40g pasta jajeczna (3) 40g sałatka szwedzka 50g
II Śniadanie	Ryż z jabłkiem 100g (1)	Ryż z jabłkiem 100g (1)	Ryż z jabłkiem 100g (1)	Ryż z jabłkiem 100g (1)
Obiad	Jarzynowa 300 ml (7,9) Filet rybny pieczony (1,3,4) 100g ziemniaki 200g surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot 200 ml	Jarzynowa 300 ml (7,9) Filet rybny gotowany (1,3,4) 100g ziemniaki 200g brokuł 100g Kompot 200 ml	Jarzynowa 300 ml (7,9) Filet rybny gotowany (1,3,4) 100g ziemniaki 200g brokuł 100g Kompot 200 ml	Jarzynowa 300 ml (7,9) Filet rybny gotowany (1,3,4) 100g ziemniaki 200g surówka z marchewki i jabłka 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 paprykarz warzywny 80g pasta twarogowa 40g (7) ogórek zielony 30 g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz warzywny 80g pasta twarogowa 40g (7) pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz warzywny 80g pasta twarogowa 40g (7) pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz warzywny 80g pasta twarogowa 40g (7) 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 SOBOTA 23.03.2024	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 drobiowa 40g (3,7) pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 40g pasta drobiowa 40g (3,7) pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 40g pasta drobiowa 40g (3,7) pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 40g pasta drobiowa 40g (3,7) pomidor 50g
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Krupnik (1,7,9) 350 ml kluski śląskie (1,3,7) 150g boczek z cebulką 50g kapusta gotowana 100g Kompot 200 ml	Krupnik (1,7,9) 350 ml kluski leniwe (1,3,7) 200g Kompot 200 ml	Krupnik (1,7,9) 350 ml kluski leniwe (1,3,7) 200g Kompot 200 ml	Krupnik (1,7,9) 350 ml Risotto 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 (7) 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

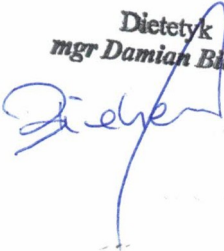


Dzień 7 NIEDZIELA 24.03.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 30g (7) szynka wieprzowa 40g papryka konserwowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 30g (7) szynka wieprzowa 40g sałata 10g	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	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
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Rosół (1,3,9) 350 ml Udko z kurczaka pieczone 100g ziemniaki 200g bukiet warzyw 100g kompot 200 ml	Rosół (1,3,9) 350 ml Pierś z kurczaka gotowana 100g ziemniaki 200g sos biały lekki 80 ml (7) bukiet warzyw 100g kompot 200 ml	Rosół (1,3,9) 350 ml Pierś z kurczaka gotowana 100g ziemniaki 200g sos biały lekki 80 ml (7) bukiet warzyw 100g kompot 200 ml	Rosół (1,3,9) 350 ml Udko z kurczaka pieczone 100g ziemniaki 200g bukiet warzyw 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 Blaneck

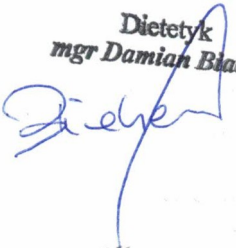


Dzień 8 PONIEDZIAŁEK 25.03.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta z sera i suszonych pomidorów 30g (7) wędlina wieprzowa 40g ogórek zielony 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 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	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	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
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Kapuśniak (6,9) 350 ml makaron 200 g (1,3) sos boloński 100g (7) Kompot 200 ml	Kapuśniak (6,9) 350 ml Klops warzywny 100g sos pomidorowy 80 ml (7) ziemniaki 200g Kompot 200 ml	Kapuśniak (6,9) 350 ml Klops warzywny 100g sos pomidorowy 80 ml (7) ziemniaki 200g Kompot 200 ml	Kapuśniak (6,9) 350 ml makaron 200 g (1,3) sos boloński 100g (7) 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 Błanek



Dzień 9 WTOREK 26.03.2024	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	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	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	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
II Śniadanie	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Obiad	Kalafiorowa (7,9) 350ml Karkówka peklowana gotowana 100g sos chrzanowy 80g (7) ziemniaki 200g fasolka gotowana (6) 100g Kompot 200 ml	Kalafiorowa (7,9) 350ml Karkówka peklowana gotowana 100g sos chrzanowy 80g (7) ziemniaki 200g kalafior gotowany 100g Kompot 200 ml	Kalafiorowa (7,9) 350ml Karkówka peklowana gotowana 100g sos chrzanowy 80g (7) ziemniaki 200g kalafior gotowany 100g Kompot 200 ml	Kalafiorowa (7,9) 350ml Karkówka peklowana gotowana 100g sos chrzanowy 80g (7) ziemniaki 200g fasolka gotowana (6) 100g 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 Błanek

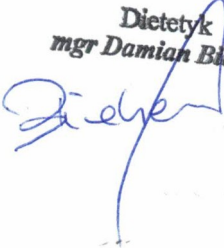


Dzień 10 ŚRODA 27.03.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 30g sałatka makaronowa 70g (1,3,7) pasta jajeczna (3) 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 30g sałatka makaronowa 70g (1,3,7) pasta jajeczna (3) 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 30g sałatka makaronowa 70g (1,3,7) pasta jajeczna (3) 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 30g sałatka makaronowa 70g (1,3,7) pasta jajeczna (3) 40g
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Rosół z makaronem (1,3,9) 350ml Kopytka z pesto i szpinakiem 200g (1,3,5,7) kompot 200ml	Rosół z makaronem (1,3,9) 350ml Ziemniaki z sosem szpinakowo - drobiowym 300g kompot 200ml	Rosół z makaronem (1,3,9) 350ml Ziemniaki z sosem szpinakowo - drobiowym 300g kompot 200ml	Rosół z makaronem (1,3,9) 350ml Ziemniaki z sosem szpinakowo - drobiowym 300g 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 40g papryka 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) szynka wieprzowa 40g sałata 10g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) szynka wieprzowa 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) szynka wieprzowa 40g 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)	2337	2520	2373	2515	2333	2357	2205	2352	2450	2345
Białko (g)	109.67	130.22	105.11	124.58	87.99	105.63	107.2	117.82	119.81	92.27
Błonnik pokarmowy (g)	38.39	44.29	48.19	43.46	42.9	44.91	40.04	35.01	46.61	39.63
Sól (g)	4.76	4.07	4.24	4.78	4.19	4.52	4.12	4.83	4.06	4.95
Tłuszcze (g)	77.95	89.01	57.98	79.08	67.85	61.94	55.3	64.93	72.8	69.42
Węglowodany (g)	316.15	339.53	381.46	346.82	360.34	374.27	339.8	338.66	363.82	356.67
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35.27	38.27	24.94	34.42	27.71	25.46	23.48	30.09	34.64	32.7
Cukry (g)	58.41	63.6	93.49	98.19	71.61	75.65	95.85	58.72	75.71	98.85

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)	2491	2402	2163	2333	2265	2242	2264	2471	2505	2687
Białko (g)	138.12	128.75	83.98	100.75	98.4	110.11	116.91	142.98	119.18	118.89
Błonnik pokarmowy (g)	36.12	34.82	30.36	34.46	31.6	30.05	29.58	30.46	33.71	30.73
Sól (g)	4.9	4.6	4.83	4.4	4.72	4.9	4.63	4.29	4.94	4.7
Tłuszcze (g)	67.78	67.79	56.43	62.9	56.96	51.84	46.44	55.54	71.86	81.87
Węglowodany (g)	349.51	347.03	344.31	357.97	352.77	362.54	357.8	363.57	374.7	382.11
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30.04	33.31	25.71	32.84	27.74	25.4	21.59	25.19	34.6	37.68
Cukry (g)	69.72	71.52	84.65	92.7	61.16	73.57	99.73	62	77.11	89.83

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)	2491	2402	2192	2333	2265	2242	2262	2471	2390	2685
Białko (g)	138.12	128.75	86.36	100.75	98.4	110.11	116.77	142.98	109.28	118.75
Błonnik pokarmowy (g)	36.12	34.82	30	34.46	31.6	30.05	29.44	30.46	34.43	30.59
Sól (g)	4.9	4.6	4	4.4	4.72	4.9	4.63	4.29	4.33	4.7
Tłuszcze (g)	67.78	67.79	59.62	62.9	56.96	51.84	46.42	55.54	62.62	81.85
Węglowodany (g)	349.51	347.03	342.3	357.97	352.77	362.54	357.51	363.57	377.12	381.82
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30.04	33.31	27.19	32.84	27.74	25.4	21.59	25.19	29.03	37.68
Cukry (g)	69.72	71.52	83.81	92.7	61.16	73.57	99.66	62	78.75	89.73

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)	2510	2539	2511	2510	2333	2375	2402	2539	2502	2586
Białko (g)	132.29	125.93	104.78	118.55	90.69	98.77	110.16	116.01	111.71	106.24
Błonnik pokarmowy (g)	56.16	54.63	48.73	53.56	53.98	50.71	51.27	46.53	58.78	48.85
Sól (g)	4.16	4.76	4.14	4.63	4.65	4.11	4.67	4.05	4.61	4.11
Tłuszcze (g)	73.72	87.17	83.4	78.34	64.68	64.12	63.22	88.35	78.8	88.15
Węglowodany (g)	356.67	350.69	358.64	358.44	371.36	384.7	374.08	341.13	378.46	364.21
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33.66	44.06	36.88	36.78	31.87	28.78	29.22	39.35	38.76	41.46
Cukry (g)	70.94	70.41	88.83	90.86	76.03	79.99	94.73	59.97	76.97	93.48

Sporządziła: mgr inż. Joanna Ludwiszewska
Dietetyk