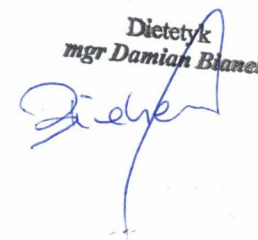


| Dzień 1 WTOREK 24.09.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|---------------------------|---|---|---|---|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40g ser smażony 60g (7) pomidor 30g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40g ser smażony 60g (7) pomidor 30g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40g ser smażony 60g (7) pomidor 30g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40g ser smażony 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 | Pieczarkowa (1,3,9) 350 ml Kotlet schabowy smażony 100g (1,3) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty białej 100g Kompot 200 ml | Pieczarkowa (1,3,9) 350 ml Sztuka mięsa gotowana 100g ziemniaki gotowane 200g sos musztardowy 80 ml (7,10) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml | Pieczarkowa (1,3,9) 350 ml Sztuka mięsa gotowana 100g ziemniaki gotowane 200g sos musztardowy 80 ml (7,10) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml | Pieczarkowa (1,3,9) 350 ml Sztuka mięsa gotowana 100g ziemniaki gotowane 200g sos musztardowy 80 ml (7,10) buraczki gotowane 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 wędlina drobiowa 40g serek topiony 40g (7) herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g serek topiony 40g (7) herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g serek topiony 40g (7) herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek zielony 40g wędlina drobiowa 40g 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 Białek




| Dzień 2 ŚRODA 25.09.2024 | 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 | Jarzynowa (7,9) 350ml sos boloński 150g (1,7,9) makaron gotowany (1,3) 200g Kompot 200 ml | Jarzynowa (7,9) 350ml pulpet gotowany 100g sos pomidorowy 80 ml (7) ziemniaki gotowane 200g brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml | Jarzynowa (7,9) 350ml pulpet gotowany 100g sos pomidorowy 80 ml (7) ziemniaki gotowane 200g brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml | Jarzynowa (7,9) 350ml pulpet gotowany 100g sos pomidorowy 80 ml (7) ziemniaki gotowane 200g 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), twarózek 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

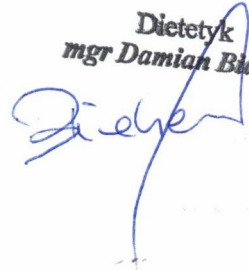


| Dzień 3 CZWARTEK 26.09.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|-----------------------------|--|--|--|--|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 40g (7) pasztet wieprzowy 40g pomidor 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 | Ogórkowa (1,6,7,9) 350ml kluski leniwe z serem 200g (1,3,7) Kompot 200 ml | Ogórkowa (1,6,7,9) 350ml kluski leniwe z serem 200g (1,3,7) Kompot 200 ml | Ogórkowa (1,6,7,9) 350ml kluski leniwe z serem 200g (1,3,7) Kompot 200 ml | Ogórkowa (1,6,7,9) 350ml kaszotto z warzywami 200g (1) 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



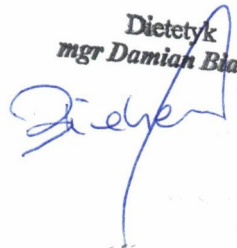
| Dzień 4 PIĄTEK 27.09.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|---------------------------|--|--|--|--|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 30g (7) ser żółty 40g (7) sałata 10g pomidor 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 pomidor 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 pomidor 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 pomidor 40g |
| II Śniadanie | Jogurt 1 szt. (7) | Jogurt 1 szt. (7) | Jogurt 1 szt. (7) | Jogurt 1 szt. (7) |
| Obiad | Krupnik ryżowy (1,7) 350ml Śledź w śmietanie i warzywach 150g (4,7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml | Krupnik ryżowy (1,7) 350ml ryba gotowana 100g (4) ziemniaki gotowane 200g bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 200 ml | Krupnik ryżowy (1,7) 350ml ryba gotowana 100g (4) ziemniaki gotowane 200g bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 200 ml | Krupnik ryżowy (1,7) 350ml ryba gotowana 100g (4) ziemniaki gotowane 200g bukiet warzyw 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 pasta rybna (3,4) 50g pomidor 50g jajko gotowane 1 szt. (3) herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały z zieleniną (7) 50g pasta rybna (3,4) 50g pomidor 50g jajko gotowane 1 szt. (3) herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały z zieleniną (7) 50g pasta rybna (3,4) 50g pomidor 50g jajko gotowane 1 szt. (3) herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały z zieleniną (7) 50g pasta rybna (3,4) 50g pomidor 50g jajko gotowane 1 szt. (3) 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. 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. Goryczka i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. tubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Alergeny: gluten, mleko, seler, jaja

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Białek



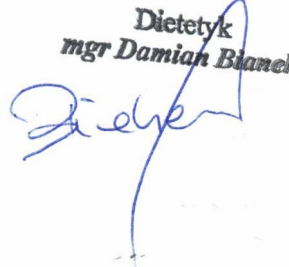
| Dzień 5 SOBOTA 28.09.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|---------------------------|---|--|--|---|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g kiełbasa gotowana 1 szt. pomidor 50g dżem 1 szt. sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g parówka gotowana 1 szt. pomidor 50g dżem 1 szt. sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g parówka gotowana 1 szt. pomidor 50g dżem 1 szt. sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g kiełbasa gotowana 1 szt. pomidor 50g dżem 1 szt. sałata 10g |
| II Śniadanie | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. |
| Obiad | Zupa kalafiorowa (1,3,9) 350ml Bigos wieprzowy 150g ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml | Zupa kalafiorowa (1,3,9) 350ml Gulasz drobiowy gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml | Zupa kalafiorowa (1,3,9) 350ml Gulasz drobiowy gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml | Zupa kalafiorowa (1,3,9) 350ml Gulasz drobiowy gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g buraczki gotowane 100g 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 NIEDZIELA 29.09.2024 | 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 twarogowo-buraczkowa 40g (7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowo-buraczkowa 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 pasta twarogowo-buraczkowa 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 pasta twarogowo-buraczkowa 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 Kotlet z piersi kurczaka smażony 100g (1,3) ziemniaki gotowane 200g fasolka gotowana 100g (6) Kompot 200 ml | Pomidorowa z makaronem (1,3,7,9) 350ml Filet drobiowy gotowany 100g ryż gotowany 200g (1) sos szpinakowy 80 ml (7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml | Pomidorowa z makaronem (1,3,7,9) 350ml Filet drobiowy gotowany 100g ryż gotowany 200g (1) sos szpinakowy 80 ml (7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml | Pomidorowa z makaronem (1,3,7,9) 350ml Filet drobiowy gotowany 100g ryż gotowany 200g (1) sos szpinakowy 80 ml (7) marchewka gotowana 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 g 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.

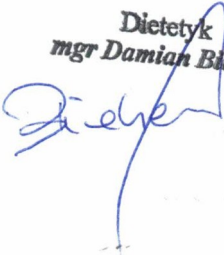
Dietetyk
mgr Damian Białek


| Dzień 7 PONIEDZIAŁEK 30.09.2024 | 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 wędlina 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 wędlina 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 wędlina 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 wędlina drobiowa 40g ser żółty 40g (7) ogórek kiszony 30g |
| II Śniadanie | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. |
| Obiad | Zupa ziemniaczana (7,9) 350 ml Jajko gotowane (3) 1 szt. ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy (7) 80 ml buraczki gotowane 100g kompot 200 ml | Zupa ziemniaczana (7,9) 350 ml Jajko gotowane (3) 1 szt. ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy (7) 80 ml buraczki gotowane 100g kompot 200 ml | Zupa ziemniaczana (7,9) 350 ml Jajko gotowane (3) 1 szt. ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy (7) 80 ml buraczki gotowane 100g kompot 200 ml | Zupa ziemniaczana (7,9) 350 ml Jajko gotowane (3) 1 szt. ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy (7) 80 ml buraczki gotowane 100g 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 Blaneck

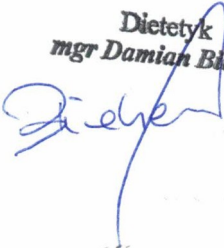


| Dzień 8 WTOREK 01.10.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|---------------------------|---|---|---|---|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta z sera i suszonych pomidorów 30g (7) Szynka 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 | Barszcz z makaronem (1,3,7,9) 350 ml Gulasz wieprzowy smażony 150g kasza gotowana 200g (1) ogórek kiszony 100g Kompot 200 ml | Barszcz z makaronem (1,3,7,9) 350 ml Rolada drobiowa gotowana 100g ryż gotowany 200g (1) sos potrawkowy 80 ml (3,7) bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 200 ml | Barszcz z makaronem (1,3,7,9) 350 ml Rolada drobiowa gotowana 100g ryż gotowany 200g (1) sos potrawkowy 80 ml (3,7) bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 200 ml | Barszcz z makaronem (1,3,7,9) 350 ml Rolada drobiowa gotowana 100g ryż gotowany 200g (1) sos potrawkowy 80 ml (3,7) bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 200 ml |
| Podwieczorek | Budyń śmietankowy 200 ml (7) | Budyń śmietankowy 200 ml (7) | Budyń śmietankowy 200 ml (7) | Budyń śmietankowy 200 ml (7) |
| Kolacja | chleb 150g (1), masło (7) 10g 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. 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 Blaneł

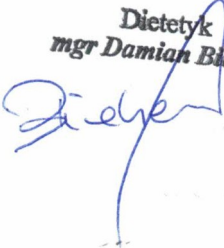


| Dzień 9 ŚRODA 02.10.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|--------------------------|---|---|---|---|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlina wieprzowa 40g serek smażony (7) 40g pomidor 30 g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlina 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 Wędlina 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 Wędlina wieprzowa 40g serek smażony (7) 40g pomidor 30 g |
| II Śniadanie | Kisiel 200 ml | Kisiel 200 ml | Kisiel 200 ml | Kisiel 200 ml |
| Obiad | Krem z białych warzyw (7,9) 350ml Leczo warzywne 150g (7,9) makaron gotowany 200g (1,3) kompot 200ml | Krem z białych warzyw (7,9) 350ml pierogi z truskawkami (1,3,7)- 6 sztuk-200 g kompot 200ml | Krem z białych warzyw (7,9) 350ml pierogi z truskawkami (1,3,7)- 6 sztuk-200 g kompot 200ml | Krem z białych warzyw (7,9) 350ml Leczo warzywne 150g (7,9) ziemniaki gotowane 200g 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) galantyna ze szpinakiem 40g ogórek 60g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 40 g (7) galantyna ze szpinakiem 40g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 40 g (7) galantyna ze szpinakiem 40g pomidor 60g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 40 g (7) galantyna ze szpinakiem 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 Błanek



| Dzień 10 CZWARTEK 03.10.2024 | 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 | Krupnik (1,7,9) 350ml Szyncel mielony 100g (1,3) ziemniaki gotowane 200g ogórek kiszony 100g kompot 200ml | Krupnik (1,7,9) 350ml Klops gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g sos porowy 80 ml (7,9) marchewka gotowana 100g kompot 200ml | Krupnik (1,7,9) 350ml Klops gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g sos porowy 80 ml (7,9) marchewka gotowana 100g kompot 200ml | Krupnik (1,7,9) 350ml Klops gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g sos porowy 80 ml (7,9) marchewka gotowana 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 wieprzowa 40g ser topiony 50g (7) papryka 60g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta wieprzowa 40g ser topiony 50g (7) pomidor 60g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta wieprzowa 40g ser topiony 50g (7) pomidor 60g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta wieprzowa 40g 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) | 2241 | 2396 | 2526 | 2459 | 2459 | 2127 | 2344 | 2374 | 2478 | 2355 |
| Białko (g) | 114.22 | 123.81 | 121.74 | 130.07 | 96.58 | 114.27 | 109.87 | 105.74 | 117.39 | 96.33 |
| Błonnik pokarmowy (g) | 35.34 | 39.31 | 48.16 | 37.88 | 50.94 | 43.61 | 38.79 | 51.58 | 55.94 | 39.89 |
| Sól (g) | 4.7 | 4.57 | 4.99 | 4.18 | 4.98 | 4.83 | 4.51 | 4.23 | 4.89 | 4.29 |
| Tłuszcze (g) | 62.62 | 64.85 | 91.96 | 80.72 | 82.9 | 47.07 | 69.29 | 73.79 | 58.68 | 75.53 |
| Węglowodany (g) | 322.87 | 357.64 | 351.77 | 325.14 | 351.02 | 344 | 340.49 | 345.62 | 408.85 | 340.15 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 30.07 | 33.35 | 43.13 | 33.64 | 34.39 | 21.58 | 28.89 | 30.91 | 23.7 | 28.72 |
| Cukry (g) | 51.55 | 57.54 | 84.41 | 71.18 | 113.59 | 73.34 | 107.26 | 74.44 | 78.24 | 93.19 |

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) | 2381 | 2305 | 2517 | 2290 | 2449 | 2266 | 2439 | 2431 | 2191 | 2483 |
| Białko (g) | 132.81 | 140.93 | 115.89 | 122.83 | 110.87 | 109.95 | 110.14 | 113.31 | 100.96 | 115.01 |
| Błonnik pokarmowy (g) | 25.02 | 36.56 | 33.02 | 25.13 | 36.35 | 30.69 | 27.47 | 28.6 | 29.71 | 35.02 |
| Sól (g) | 4.96 | 4.93 | 4.55 | 4.74 | 4.99 | 4.5 | 4.85 | 4.58 | 4.81 | 4.72 |
| Tłuszcze (g) | 61.91 | 51.48 | 80.46 | 59.89 | 68.49 | 43.27 | 68.75 | 54.51 | 45.84 | 68.62 |
| Węglowodany (g) | 334.43 | 348.61 | 345.57 | 326.2 | 365.44 | 386.08 | 357.15 | 383.26 | 370.2 | 368.56 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 31.23 | 23.3 | 40 | 29.92 | 29.57 | 21.92 | 28.76 | 23.89 | 22.52 | 31.58 |
| Cukry (g) | 55.83 | 71.92 | 80.25 | 62.71 | 112.74 | 81.6 | 101.22 | 76.35 | 54.6 | 93.96 |

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) | 2381 | 2305 | 2517 | 2290 | 2449 | 2266 | 2439 | 2431 | 2191 | 2483 |
| Białko (g) | 132.81 | 140.93 | 115.89 | 122.83 | 110.87 | 109.95 | 110.14 | 113.31 | 100.96 | 115.01 |
| Błonnik pokarmowy (g) | 25.02 | 36.56 | 33.02 | 25.13 | 36.35 | 30.69 | 27.47 | 28.6 | 29.71 | 35.02 |
| Sól (g) | 4.96 | 4.93 | 4.55 | 4.74 | 4.99 | 4.5 | 4.85 | 4.58 | 4.81 | 4.72 |
| Tłuszcze (g) | 61.91 | 51.48 | 80.46 | 59.89 | 68.49 | 43.27 | 68.75 | 54.51 | 45.84 | 68.62 |
| Węglowodany (g) | 334.43 | 348.61 | 345.57 | 326.2 | 365.44 | 386.08 | 357.15 | 383.26 | 370.2 | 368.56 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 31.23 | 23.3 | 40 | 29.92 | 29.57 | 21.92 | 28.76 | 23.89 | 22.52 | 31.58 |
| Cukry (g) | 55.83 | 71.92 | 80.25 | 62.71 | 112.74 | 81.6 | 101.22 | 76.35 | 54.6 | 93.96 |

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) | 2423 | 2395 | 2525 | 2344 | 2569 | 2323 | 2506 | 2474 | 2383 | 2484 |
| Białko (g) | 123.73 | 142.62 | 101.07 | 119.63 | 107.11 | 111.97 | 102.76 | 105.33 | 104.07 | 110.14 |
| Błonnik pokarmowy (g) | 44.91 | 54.29 | 53.29 | 45.96 | 56.7 | 51.94 | 47.23 | 49.03 | 69.29 | 52.71 |
| Sól (g) | 4.93 | 4.88 | 4.52 | 4.42 | 4.52 | 4.49 | 4.42 | 4.73 | 4.51 | 4.59 |
| Tłuszcze (g) | 73.01 | 63.99 | 95.98 | 69.22 | 82.52 | 57.85 | 79.2 | 74.31 | 59.1 | 78.03 |
| Węglowodany (g) | 339.14 | 350.06 | 340.14 | 332.36 | 374.82 | 376.22 | 368.13 | 367.74 | 406.35 | 361.21 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 37.79 | 32.82 | 42.09 | 35.29 | 34.89 | 30.17 | 36.16 | 32.61 | 27.95 | 36.99 |
| Cukry (g) | 57.27 | 68.79 | 85.22 | 64.82 | 107.1 | 70.62 | 99.9 | 61.93 | 89.34 | 91.72 |

Sporządziła: mgr inż. Joanna Ludwiszewska
Dietetyk