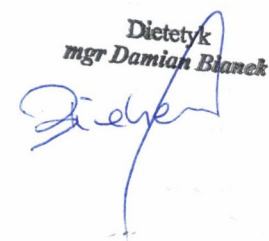


| Dzień 1 ŚRODA 26.06.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|--------------------------|--|--|--|--|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40g (7) wędlna drobiowa 40g pomidor 30g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40g (7) wędlna drobiowa 40g pomidor 30g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40g (7) wędlna drobiowa 40g pomidor 30g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40g (7) wędlna drobiowa 40g pomidor 30g sałata 10g |
| II Śniadanie | Jogurt 1 szt. (7) | Jogurt 1 szt. (7) | Jogurt 1 szt. (7) | Jogurt 1 szt. (7) |
| Obiad | Kapuśniak (1,3,9) 350 ml sos boloński (7) 150g makaron 200g (1,3) Kompot 200 ml | Kapuśniak (1,3,9) 350 ml Pulpet gotowany 100g sos śmietanowy (7) 80g ziemniaki 200g buraczki 100g Kompot 200 ml | Kapuśniak (1,3,9) 350 ml Pulpet gotowany 100g sos śmietanowy (7) 80g ziemniaki 200g buraczki 100g Kompot 200 ml | Kapuśniak (1,3,9) 350 ml Pulpet gotowany 100g sos śmietanowy (7) 80g ziemniaki 200g buraczki 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 szynka wieprzowa 40 g serek topiony 40g (7) herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40 g serek topiony 40g (7) herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40 g serek topiony 40g (7) herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek zielony 40g szynka 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 Białek

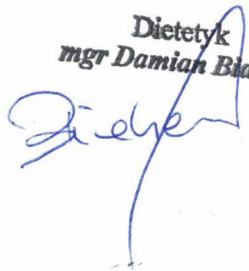


| Dzień 2 CZWARTEK 27.06.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|--------------------------------|---|---|---|---|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g pasta jajeczna (3) 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 pasta jajeczna (3) 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 pasta jajeczna (3) 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 pasta jajeczna (3) 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 | Koperkowa (1,3,7,9) 350ml Gulasz wieprzowy 150g (7) kasza 200g (1) ogórek kiszony 100g Kompot 200 ml | Koperkowa (1,3,7,9) 350ml Gulasz drobiowy 150g (7) kasza 200g (1) warzywa na parze 100g Kompot 200 ml | Koperkowa (1,3,7,9) 350ml Gulasz drobiowy 150g (7) kasza 200g (1) warzywa na parze 100g Kompot 200 ml | Koperkowa (1,3,7,9) 350ml Gulasz drobiowy 150g (7) kasza 200g (1) warzywa na parze 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 biały z zieleniną (7) 40g wędlna wieprzowa 40 g ogórek kiszony 40g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleniną (7) 40g wędlna wieprzowa 40 g pomidor 40g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleniną (7) 40g wędlna wieprzowa 40 g pomidor 40g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleniną (7) 40g wędlna wieprzowa 40 g ogórek kiszony 40g 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 Blaneł

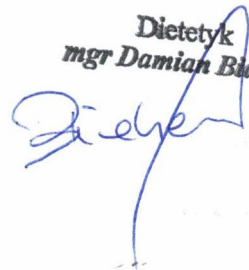


| Dzień 3 PIĄTEK 28.06.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|---------------------------|--|--|--|--|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna 40g (4,7) jajko gotowane 1 szt. (3) pomidor 40g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna 40g (4,7) jajko gotowane 1 szt. (3) pomidor 40g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna 40g (4,7) jajko gotowane 1 szt. (3) pomidor 40g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna 40g (4,7) jajko gotowane 1 szt. (3) pomidor 40g sałata 10g |
| II Śniadanie | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. |
| Obiad | Krupnik (1,7,9) 350ml Gzika 100g (7) ziemniaki 200g Kompot 200 ml | Krupnik (1,7,9) 350ml Gzika 100g (7) ziemniaki 200g Kompot 200 ml | Krupnik (1,7,9) 350ml Gzika 100g (7) ziemniaki 200g Kompot 200 ml | Krupnik (1,7,9) 350ml Gzika 100g (7) ziemniaki 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 sałatka jarzynowa 80g (3,7,9) serek topiony 40g (7) papryka konserwowa 30g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) serek topiony 40g (7) pomidor 30g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) serek topiony 40g (7) herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g sałatka jarzynowa 80g (3,7,9) serek topiony 40g (7) papryka konserwowa 30g 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 4 SOBOTA 29.06.2024 | 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 parówka 1 szt. ketchup 20g ser żółty 40g (7) ogórek kiszony 30g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g parówka 1 szt. ketchup 20g ser żółty 40g (7) pomidor 30g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g parówka 1 szt. ketchup 20g ser żółty 40g (7) pomidor 30g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g parówka 1 szt. ketchup 20g 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 | Jarzynowa (7,9) 350ml Bigos wieprzowy 150g ziemniaki 200g Kompot 200 ml | Jarzynowa (7,9) 350ml Rolada drobiowa 100g (7) ziemniaki 200g sos potrawkowy (3,7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml | Jarzynowa (7,9) 350ml Rolada drobiowa 100g (7) ziemniaki 200g sos potrawkowy (3,7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml | Jarzynowa (7,9) 350ml Rolada drobiowa 100g (7) ziemniaki 200g sos potrawkowy (3,7) marchewka gotowana 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 ser biały 30g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 50g dżem 30g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 30g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 50g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 30g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 50g dżem 30g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 30g (7) szynka drobiowa 40 g 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. 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.

Alergeny: gluten, mleko, seler, jaja

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Białek



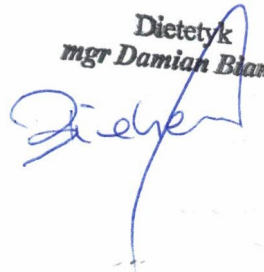
| Dzień 5 NIEDZIELA 30.06.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|------------------------------|---|---|---|---|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 40g pasta twarogowa (7) 40g pomidor 50g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 40g pasta twarogowa (7) 40g pomidor 40g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 40g pasta twarogowa (7) 40g pomidor 40g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 40g pasta twarogowa (7) 40g pomidor 40g |
| II Śniadanie | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. |
| Obiad | Pomidorowa 300 ml (1,3,7,9) Kotlet schabowy 100g (1,3,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty białej 100g Kompot 200 ml | Pomidorowa 300 ml (1,3,7,9) Schab gotowany 100g ziemniaki 200g sos szpinakowy (7) 80 ml buraczki 100g Kompot 200 ml | Pomidorowa 300 ml (1,3,7,9) Schab gotowany 100g ziemniaki 200g sos szpinakowy (7) 80 ml buraczki 100g Kompot 200 ml | Pomidorowa 300 ml (1,3,7,9) Schab gotowany 100g ziemniaki 200g sos szpinakowy (7) 80 ml buraczki 100g Kompot 200 ml |
| Podwieczorek | Jabłko 1 szt. | Jabłko 1 szt. | Jabłko 1 szt. | Jabłko 1 szt. |
| Kolacja | chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g pasta wieprzowa 40g ogórek zielony 30 g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g pasta wieprzowa 40g pomidor 60g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g pasta wieprzowa 40g pomidor 60g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g pasta wieprzowa 40g pomidor 60g herbata 200ml |
| 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.

Alergeny: gluten, mleko, seler, jaja

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Białek

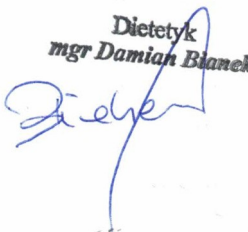


| Dzień 6 PONIEDZIAŁEK 01.07.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|------------------------------------|--|--|--|--|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) pasta rybna (4) 50g pomidor 50g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) pasta rybna (4) 50g pomidor 50g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) pasta rybna (4) 50g pomidor 50g sałata 10g | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) pasta rybna (4) 50g pomidor 50g sałata 10g |
| II Śniadanie | Jogurt 1 szt. (7) | Jogurt 1 szt. (7) | Jogurt 1 szt. (7) | Jogurt 1 szt. (7) |
| Obiad | Pieczarkowa (1,7,9) 300ml Jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki 200g sos koperkowy 80 ml (7) bukiet warzyw na parze 100g Kompot 200 ml | Pieczarkowa (1,7,9) 300ml Jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki 200g sos koperkowy 80 ml (7) bukiet warzyw na parze 100g Kompot 200 ml | Pieczarkowa (1,7,9) 300ml Jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki 200g sos koperkowy 80 ml (7) bukiet warzyw na parze 100g Kompot 200 ml | Pieczarkowa (1,7,9) 300ml Jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki 200g sos koperkowy 80 ml (7) bukiet warzyw na parze 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) dżem 40g pomidor 50g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) dżem 40g pomidor 50g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) dżem 40g pomidor 50g herbata 200ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) dżem 40g 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

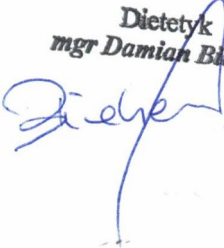


| Dzień 7 WTOREK 02.07.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|---------------------------|---|---|--|---|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g pasta jajeczna 40g (3) papryka konserwowa 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) 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) 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) papryka konserwowa 40g |
| II Śniadanie | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. |
| Obiad | Barszcz ukraiński (6,7,9) 350 ml Pierś z kurczaka soute 100g ziemniaki 200g marchewka z groszkiem 100g kompot 200 ml | Barszcz ukraiński (6,7,9) 350 ml Sztuka mięsa gotowana 100g ziemniaki 200g sos musztardowy 80 ml (7,9) buraczki 100g kompot 200 ml | Barszcz ukraiński (6,7,9) 350 ml Sztuka mięsa gotowana 100g ziemniaki 200g sos musztardowy 80 ml (7,9) buraczki 100g kompot 200 ml | Barszcz ukraiński (6,7,9) 350 ml Sztuka mięsa gotowana 100g ziemniaki 200g sos musztardowy 80 ml (7,9) buraczki 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 galantyna drobiowa 40g pomidor 60g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g galantyna drobiowa 40g pomidor 60g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g galantyna drobiowa 40g pomidor 60g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g galantyna drobiowa 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

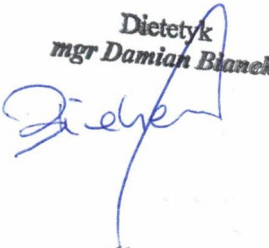


| Dzień 8 ŚRODA 03.07.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|--------------------------|--|--|--|--|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta z sera i suszonych pomidorów 30g (7) wędlna wieprzowa 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) wędlna wieprzowa 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) wędlna wieprzowa 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) wędlna wieprzowa 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 | Kalafiorowa (7,9) 350 ml Kluski kopytka z kiełbaską 200g (1,3,7) cebula zasmażana 80g kapusta gotowana 100g Kompot 200 ml | Kalafiorowa (7,9) 350 ml Filet z kurczaka gotowany 100g ziemniaki 200g sos biały lekki 80 ml (7) brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml | Kalafiorowa (7,9) 350 ml Filet z kurczaka gotowany 100g ziemniaki 200g sos biały lekki 80 ml (7) brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml | Kalafiorowa (7,9) 350 ml Filet z kurczaka gotowany 100g ziemniaki 200g sos biały lekki 80 ml (7) brokuł 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 wędlna drobiowa 40g pasztet wieprzowy 30g pomidor 40g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g pasztet wieprzowy 30g pomidor 40g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g pasztet wieprzowy 30g pomidor 40g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g pasztet wieprzowy 30g 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

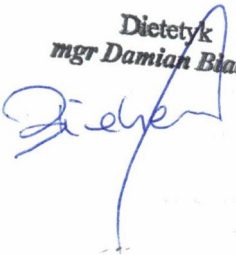


| Dzień 9 CZWARTEK 04.07.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|-----------------------------|--|--|--|--|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlna wieprzowa 40g serek smażony (7) 40g pomidor 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 | Krupnik ryżowy (1,6,7,9) 350ml Leczo warzywne 150g (7,9) makaron 200g (1,3) kompot 200ml | Krupnik ryżowy (1,6,7,9) 350ml Parówka 1 szt. ziemniaki 200g sos pomidorowy 80 ml (7) kalafior gotowany 100g kompot 200ml | Krupnik ryżowy (1,6,7,9) 350ml Parówka 1 szt. ziemniaki 200g sos pomidorowy 80 ml (7) kalafior gotowany 100g kompot 200ml | Krupnik ryżowy (1,6,7,9) 350ml Parówka 1 szt. ziemniaki 200g sos pomidorowy 80 ml (7) kalafior gotowany 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 Błanek

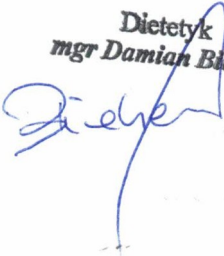


| Dzień 10 PIĄTEK 05.07.2024 | Dieta podstawowa | Dieta lekkostrawna | Dieta biegunkowa | Dieta cukrzycowa |
|-------------------------------|---|---|---|---|
| Śniadanie | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g sałatka makaronowa 70g (1,3,7) ser żółty 40g (7) | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g sałatka makaronowa 70g (1,3,7) ser żółty 40g (7) | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g sałatka makaronowa 70g (1,3,7) ser żółty 40g (7) | Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g sałatka makaronowa 70g (1,3,7) ser żółty 40g (7) |
| II Śniadanie | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. | Galaretka 1 szt. |
| Obiad | Ogórkowa (7,9) 350ml Filet rybny smażony 100g (1,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot 200 ml | Ogórkowa (7,9) 350ml Filet rybny gotowany 100g (1,3,4,7) ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml | Ogórkowa (7,9) 350ml Filet rybny gotowany 100g (1,3,4,7) ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml | Ogórkowa (7,9) 350ml Filet rybny gotowany 100g (1,3,4,7) ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml |
| 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 jajeczna 40g (3) ser topiony 50g (7) papryka 60g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 40g (3) ser topiony 50g (7) papryka 60g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 40g (3) ser topiony 50g (7) papryka 60g herbata 200 ml | chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 40g (3) 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 Białek



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) | 2381 | 2343 | 2294 | 2459 | 2275 | 2163 | 2208 | 2399 | 2316 | 2554 |
| Białko (g) | 122.79 | 111.33 | 93.57 | 109.98 | 111.21 | 103.21 | 119.15 | 97.19 | 101.69 | 92.62 |
| Błonnik pokarmowy (g) | 33.93 | 48.42 | 38.92 | 44.53 | 39.4 | 45.48 | 45.67 | 43.45 | 47.4 | 39.09 |
| Sól (g) | 4.1 | 4.22 | 4.14 | 4.37 | 4.41 | 4.75 | 4.45 | 4.95 | 4.86 | 4.83 |
| Tłuszcze (g) | 78.39 | 71.39 | 72.74 | 84.52 | 66.08 | 55.49 | 50.29 | 73.47 | 56.1 | 85.06 |
| Węglowodany (g) | 310.55 | 348.72 | 330.73 | 331.93 | 326.87 | 346.61 | 341.43 | 357.65 | 384.05 | 371.28 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 37.63 | 33.06 | 29.04 | 35.5 | 25.95 | 28.7 | 22.29 | 32.07 | 23.25 | 36.89 |
| Cukry (g) | 56.73 | 64.83 | 77.07 | 76.43 | 96.55 | 81.31 | 102.16 | 65.96 | 72.46 | 100.95 |

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) | 2244 | 2434 | 2306 | 2340 | 2298 | 2242 | 2266 | 2236 | 2141 | 2453 |
| Białko (g) | 112.92 | 130.48 | 98.32 | 119.36 | 116.44 | 103.72 | 112.88 | 102.32 | 97.91 | 102.15 |
| Błonnik pokarmowy (g) | 25.46 | 38.81 | 26.44 | 30.81 | 26.92 | 34.26 | 29.07 | 29.61 | 31.68 | 32.32 |
| Sól (g) | 4.48 | 4.02 | 4.68 | 4.48 | 4.89 | 4.89 | 4.01 | 4.71 | 4.59 | 4.19 |
| Tłuszcze (g) | 55.7 | 63.58 | 69.3 | 66.49 | 56.98 | 54.57 | 52.2 | 55.69 | 50.2 | 70.28 |
| Węglowodany (g) | 336.69 | 366.66 | 331.89 | 330.11 | 344.71 | 363 | 349.61 | 343.99 | 352.82 | 369.43 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 29.43 | 25.78 | 33.06 | 33.42 | 26.91 | 28.6 | 24.08 | 23.43 | 23.51 | 35.98 |
| Cukry (g) | 61.54 | 70.87 | 78.39 | 70.49 | 94.7 | 81.63 | 102.1 | 60.93 | 58.67 | 95.4 |

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) | 2244 | 2434 | 2300 | 2386 | 2298 | 2242 | 2264 | 2236 | 2141 | 2453 |
| Białko (g) | 112.92 | 130.48 | 98.05 | 119.51 | 116.44 | 103.72 | 112.74 | 102.32 | 97.91 | 102.15 |
| Błonnik pokarmowy (g) | 25.46 | 38.81 | 26.08 | 31.08 | 26.92 | 34.26 | 28.93 | 29.61 | 31.68 | 32.32 |
| Sól (g) | 4.48 | 4.02 | 4.67 | 4.48 | 4.89 | 4.89 | 4.01 | 4.71 | 4.59 | 4.19 |
| Tłuszcze (g) | 55.7 | 63.58 | 69.24 | 66.52 | 56.98 | 54.57 | 52.18 | 55.69 | 50.2 | 70.28 |
| Węglowodany (g) | 336.69 | 366.66 | 330.66 | 341.6 | 344.71 | 363 | 349.32 | 343.99 | 352.82 | 369.43 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 29.43 | 25.78 | 33.04 | 33.42 | 26.91 | 28.6 | 24.08 | 23.43 | 23.51 | 35.98 |
| Cukry (g) | 61.54 | 70.87 | 77.55 | 80.69 | 94.7 | 81.63 | 102 | 60.93 | 58.67 | 95.4 |

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) | 2364 | 2549 | 2408 | 2516 | 2318 | 2251 | 2378 | 2388 | 2268 | 2367 |
| Białko (g) | 118.44 | 136.57 | 93.81 | 120.95 | 111.91 | 96.57 | 117.86 | 111.03 | 96.49 | 92.6 |
| Błonnik pokarmowy (g) | 45.35 | 58.54 | 49.68 | 54 | 49.13 | 52.57 | 51.81 | 52.55 | 54.38 | 49.26 |
| Sól (g) | 4.51 | 4.01 | 4.98 | 4.69 | 4.67 | 4.16 | 4.14 | 4.48 | 4 | 4.72 |
| Tłuszcze (g) | 68.9 | 76.79 | 79.61 | 81.93 | 60.52 | 62.22 | 62.62 | 68.08 | 59.76 | 77.29 |
| Węglowodany (g) | 341.4 | 369.21 | 352.35 | 347.91 | 357.24 | 364.13 | 363.32 | 356.39 | 374.83 | 348.98 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone (g) | 37 | 35.42 | 33.87 | 40.02 | 28.9 | 32.74 | 31.93 | 28.94 | 29.21 | 40 |
| Cukry (g) | 62.98 | 68.84 | 82.84 | 72.52 | 96.13 | 82.52 | 100.65 | 64.18 | 69.86 | 95.93 |

Sporządziła: mgr inż. Joanna Ludwiszewska
Dietetyk