

Dzień 1 PIĄTEK 26.07.2024	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 40g (7) ser żółty 40g (7) pomidor 30g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40g (7) ser żółty 40g (7) pomidor 30g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40g (7) ser żółty 40g (7) pomidor 30g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40g (7) ser żółty 40g (7) pomidor 30g sałata 10g
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 Filet rybny smażony 100g (1,3,4) ziemniaki 200g surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot 200 ml	Krupnik (1,7,9) 350 ml Filet rybny gotowany 100g (4) ziemniaki 200g kalafior gotowany 100g Kompot 200 ml	Krupnik (1,7,9) 350 ml Filet rybny gotowany 100g (4) ziemniaki 200g kalafior gotowany 100g Kompot 200 ml	Krupnik (1,7,9) 350 ml Filet rybny gotowany 100g (4) ziemniaki 200g surówka z marchewki i jabłka 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 pasta jajeczna (3) 40 g serek topiony 40g (7) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (3) 40 g serek topiony 40g (7) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (3) 40 g serek topiony 40g (7) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek zielony 40g pasta jajeczna (3) 40 g serek topiony 40g (7) herbata 200ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), ser żółty 30g (7)

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

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Błanek

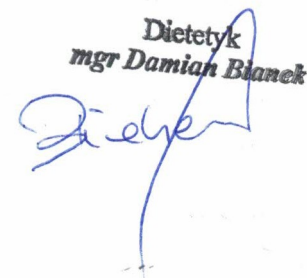


Dzień 2 SOBOTA 27.07.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g paprykarz rybny (4) 40g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g paprykarz rybny (4) 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 paprykarz rybny (4) 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 paprykarz rybny (4) 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	Barszcz ukraiński (1,3,6,9) 350ml Pierogi z serem 300g – 6 szt. (1,3,7) Kompot 200 ml	Barszcz ukraiński (1,3,6,9) 350ml Kurczak gotowany 100g ziemniaki 200g sos śmietanowy lekki 80 ml (7) warzywa na parze 100g Kompot 200 ml	Barszcz ukraiński (1,3,6,9) 350ml Kurczak gotowany 100g ziemniaki 200g sos śmietanowy lekki 80 ml (7) warzywa na parze 100g Kompot 200 ml	Barszcz ukraiński (1,3,6,9) 350ml Kurczak gotowany 100g ziemniaki 200g sos śmietanowy lekki 80 ml (7) 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 pasta drobiowa (7) 40g wędlna wieprzowa 40 g ogórek kiszony 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta drobiowa (7) 40g wędlna wieprzowa 40 g pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta drobiowa (7) 40g wędlna wieprzowa 40 g pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta drobiowa (7) 40g wędlna wieprzowa 40 g ogórek kiszony 40g herbata 200 ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), twarożek 25g (7)

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

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Białek

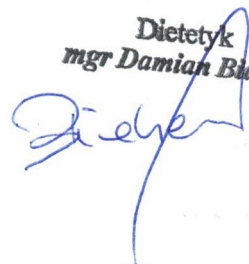


Dzień 3 NIEDZIELA 28.07.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 40g (7) szynka wieprzowa 40g pomidor 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 40g (7) szynka wieprzowa 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) szynka wieprzowa 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) szynka wieprzowa 40g pomidor 40g sałata 10g
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Zupa pomidorowa (1,3,6,9) 350ml Devolay z warzywami 100g (1,3,6,7,9) ziemniaki 200g surówka z kapusty młodej 100g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa (1,3,6,9) 350ml Rolada drobiowa 100g ziemniaki 200g sos biały 80 ml (7) buraczki 100g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa (1,3,6,9) 350ml Rolada drobiowa 100g ziemniaki 200g sos biały 80 ml (7) buraczki 100g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa (1,3,6,9) 350ml Rolada drobiowa 100g ziemniaki 200g sos biały 80 ml (7) buraczki 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Kaszka manna z sokiem owocowym 200 ml (1,7)	Kaszka manna z sokiem owocowym 200 ml (1,7)	Kaszka manna z sokiem owocowym 200 ml (1,7)	Kaszka manna z sokiem owocowym 200 ml (1,7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g sałatka jarzynowa 80g (3,7,9) szynka drobiowa 40g papryka konserwowa 30g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) szynka drobiowa 40g pomidor 30g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) szynka drobiowa 40g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g sałatka jarzynowa 80g (3,7,9) szynka drobiowa 40g 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 Biłek



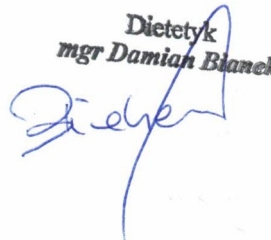
Dzień 4 PONIEDZIAŁEK 29.07.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna (4) 40g ser żółty 40g (7) ogórek kiszony 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna (4) 40g ser żółty 40g (7) pomidor 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna (4) 40g ser żółty 40g (7) pomidor 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna (4) 40g ser żółty 40g (7) ogórek kiszony 30g
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Ziemniaczana (7,9) 350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) sos koperkowy 80 ml (7) ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Ziemniaczana (7,9) 350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) sos koperkowy 80 ml (7) ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Ziemniaczana (7,9) 350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) sos koperkowy 80 ml (7) ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Ziemniaczana (7,9) 350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) sos koperkowy 80 ml (7) ziemniaki 200g 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 serek biały z zieleniną (7) 50g wędlina drobiowa 40g pomidor 50g dżem 30g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały z zieleniną (7) 50g wędlina drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały z zieleniną (7) 50g wędlina drobiowa 40g pomidor 50g dżem 30g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek biały z zieleniną (7) 50g wędlina drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200ml
Posiłek nocny				masło 10g(7), ser topiony 1 plaster(7), Chleb pełnoziarnisty 50g (1)

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

Alergeny: gluten, mleko, seler, jaja

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Białek



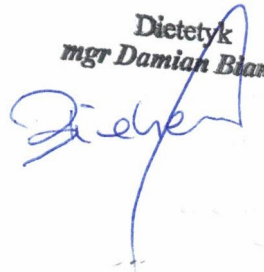
Dzień 5 WTOREK 30.07.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g parówka 1 szt. ketchup 20g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g parówka 1 szt. ketchup 20g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g parówka 1 szt. ketchup 20g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g parówka 1 szt. ketchup 20g pomidor 40g
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Jarzynowa (7,9) 300 ml Żeberka pieczone 100g ziemniaki 200g buraczki 100g Kompot 200 ml	Jarzynowa (7,9) 300 ml Sztuka mięsa gotowana 100g ziemniaki 200g sos musztardowy 80 ml (7,10) buraczki 100g Kompot 200 ml	Jarzynowa (7,9) 300 ml Sztuka mięsa gotowana 100g ziemniaki 200g sos musztardowy 80 ml (7,10) buraczki 100g Kompot 200 ml	Jarzynowa (7,9) 300 ml Sztuka mięsa gotowana 100g ziemniaki 200g sos musztardowy 80 ml (7,10) 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), 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 ŚRODA 31.07.2024	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) wędlina wieprzowa 40g pomidor 50g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) wędlina wieprzowa 40g pomidor 50g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) wędlina wieprzowa 40g pomidor 50g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) wędlina wieprzowa 40g pomidor 50g sałata 10g
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Ogórkowa (1,3,9) 350ml Kaszotto z warzywami 300g (1,9) Kompot 200 ml	Ogórkowa (1,3,9) 350ml Gulasz drobiowy 130g (1,7) ryż 200g (1) brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml	Ogórkowa (1,3,9) 350ml Gulasz drobiowy 130g (1,7) ryż 200g (1) brokuł gotowany 100g Kompot 200 ml	Ogórkowa (1,3,9) 350ml Kaszotto z 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 Galantyna drobiowa 70g dżem 40g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g Galantyna drobiowa 70g dżem 40g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g Galantyna drobiowa 70g dżem 40g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g Galantyna drobiowa 70g 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

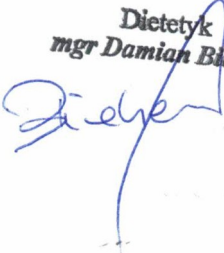


Dzień 7 CZWARTEK 01.08.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) szynka drobiowa 40g papryka konserwowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) szynka drobiowa 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieloną 30g (7) szynka drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) szynka drobiowa 40g papryka konserwowa 40g
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Owocowa (1,3) 350 ml Kotlet z piersi kurczaka 100g (1,3,7) ziemniaki 200g sałatka z ogórków 100g kompot 200 ml	Owocowa (1,3) 350 ml Pulpet gotowany 100g (1,3,7) sos koperkowy 80 ml (7) ziemniaki 200g bukiet warzyw 100g kompot 200 ml	Owocowa (1,3) 350 ml Pulpet gotowany 100g (1,3,7) sos koperkowy 80 ml (7) ziemniaki 200g bukiet warzyw 100g kompot 200 ml	Owocowa (1,3) 350 ml Pulpet gotowany 100g (1,3,7) sos koperkowy 80 ml (7) 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 jajko gotowane 1 szt. (3) pasta wieprzowa (3) 40g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) pasta wieprzowa (3) 40g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) pasta wieprzowa (3) 40g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) pasta wieprzowa (3) 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 Białek



Dzień 8 PIĄTEK 02.08.2024	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) ser żółty 40g (7) 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) ser żółty 40g (7) 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) ser żółty 40g (7) 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) ser żółty 40g (7) 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	Pieczarkowa (1,3,7,9) 350 ml Śledź w śmietanie i warzywach 150g (4,7) ziemniaki 200g Kompot 200 ml	Pieczarkowa (1,3,7,9) 350 ml Gzika 150g (7) ziemniaki 200g Kompot 200 ml	Pieczarkowa (1,3,7,9) 350 ml Gzika 150g (7) ziemniaki 200g Kompot 200 ml	Pieczarkowa (1,3,7,9) 350 ml Gzika 150g (7) ziemniaki 200g 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 sałatka makaronowa z warzywami 80g (1,3) ser wędzony 30g (7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g dżem 50 g ser topiony 50g (7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g dżem 50 g ser topiony 50g (7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g sałatka makaronowa z warzywami 80g (1,3) ser wędzony 30g (7) pomidor 40g herbata 200 ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło (7) 10g , ser topiony 1 plaster(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

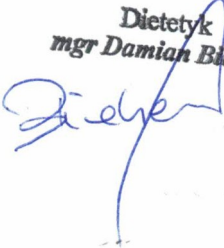


Dzień 9 SOBOTA 03.08.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlina wieprzowa 40g serek smażony (7) 40g pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia 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	Kalafiorowa (7,9) 350ml Pieczeń rzymska 100g kasza 200g (1) ogórek kiszony 100g kompot 200ml	Kalafiorowa (7,9) 350ml Pierś z kurczaka gotowana 100g ryż 200g (1) sos potrawkowy 80 ml (4,7) marchewka gotowana 100g kompot 200ml	Kalafiorowa (7,9) 350ml Pierś z kurczaka gotowana 100g ryż 200g (1) sos potrawkowy 80 ml (4,7) marchewka gotowana 100g kompot 200ml	Kalafiorowa (7,9) 350ml Pieczeń rzymska 100g kasza 200g (1) ogórek kiszony 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) wędlina drobiowa 40g ogórek 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 40 g (7) wędlina drobiowa 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 40 g (7) wędlina drobiowa 40g pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 40 g (7) wędlina 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

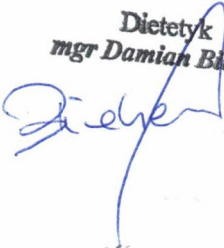


Dzień 10 NIEDZIELA 04.08.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g sałatka ryżowa 70g (1,3,7) szynka wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g sałatka ryżowa 70g (1,3,7) szynka 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) szynka 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) szynka wieprzowa 40g
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Rosół z makaronem (1,3,7,9) 350ml Udko z kurczaka pieczone 120g ziemniaki 200g fasolka gotowana (6) 100g kompot 200ml	Rosół z makaronem (1,3,7,9) 350ml Polędwica wieprzowa gotowana 100g sos musztardowy (7,10) 80 ml ziemniaki 200g buraczki 100g kompot 200ml	Rosół z makaronem (1,3,7,9) 350ml Polędwica wieprzowa gotowana 100g sos musztardowy (7,10) 80 ml ziemniaki 200g buraczki 100g kompot 200ml	Rosół z makaronem (1,3,7,9) 350ml Polędwica wieprzowa gotowana 100g sos musztardowy (7,10) 80 ml ziemniaki 200g buraczki 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 szynka wieprzowa 40g ser topiony 50g (7) papryka 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40g ser topiony 50g (7) pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka wieprzowa 40g ser topiony 50g (7) pomidor 60g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka 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)	2238	2528	2414	2200	2234	2364	2422	2177	2255	2546
Białko (g)	105.13	126.5	118.96	102.96	122.53	113.55	107.17	103.87	100.19	117.5
Błonnik pokarmowy (g)	33.24	54.31	43.93	36.58	49.48	43.15	39.54	41.92	38.85	40.77
Sól (g)	4.32	4.6	4.05	4.83	4.57	4.91	4.01	4.56	4.49	4.65
Tłuszcze (g)	69.08	76	71.31	68.84	52.83	70.03	74.23	58.19	61.98	77.94
Węglowodany (g)	313.69	373.04	343.61	308.94	339.28	353.36	349.38	328.34	351.41	363.6
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29.58	41.03	30.39	30.55	23.64	33.13	30.16	23.86	26.81	31.82
Cukry (g)	57.56	77.54	85.74	61.68	99.47	71.88	91.54	70.95	60.35	93.36

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)	2302	2359	2274	2292	2347	2477	2175	2202	2332	2550
Białko (g)	106.55	123.9	107.14	106.47	96.67	114.04	83.79	95.76	116.63	125.31
Błonnik pokarmowy (g)	31.57	39.85	32.47	25.99	31.55	30.88	29.12	25.12	31.19	31.67
Sól (g)	4.13	4.03	4.53	4.69	4.08	4.45	4.03	4.59	4.97	4.25
Tłuszcze (g)	60.55	67.28	60.29	63.57	64.51	68.89	53.11	50.89	57.52	68.78
Węglowodany (g)	346.42	343.8	341.18	334.65	359.96	375.1	355.04	350.74	373.35	373.43
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30.39	34.1	30.42	29.51	35.47	32.55	22.88	21.42	24.96	32.24
Cukry (g)	64.06	71.31	89.2	72.84	95.45	78.28	100.38	56.07	66.74	92.45

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)	2302	2344	2268	2292	2347	2477	2173	2202	2343	2548
Białko (g)	106.55	119.31	106.87	106.47	96.67	114.04	83.65	95.76	117.17	125.17
Błonnik pokarmowy (g)	31.57	40.06	32.11	25.99	31.55	30.88	28.98	25.12	31.91	31.53
Sól (g)	4.13	4.42	4.52	4.69	4.08	4.45	4.03	4.59	4.98	4.25
Tłuszcze (g)	60.55	67.38	60.23	63.57	64.51	68.89	53.09	50.89	57.64	68.76
Węglowodany (g)	346.42	344.57	339.95	334.65	359.96	375.1	354.75	350.74	375.81	373.14
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30.39	33.58	30.4	29.51	35.47	32.55	22.88	21.42	24.99	32.24
Cukry (g)	64.06	71.77	88.36	72.84	95.45	78.28	100.28	56.07	68.42	92.35

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)	2419	2617	2435	2391	2345	2547	2284	2343	2311	2511
Białko (g)	109.37	116.36	116.32	106.41	117.31	108.45	83.8	99.69	100.98	114.5
Błonnik pokarmowy (g)	48.56	65.03	49.82	47.09	60.56	52.09	51.22	51.33	51.82	48.09
Sól (g)	4.86	4.45	4.75	4.29	4.03	4.78	4.18	4.06	4.07	4.41
Tłuszcze (g)	73.93	82.95	74.63	79.69	59.77	76.66	67.07	64.88	64.04	80.81
Węglowodany (g)	351.21	396.04	347.35	333.87	363.1	393.55	361.96	363.73	377.78	355.83
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	37.83	44.55	34.54	34.59	27.7	36.71	30.53	28.21	28.3	36.79
Cukry (g)	68.4	81.19	81.96	64.87	93.89	81.07	92.86	67.54	67.54	98.4

Sporządziła: mgr inż. Joanna Ludwiszewska
Dietetyk