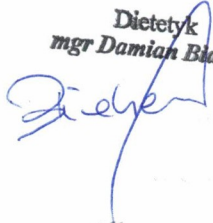


Dzień 1 NIEDZIELA 28.01.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 2 plastry (7) pasztet wieprzowy 40g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 2 plastry (7) pasztet wieprzowy 40g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 2 plastry (7) pasztet wieprzowy 40g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 2 plastry (7) pasztet wieprzowy 40g pomidor 40g
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Rosół z makaronem (1,3,7,9) 350ml Udko pieczone 120g ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Rosół z makaronem (1,3,7,9) 350ml Udko gotowane 120g sos pietruszkowy (7) 80 ml ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Rosół z makaronem (1,3,7,9) 350ml Udko gotowane 120g sos pietruszkowy (7) 80 ml ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Rosół z makaronem (1,3,7,9) 350ml Udko gotowane 120g sos pietruszkowy (7) 80 ml ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Budyń śmietankowy 200 ml(7)	Budyń śmietankowy 200 ml (7)	Budyń śmietankowy 200 ml(7)	Budyń śmietankowy 200 ml(7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek zielony 40g ser biały 40 g (7) wędlina wieprzowa 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40 g (7) wędlina wieprzowa 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40 g (7) wędlina wieprzowa 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek zielony 40g wędlina wieprzowa 30g ser biały 40 g (7)
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.

Dietyk
mgr Damian Białek

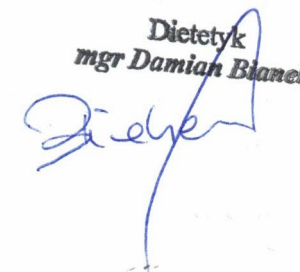


Dzień 2 PONIEDZIAŁEK 29.01.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka drobiowa 40g Pasta twarogowa 40g (7) pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka drobiowa 40g Pasta twarogowa 40g (7) pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka drobiowa 40g Pasta twarogowa 40g (7) pomidor parzony 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka drobiowa 40g Pasta twarogowa 40g (7) pomidor 40g
II Śniadanie	Jogurt owocowy 1 szt. (7)	Jogurt owocowy 1 szt. (7)	Jogurt owocowy 1 szt. (7)	Jogurt owocowy 1 szt. (7)
Obiad	Zupa ziemniaczana (1,7,9)350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) sos koperkowy (7) 80 ml ziemniaki 200g buraczki 100g Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana(1,7,9)350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) sos koperkowy (7) 80 ml ziemniaki 200g buraczki 100g Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana(1,7,9)350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) sos koperkowy (7) 80 ml ziemniaki 200g buraczki 100g Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana (1,7,9)350ml Jajko gotowane 1 szt. (3) sos koperkowy (7) 80 ml ziemniaki 200g buraczki 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g sałatka gyros 80g (3,9) ser żółty 40g (7) wędlina drobiowa 40g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) wędlina drobiowa 40g	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g	chleb 150g (1), masło (7) 10g sałatka gyros 80g (3,9) ser żółty 40g (7) wędlina drobiowa 40g
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

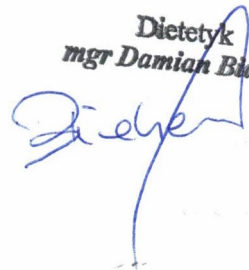


Dzień 3 WTOREK 30.01.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 30g ser topiony 40g (7) ogórek kiszony 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 30g ser topiony 40g (7) pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 30g ser topiony 40g (7) pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 30g ser topiony 40g (7) ogórek kiszony 40g
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Zupa kalafiorowa (3,9)350ml, Leczo z kiełbasą i warzywami 150g (1, 7,9) makaron 200g (1,3) Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa (3,9)350ml, pulpet gotowany 100g (1,3) ziemniaki 200g sos pomidorowy (7) 80 ml brokuł 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa (3,9)350ml, pulpet gotowany 100g (1,3) ziemniaki 200g sos pomidorowy (7) 80 ml brokuł 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa (3,9)350ml, pulpet gotowany 100g (1,3) ziemniaki 200g sos pomidorowy (7) 80 ml brokuł 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 pasta twarogowa 50g (7) szynka drobiowa 40g papryka konserwowa 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 50g (7) szynka drobiowa 40g	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 50g (7) szynka drobiowa 40g	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 50g (7) szynka drobiowa 40g papryka konserwowa 30g
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



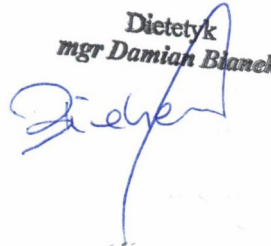
Dzień 4 ŚRODA 31.01.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 30g (7) szynka drobiowa 30g sałatka jarzynowa 80 g (3)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 30g (7) szynka drobiowa 30g warzywa na parze 50 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 30g (7) szynka drobiowa 30g warzywa na parze 50 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 30g (7) szynka drobiowa 30g sałatka jarzynowa 80 g (3)
II Śniadanie	Ryż z jabłkiem 100g (7)	Ryż z jabłkiem 100g (7)	Ryż z jabłkiem 100g (7)	Ryż z jabłkiem 100g (7)
Obiad	Krupnik (1,9) 350 ml Kotlet z piersi kurczaka 100g (1,3) ziemniaki 200g surówka wiosenna 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa (1,9) 350 ml Pierś gotowana 100g (1,3) ziemniaki 200g sos szpinakowy (7) 80 ml warzywa na parze 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa (1,9) 350 ml Pierś gotowana 100g (1,3) ziemniaki 200g sos szpinakowy (7) 80 ml warzywa na parze 100g Kompot 200 ml	Krupnik (1,9) 350 ml Kotlet z piersi kurczaka 100g (1,3) ziemniaki 200g surówka wiosenna 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) szynka wieprzowa 40g pasta warzywna 50g dżem 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) szynka wieprzowa 40g pasta warzywna 50g dżem 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) szynka wieprzowa 40g pasta warzywna 50g dżem 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) szynka wieprzowa 40g pasta warzywna 50g
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. 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



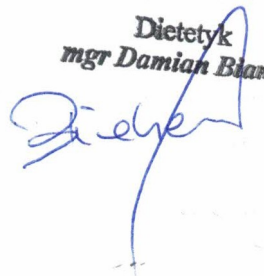
Dzień 5 CZWARTEK 01.02.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 30g (7) szynka drobiowa 40 g sałatka szwedzka 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 30g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 30g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 30g (7) szynka drobiowa 40 g sałatka szwedzka 50g
II Śniadanie	Ryż z jabłkiem 100g (7)	Ryż z jabłkiem 100g (7)	Ryż z jabłkiem 100g (7)	Ryż z jabłkiem 100g (7)
Obiad	Barszcz ukraiński 300 ml (1,7,9) Pierogi z mięsem 6 szt. (1,3,7) kapusta gotowana 100g Kompot 200 ml	Barszcz ukraiński 300 ml (1,7,9) Pierogi z truskawkami 6 szt. (1,3,7) Kompot 200 ml	Barszcz ukraiński 300 ml (1,7,9) Pierogi z truskawkami 6 szt. (1,3,7) Kompot 200 ml	Barszcz ukraiński 300 ml (1,7,9) Pierogi z mięsem 6 szt. (1,3,7) kapusta gotowana 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Budyń czekoladowy 200 ml (7)	Budyń czekoladowy 200 ml (7)	Budyń czekoladowy 200 ml (7)	Budyń czekoladowy 200 ml (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasztet 30g szynka wieprzowa 40g ogórek zielony 30 g	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasztet 30g szynka wieprzowa 40g pomidor 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasztet 30g szynka wieprzowa 40g pomidor 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasztet 30g szynka wieprzowa 40g pomidor 60g
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 Błanek



Dzień 6 PIĄTEK 02.02.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. 50g (3) pasta rybna 40 g (4) pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. 50g (3) pasta rybna 40 g (4) pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. 50g (3) pasta rybna 40 g (4) pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. 50g (3) pasta rybna 40 g (4) pomidor 50g
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Krem z dyni (1,7,9) 350ml Śledź w śmietanie i warzywach 150g (4,7) ziemniaki 200g Kompot 200 ml	Krem z dyni (1,7,9) 350ml Kotlet rybny gotowany 100g (4) ziemniaki 200g sos biały lekki 80ml (7) kalafior 100g Kompot 200 ml	Krem z dyni (1,7,9) 350ml Kotlet rybny gotowany 100g (4) ziemniaki 200g sos biały lekki 80ml (7) kalafior 100g Kompot 200 ml	Krem z dyni (1,7,9) 350ml Śledź w śmietanie i warzywach 150g (4,7) ziemniaki 200g 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 30g (7) ser topiony (7) 40g pomidor 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) ser topiony (7) 40g pomidor 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) ser topiony (7) 40g pomidor 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 30g (7) ser topiony (7) 40g pomidor 50g
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 SOBOTA 03.02.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 30g (7) wędlina drobiowa 30g papryka konserwowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 30g (7) wędlina drobiowa 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 30g (7) wędlina drobiowa 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 30g (7) wędlina drobiowa 30g papryka konserwowa 40g
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Pieczarkowa (7,9) 350 ml Gulasz wieprzowy 100g kasza (1) 200g sałatka z ogórków 100g kompot 200 ml	Pieczarkowa (7,9) 350 ml Gulasz drobiowy 100g ziemniaki 200g buraczki 100g kompot 200 ml	Pieczarkowa (7,9) 350 ml Gulasz drobiowy 100g ziemniaki 200g buraczki 100g kompot 200 ml	Pieczarkowa (7,9) 350 ml Gulasz wieprzowy 100g kasza (1) 200g sałatka z ogórków 100g kompot 200 ml
Podwieczorek	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g galart wieprzowy 40g wędlina wieprzowa 30g pomidor 40g	chleb 150g (1), masło (7) 10g galart wieprzowy 40g wędlina wieprzowa 30g pomidor 40g	chleb 150g (1), masło (7) 10g galart wieprzowy 40g wędlina wieprzowa 30g pomidor 40g	chleb 150g (1), masło (7) 10g galart wieprzowy 40g wędlina wieprzowa 30g pomidor 40g
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

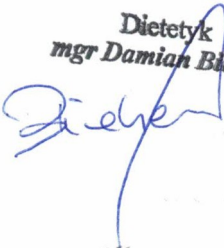


Dzień 8 NIEDZIELA 04.02.2024	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta z sera i suszonych pomidorów 30g (7) serek topiony 40g (7) ogórek zielony 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta z sera i suszonych pomidorów 30g (7) serek topiony 40g (7) pomidor 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta z sera i suszonych pomidorów 30g (7) serek topiony 40g (7) pomidor 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta z sera i suszonych pomidorów 30g (7) serek topiony 40g (7) ogórek zielony 30 g
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Sznycel mielony 100g (1,3) ziemniaki 200g surówka z marchewki 100g Kompot 200 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Rolada drobiowa gotowana 100g ziemniaki 200g sos biały ziołowy 80 ml (7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Rolada drobiowa gotowana 100g ziemniaki 200g sos biały ziołowy 80 ml (7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Sznycel mielony 100g (1,3) ziemniaki 200g surówka z marchewki 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Budyń 200 ml (7)	Budyń 200 ml (7)	Budyń 200 ml (7)	Budyń 200 ml (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g paprykarz rybny 30g (4) pomidor 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g paprykarz rybny 30g (4) pomidor 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g paprykarz rybny 30g (4) pomidor 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g paprykarz rybny 30g (4) pomidor 60g
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 PONIEDZIAŁEK 05.02.2024	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 warzywna 40g pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlna wieprzowa 40g Pasta warzywna 40g pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlna wieprzowa 40g Pasta warzywna 40g pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Wędlna wieprzowa 40g Pasta warzywna 40g pomidor 30 g
II Śniadanie	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Obiad	Zupa jarzynowa (7,9) 350ml sos boloński 150g (1,7,9) makaron (1,3) 200g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa (7,9) 350ml schab gotowany 100g sos porowy 80ml (7) ziemniaki 200g warzywa na parze 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa (7,9) 350ml schab gotowany 100g sos porowy 80ml (7) ziemniaki 200g warzywa na parze 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa (7,9) 350ml sos boloński 150g (1,7,9) makaron (1,3) 200g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Ryż z musem jabłkowym 100 g (7)	Ryż z musem jabłkowym 100 g (7)	Ryż z musem jabłkowym 100 g (7)	Ryż z musem jabłkowym 100 g (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g ser żółty 40g (7) dżem 20g ogórek 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g ser żółty 40g (7) dżem 20g	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g dżem 20g pomidor 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna drobiowa 40g ser żółty 40g (7) ogórek 60g
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 WTOREK 06.02.2024	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 gotowana 1 szt. sałatka makaronowa 70g (1,3,7) ketchup 20g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g parówka gotowana 1 szt. sałatka makaronowa 70g (1,3,7) ketchup 20g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g parówka gotowana 1 szt. sałatka makaronowa 70g (1,3,7) ketchup 20g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g parówka gotowana 1 szt. sałatka makaronowa 70g (1,3,7) ketchup 20g
II Śniadanie	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)
Obiad	Pomidorowa z ryżem (1,3,7,9) 350ml kluski kopytka z boczkiem 250g (1,3,7) kapusta gotowana 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa z ryżem (1,3,7,9) 350ml pulpet gotowany 100g ziemniaki 200g sos porowy 80 ml (7) brukselka gotowana 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa z ryżem (1,3,7,9) 350ml pulpet gotowany 100g ziemniaki 200g sos porowy 80 ml (7) brukselka gotowana 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa z ryżem (1,3,7,9) 350ml pulpet gotowany 100g ziemniaki 200g sos porowy 80 ml (7) brukselka 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 serek topiony 40g (7) wędlina drobiowa 30g papryka 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) wędlina drobiowa 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) wędlina drobiowa 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) wędlina drobiowa 30g papryka 60g
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)	2276	2386	2447	2582	2402	2485	2362	2315	2481	2596
Białko (g)	120.41	125.84	122.37	130.34	120.82	125.17	133.67	99.48	113.11	89.15
Błonnik pokarmowy (g)	35.71	43.53	41.05	41.75	40.25	45.88	46.83	44.42	45.11	45.17
Sól (g)	4.81	4.09	4.04	4.98	4.91	4.32	4.2	4.02	4.51	4.41
Tłuszcze (g)	63.83	69.56	69.92	78.86	68.87	87.74	51.57	79.4	66.8	83.14
Węglowodany (g)	322.82	345.88	347.36	353.5	342.91	337.92	363.92	321.79	387.58	394.1
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	31.4	35.35	28.91	32.06	30.52	37.72	24.37	30.21	32.5	38.94
Cukry (g)	54.76	65.96	90.47	92.96	66.02	76.68	92.75	65.67	71.8	85.73

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)	2412	2290	2314	2509	2389	2355	2339	2479	2518	2526
Białko (g)	119.55	109.13	111.76	118.24	92.36	114.84	112.04	116.76	117.7	105.95
Błonnik pokarmowy (g)	26.98	31.48	32.82	34.08	29.06	34.94	41.89	37.03	38.56	35.45
Sól (g)	4.98	4.8	4.66	4.71	4.58	4.19	4.14	4.82	4.91	4.52
Tłuszcze (g)	68.71	61.5	58.01	69.1	67.93	67.67	40.74	62.3	73.65	72.77
Węglowodany (g)	341.26	351.57	352.18	366.72	365.45	351.09	400.59	379.43	376.68	378.51
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32.48	34.23	30.48	32.35	35.93	33.7	20.42	28.05	31.93	34.26
Cukry (g)	59.8	64.32	90.46	95.35	69.36	70.22	97.56	64.68	75.29	75.59

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)	2412	2164	2314	2509	2389	2355	2339	2479	2403	2526
Białko (g)	119.55	97.97	111.76	118.24	92.36	114.84	112.04	116.76	107.08	105.95
Błonnik pokarmowy (g)	26.98	31.49	32.82	34.08	29.06	34.94	41.89	37.03	39.29	35.45
Sól (g)	4.98	4.9	4.66	4.71	4.58	4.19	4.14	4.82	4.02	4.52
Tłuszcze (g)	68.71	52.35	58.01	69.1	67.93	67.67	40.74	62.3	64.62	72.77
Węglowodany (g)	341.26	351.54	352.18	366.72	365.45	351.09	400.59	379.43	379.11	378.51
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32.48	28.75	30.48	32.35	35.93	33.7	20.42	28.05	26.48	34.26
Cukry (g)	59.8	64.27	90.46	95.35	69.36	70.22	97.56	64.68	76.92	75.59

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)	2520	2579	2455	2651	2513	2619	2354	2449	2611	2575
Białko (g)	118.16	124.73	114.59	125.15	115.6	115.26	103.26	94.02	109.64	102.32
Błonnik pokarmowy (g)	47.17	54.19	52.96	51.2	51.33	56.31	50.65	54.15	58.29	58.26
Sól (g)	4.37	4.68	4.85	4.49	4.37	4.78	4.06	4.29	4.95	4.73
Tłuszcze (g)	77.03	78.79	68.25	83.6	75.81	92.86	58.72	84.57	92.04	80.61
Węglowodany (g)	361.04	380.73	372.03	370.15	366.73	375.69	378.28	354.23	376.79	388.14
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	37.48	40.77	36.08	36.14	34.58	42.32	28.17	34.32	42.33	38.55
Cukry (g)	66.71	74.84	99.35	84.97	70.44	85.04	91	62.99	76.73	80.94

Sporządziła: mgr inż. Joanna Ludwiszewska
Dietetyk