

Dzień 1 ŚRODA 29.11.2023	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) wędlna drobiowa 30g sałata 10g ogórek zielony 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser topiony 40g (7) szynka drobiowa 30g 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 drobiowa 30g 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) wędlna drobiowa 30g sałata 10g ogórek zielony 30g
II Śniadanie	Jogurt naturalny 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt.
Obiad	Kapuśniak (1,7,9) Kotlet mielony 100g (1,3) ziemniaki 200g sałatka z ogórków 100g Kompot 200 ml	Kapuśniak (1,7,9) Pulpet gotowany 100g ziemniaki 200g sos szpinakowy (7) 80 ml Kalafior gotowany 100g Kompot 200 ml	Kapuśniak (1,7,9) Pulpet gotowany 100g ziemniaki 200g sos szpinakowy (7) 80 ml Kalafior gotowany 100g Kompot 200 ml	Kapuśniak (1,7,9) Kotlet mielony 100g (1,3) ziemniaki 200g sałatka z ogórków 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Budyń śmietankowy (7)	Budyń śmietankowy (7)	Budyń śmietankowy (7)	Budyń śmietankowy (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek kiszony 40g ser biały 40 g wędlna wieprzowa 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g sałata 20g ser biały 40 g wędlna wieprzowa 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40 g sałata 20g wędlna wieprzowa 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek kiszony 40g ser biały 40 g wędlna wieprzowa 30g
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), ser żółty 30g

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

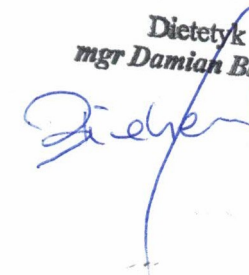


Dzień 2 CZWARTEK 30.11.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g pasta jajeczna 40g (3) pomidor 40g sałata 20g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g pasta jajeczna 40g (3) pomidor 40g sałata 20g	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 20g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g pasta jajeczna 40g (3) pomidor 40g sałata 20g
II Śniadanie	Serek homogenizowany (7)	Serek homogenizowany (7)	Serek homogenizowany (7)	Serek homogenizowany (7)
Obiad	Krem z dyni 350ml, (6,7,9) Pieczeń rzymska 100g kasza (1) 200g buraczki 100g Kompot 200 ml	Krem z dyni 350ml, (6,7,9) Rolada drobiowa 100g sos biały lekki (7) 80 ml ziemniaki 200g buraczki 100g Kompot 200 ml	Krem z dyni 350ml, (6,7,9) Rolada drobiowa 100g sos biały lekki (7) 80 ml ziemniaki 200g buraczki 100g Kompot 200 ml	Krem z dyni 350ml, (6,7,9) Pieczeń rzymska 100g kasza (1) 200g buraczki 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Ryż z musem jabłkowym (7)	Ryż z musem jabłkowym (7)	Ryż z musem jabłkowym (7)	Ryż z musem jabłkowym (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty –30 g pasta drobiowa 40g marchewka tarta 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty –30 g pasta drobiowa 40g marchewka tarta 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty –30 g pasta drobiowa 40g marchewka tarta 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty –30 g pasta drobiowa 40g marchewka tarta 50g
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

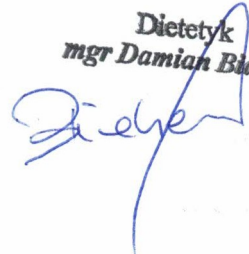


Dzień 3 PIĄTEK 01.02.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna 30g (4) ser topiony 40g (7) ogórek kiszony 40g sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna 30g (4) ser topiony 40g (7) sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna 30g (4) ser topiony 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta rybna 30g (4) ser topiony 40g (7) ogórek kiszony 40g sałata 10g
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Kalafiorowa (1,7,9) 300 ml Gzika 150g ziemniaki 200g Kompot 200 ml	Kalafiorowa (1,7,9) 300 ml Gzika 150g ziemniaki 200g Kompot 200 ml	Kalafiorowa (1,7,9) 300 ml Gzika 150g ziemniaki 200g Kompot 200 ml	Kalafiorowa (1,7,9) 300 ml Gzika 150g ziemniaki 200g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g Pasta twarogowa 50g jajko gotowane 40g sałatka jarzynowa 80g (3)	chleb 150g (1), masło (7) 10g Pasta twarogowa 50g jajko gotowane 40g sałatka jarzynowa 80g (3)	chleb 150g (1), masło (7) 10g Pasta twarogowa 50g jajko gotowane 40g sałatka jarzynowa 80g (3)	chleb 150g (1), masło (7) 10g Pasta twarogowa 50g jajko gotowane 40g sałatka jarzynowa 80g (3)
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), wędlina 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



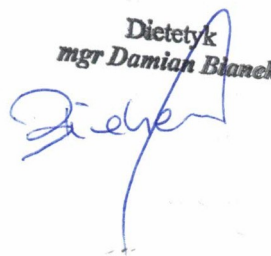
Dzień 4 SOBOTA 02.12.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g serek topiony 30g papryka konserwowa 30g Pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g serek topiony 30g Pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g serek topiony 30g Pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g serek topiony 30g papryka konserwowa 30g Pomidor 40g
II Śniadanie	Jogurt naturalny (7) 80g	Jogurt naturalny (7) 80g	Jogurt naturalny (7) 80g	Jogurt naturalny (7) 80g
Obiad	Krupnik (1,7,9) 350 ml Kiełbasa z rusztu 100g ziemniaki 200g ogórek kwaszony 100g Kompot 200 ml	Krupnik (1,7,9) 350 ml Udko gotowane 100g ziemniaki 200g sos potrawkowy 80 ml (7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Krupnik (1,7,9) 350 ml Udko gotowane 100g ziemniaki 200g sos potrawkowy 80 ml (7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Krupnik (1,7,9) 350 ml Udko gotowane 100g ziemniaki 200g sos potrawkowy 80 ml (7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Galaretka 150g bez cukru	Galaretka 150g bez cukru	Galaretka 150g bez cukru	Galaretka 150g bez cukru
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g ser żółty 30g sałata 20g pasta warzywna 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g ser żółty 30g sałata 20g pasta warzywna 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g ser żółty 30g sałata 20g pasta warzywna 50g	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlna wieprzowa 30g ser żółty 30g sałata 20g 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. 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



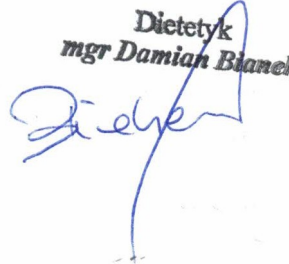
Dzień 5 NIEDZIELA 03.12.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta drobiowa 30g Szynka wieprzowa 40 g sałatka szwedzka 50g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta drobiowa 30g Szynka wieprzowa 40 g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta drobiowa 30g Szynka wieprzowa 40 g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta drobiowa 30g Szynka wieprzowa 40 g sałatka szwedzka 50g pomidor 40g
II Śniadanie	Ryż z jabłkiem (7)	Ryż z jabłkiem (7)	Ryż z jabłkiem (7)	Ryż z jabłkiem (7)
Obiad	Pomidorowa(1,7,9) 350ml Kotlet z piersi kurczaka 100g (1,3,7) ziemniaki 200g bukiet warzyw 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa(1,7,9) 350ml Filet z kurczaka gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki 200g sos pietruszkowy 80 ml (7) bukiet warzyw 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa(1,7,9) 350ml Filet z kurczaka gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki 200g sos pietruszkowy 80 ml (7) bukiet warzyw 100g Kompot 200 ml	Pomidorowa(1,7,9) 350ml Kotlet z piersi kurczaka 100g (1,3,7) ziemniaki 200g bukiet warzyw 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Budyń czekoladowy (7)	Budyń czekoladowy (7)	Budyń czekoladowy (7)	Budyń czekoladowy (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 30g ser żółty 40g ogórek zielony 30 g	chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 30g ser żółty 40g sałata 30 g	chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 30g ser żółty 40g sałata 30 g	chleb 150g (1), masło (7) 10g Szynka wieprzowa 30g ogórek zielony 30 g 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 Blaneł



Dzień 6 PONIEDZIAŁEK 04.12.2023	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 pasta z twarogu i warzyw 40g serek topiony 40g sałata 20g pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g pasta z twarogu i warzyw 40g sałata 20g pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta z twarogu i warzyw 40g sałata 20g pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g pasta z twarogu i warzyw 40g sałata 20g pomidor 50g
II Śniadanie	Kisiel	Kisiel	Kisiel	Kisiel
Obiad	Ziemniaczana (7,9) 350 ml Gołąbki w sosie pomidorowym 200g (7) ziemniaki 200g kompot 200 ml	Ziemniaczana (7,9) 350 ml Gołąbki w sosie pomidorowym 200g (7) ziemniaki 200g kompot 200 ml	Ziemniaczana (7,9) 350 ml Gołąbki w sosie pomidorowym 200g (7) ziemniaki 200g kompot 200 ml	Ziemniaczana (7,9) 350 ml Gołąbki w sosie pomidorowym 200g (7) ziemniaki 200g kompot 200 ml
Podwieczorek	Jabłko pieczone	Jabłko pieczone	Jabłko pieczone	Jabłko pieczone
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g twarożek biały z zieleniną 60g dżem 30g pomidor 30g ogórek kiszony 40g	chleb 150g (1), masło (7) 10g twarożek biały z zieleniną 60g dżem 30g pomidor 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g twarożek biały z zieleniną 60g dżem 30g pomidor 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g twarożek biały z zieleniną 60g dżem 30g pomidor 30g ogórek kiszony 40g
Posiłek nocny				masło 10g(7), ser żółty 1 plaster, Chleb pełnoziarnisty 50g (1)

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

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Białek



Dzień 7 WTOREK 05.12.2023	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 30g pasta twarogowo – wieprzowa 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 szynka drobiowa 30g pasta twarogowo – wieprzowa 40g (7) sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30g pasta twarogowo – wieprzowa 40g (7) sałata 10g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30g pasta twarogowo – wieprzowa 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	Jarzynowa (1,3 7,9) 350ml Kotlet mielony z jajkiem (1,3,7) – 100g ziemniaki 200g surówka z kapusty kwaszonej 100g kompot 200 ml	Jarzynowa (1,3 7,9) 350ml Stroganow wieprzowy w sosie śmietankowym 150g (7) ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g kompot 200 ml	Jarzynowa (1,3 7,9) 350ml Stroganow wieprzowy w sosie śmietankowym 150g (7) ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g kompot 200 ml	Jarzynowa (1,3 7,9) 350ml Kotlet mielony z jajkiem (1,3,7) – 100g ziemniaki 200g surówka z kapusty kwaszonej 100g kompot 200 ml
Podwieczorek	Herbatniki (1,3)	Herbatniki (1,3)	Herbatniki (1,3)	Herbatniki (1,3)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny 40g salceson 30g ogórek kiszony 20g pomidor 40g	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny 40g szynka drobiowa 30g marchewka tarta 20g pomidor 40g	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny 40g szynka drobiowa 30g marchewka tarta 20g	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny 40g salceson 30g ogórek kiszony 20g 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 Białek

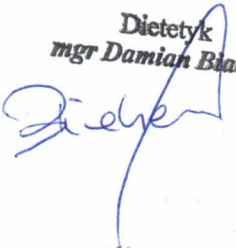


Dzień 8 ŚRODA 06.12.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30g serek topiony 40g (7) ogórek zielony 30 g pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30g serek topiony 40g (7) sałata 10 g pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30g serek topiony 40g (7) pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 30g serek topiony 40g (7) ogórek zielony 30 g pomidor 50g
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Pieczarkowa (1,7,9) 350 ml sos boloński 150g makaron 200g (1,3) kompot 200 ml	Pieczarkowa (1,7,9) 350 ml Schab gotowany 100g sos szpinakowy 80ml (7) ziemniaki 200g brokuł gotowany 100g kompot 200 ml	Pieczarkowa (1,7,9) 350 ml Schab gotowany 100g sos szpinakowy 80ml (7) ziemniaki 200g brokuł gotowany 100g kompot 200 ml	Pieczarkowa (1,7,9) 350 ml sos boloński 150g makaron 200g (1,3) kompot 200 ml
Podwieczorek	Budyń śmietankowy (7)	Budyń śmietankowy (7)	Budyń śmietankowy (7)	Budyń śmietankowy (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 40g pasztet 30g sałata 20g papryka konserwowa 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 40g szynka drobiowa 30g sałata 20g pomidor 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 40g szynka drobiowa 30g sałata 20g pomidor 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały z zieleciną 40g szynka drobiowa 30g sałata 20g papryka konserwowa 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. 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 Błanek

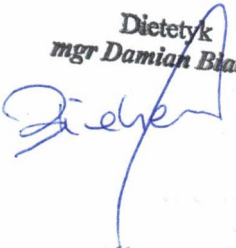


Dzień 9 CZWARTEK 07.12.2023	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Jajko gotowane 1 szt. Pasta z suszonymi pomidorami 40g (7) ogórek zielony 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Jajko gotowane 1 szt. Pasta z suszonymi pomidorami 40g (7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Jajko gotowane 1 szt. Pasta z suszonymi pomidorami 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g Jajko gotowane 1 szt. Pasta z suszonymi pomidorami 40g (7) ogórek zielony 30 g
II Śniadanie	Serek homogenizowany 1 szt. (7)	Serek homogenizowany 1 szt. (7)	Serek homogenizowany 1 szt. (7)	Serek homogenizowany 1 szt. (7)
Obiad	Ogórkowa (1,7,9) 350ml Gulasz wieprzowy 150g kasza 200g (1) surówka z kapusty czerwonej 100g Kompot 200 ml	Ogórkowa (1,7,9) 350ml Pulpet gotowany 100g ziemniaki 200g kalafior gotowany 100g Kompot 200 ml	Ogórkowa (1,7,9) 350ml Pulpet gotowany 100g ziemniaki 200g kalafior gotowany 100g Kompot 200 ml	Ogórkowa (1,7,9) 350ml Gulasz wieprzowy 150g kasza 200g (1) surówka z kapusty czerwonej 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Ryż z musem jabłkowym (7)	Ryż z musem jabłkowym (7)	Ryż z musem jabłkowym (7)	Ryż z musem jabłkowym (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g dżem 20g pomidor 60g ogórek zielony 30g	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g twaróg 50g (7) dżem 20g pomidor 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g dżem 20g pomidor 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg 50g (7) szynka drobiowa 40g pomidor 60g ogórek zielony 30g
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło (7) 10g , ser żółty 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 10 PIĄTEK 08.12.2023	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 jajeczna 40g (3) ser żółty 25 g sałatka makaronowa 70g (1,3,7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 40g (3) ser żółty 25 g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 40g (3) ser żółty 25 g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 40g (3) ser żółty 25 g sałatka makaronowa 70g (1,3,7)
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Krupnik ryżowy (1,7) 350ml Filet rybny (1,3,7) 100g ziemniaki 200g surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot 200 ml	Krupnik ryżowy (1,7) 350ml Filet rybny gotowany 100g ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Krupnik ryżowy (1,7) 350ml Filet rybny gotowany 100g ziemniaki 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Krupnik ryżowy (1,7) 350ml Filet rybny (1,3,7) 100g ziemniaki 200g surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)	Kaszka manna z sokiem owocowym (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g pasta twarogowa z oliwkami 30g papryka 60g	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g pasta twarogowa z oliwkami 30g sałata 10g	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g pasta twarogowa z oliwkami 30g sałata 10g	chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g pasta twarogowa z oliwkami 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. 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 Blaneck



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)	2242	2449	2431	2351	2339	2406	2358	2417	2341	2543
Białko (g)	113.71	113.06	119.33	107.35	127.57	99.01	98.56	105.39	104.08	104.95
Błonnik pokarmowy (g)	34.6	49.77	40.21	37.15	38.74	51.57	39.03	37.11	40.93	42.1
Sól (g)	4.82	5.08	4.36	4.47	4.25	4.15	4.69	4.06	4.47	4.34
Tłuszcze (g)	62.53	76.03	78.44	85.86	61.62	63.01	85.48	61.98	77.89	88.38
Węglowodany (g)	321.88	353.54	330.79	302.99	336.25	397.83	317.44	375.26	323.79	352.11
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28.22	34.73	31.3	37.75	29.71	29.25	34.13	31.19	32.22	32.01
Cukry (g)	59.02	73.55	67.65	77.43	63.19	74.61	64.92	73.38	65.36	75.37

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)	2318	2522	2505	2314	2310	2480	2413	2312	2351	2331
Białko (g)	117.31	111.12	111.01	108.31	116.2	99.12	113.61	107.37	114.79	122.71
Błonnik pokarmowy (g)	27.91	35.08	30.92	30.82	23.43	40.15	37.7	28.28	29.46	28.93
Sól (g)	4.02	4.46	4.94	4.65	4.39	4.59	4.3	4.21	4.4	4.72
Tłuszcze (g)	60.82	83.7	79.12	66.4	55.1	62.05	62.55	59.27	67	66.48
Węglowodany (g)	338.42	348.43	350.99	330.99	347.99	413.46	366.37	351.24	335.02	324.27
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29.13	33.49	31.32	30.83	27.1	29.14	29.04	27.99	32.31	33.36
Cukry (g)	55.72	68.99	85.07	72.54	56.21	74.93	73.17	73.28	67.22	66,6

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)	2318	2517	2503	2314	2311	2358	2405	2310	2294	2333
Białko (g)	117.32	110.78	110.87	108.31	116.2	93.73	113.25	107.23	104.53	122.73
Błonnik pokarmowy (g)	27.92	34.63	30.79	30.82	23.43	40.18	37.22	28.14	28.98	28.93
Sól (g)	4.01	4.46	4.95	4.65	4.39	4.75	4.29	4.21	4.34	4.73
Tłuszcze (g)	60.83	83.64	79.12	66.4	55.11	51.27	62.47	59.24	66.67	66.49
Węglowodany (g)	338.42	346.8	350.72	330.99	348	413	364.73	350.95	331.63	324.28
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	29.15	33.49	31.33	30.83	27.1	22.69	29.02	28	32.15	33.38
Cukry (g)	55.73	67.9	84.98	72.54	56.21	74.52	72.05	73.18	64.55	66.58

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)	2325	2637	2597	2518	2373	2566	2489	2581	2529	2633
Białko (g)	99.22	105.98	113.22	115.63	116.11	97.97	99.37	105.15	115.65	124.13
Błonnik pokarmowy (g)	42.26	53.52	49.7	50.82	47.02	61.63	49.45	48.04	52.86	53.81
Sól (g)	4.77	4.31	4.94	4.22	4.36	4.04	4.13	4.12	4.23	4.29
Tłuszcze (g)	70.31	94.7	88.69	80.24	56.65	69.14	87.05	68.19	85.1	81.35
Węglowodany (g)	344.12	368.2	360.77	356.51	372.02	430.69	351.74	408.89	350.84	377.63
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33.5	38.54	36.65	37.44	27.13	34.65	36.6	35.57	36.89	39.56
Cukry (g)	65.73	73.09	74.51	89.6	70.3	83.01	73.24	80.81	74.42	77.39

Sporządziła: mgr inż. Joanna Ludwiszewska
Dietetyk