

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2024-11-04 poniedziałek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZA MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SALAMI 80 g ( <b>SOJA</b> ) POMIDOR 50 g SALATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemiaki, ogórki kiszzone, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) GULASZ WIEPRZOWY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) KASZA GRYCZANA 200 g SUROWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM KISZONYM (ogórek kiszony, fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JABŁKO 1 szt	Energia [kcal] 3 112 Białko ogółem [g] 141,6 Tłuszcz [g] 111,8 Węglowodany ogółem [g] 406,7 Sód [mg] 4 449,1 Błonnik pokarmowy [g] 42,7
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZA MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA RZEŹNIKA 80 g ( <b>SOJA</b> ) SALATA MIX 10 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemiaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) GULASZ WIEPRZOWY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) KASZA JĘCZMIENNA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) ROSZPONKA 2 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt	JABŁKO PARZONE 1 szt	Energia [kcal] 2 044 Białko ogółem [g] 111,3 Tłuszcz [g] 79,8 Węglowodany ogółem [g] 231,7 Sód [mg] 2 335,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,1
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA RZEŹNIKA 80 g ( <b>SOJA</b> ) POMIDOR 50 g SALATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemiaki, ogórki kiszzone, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) GULASZ WIEPRZOWY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) KASZA GRYCZANA 200 g SUROWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM KISZONYM (ogórek kiszony, fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JABŁKO 1 szt	Energia [kcal] 2 614,2 Białko ogółem [g] 144,5 Tłuszcz [g] 89,6 Węglowodany ogółem [g] 324,1 Sód [mg] 4 194,5 Błonnik pokarmowy [g] 43,4
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA RZEŹNIKA 80 g ( <b>SOJA</b> ) SALATA MIX 10 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemiaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) GULASZ WIEPRZOWY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) KASZA JĘCZMIENNA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) ROSZPONKA 2 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	Energia [kcal] 1 988,5 Białko ogółem [g] 119 Tłuszcz [g] 92,1 Węglowodany ogółem [g] 181,1 Sód [mg] 2 812,2 Błonnik pokarmowy [g] 17,8

2024-11-05 wtorek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały, jogurt naturalny, zielona pietruszka) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA BARTNIKA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	ZUPA NEAPOLIJAŃSKA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, ser topiony, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SCHAB PIECZONY ZE ŚLIWKĄ (schab wp., śliwka, przyprawy, olej) 100 g SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, ziola) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA GOTOWANA* 50 g PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 10 g ŚLUPKI WARZYW (marchew, seler, ogórek zielony) 100 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 975,2 Białko ogółem [g] 127,1 Tłuszcz [g] 120,2 Węglowodany ogółem [g] 367,4 Sód [mg] 4 141,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,5	
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały, jogurt naturalny, zielona pietruszka) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA BARTNIKA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 20 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JEĆZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) PULPET W SOSIE BIAŁYM (łopatka wp., jaja, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN</b> )	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA GOTOWANA* 50 g PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 20 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 369,5 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 111,4 Węglowodany ogółem [g] 259,2 Sód [mg] 2 609,1 Błonnik pokarmowy [g] 20	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały, jogurt naturalny, zielona pietruszka) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA BARTNIKA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g LIŚĆ SAŁATY 0,12 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JĄBLKOWY B/CUKRU (jabłka) 200 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JEĆZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) SCHAB PIECZONY ZE ŚLIWKĄ (schab wp., śliwka, przyprawy, olej) 100 g SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, ziola) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA GOTOWANA* 50 g SZYNKA DROBIOWA KONSERWOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 10 g ŚLUPKI WARZYW (marchew, seler, ogórek zielony) 100 g HERBATA B/C 200 ml	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 476,5 Białko ogółem [g] 104,9 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 318,1 Sód [mg] 3 263,2 Błonnik pokarmowy [g] 42,9
	Dieta cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 130 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały, jogurt naturalny, zielona pietruszka) 120 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA BARTNIKA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JĄBLKOWY B/CUKRU (jabłka) 200 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JEĆZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) PULPET W SOSIE BIAŁYM (łopatka wp., jaja, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATA Z MAŚLANKĄ 50/50g 1 Por ( <b>MLEKO</b> ) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 130 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MIX MAŚLANY 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA GOTOWANA* 100 g SZYNKA DROBIOWA KONSERWOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) ĆWIKŁA (buraki, jabłka) 50 g SAŁATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 104,8 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 85 Węglowodany ogółem [g] 222,6 Sód [mg] 2 729,7 Błonnik pokarmowy [g] 21

2024-11-06 środa	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DROBIOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SER TOPIONY 0,5 szt ( <b>MLEKO</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW (fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemiaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LENIWE (kluski leniwe) 300 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DELIKATESOWA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 808 Białko ogółem [g] 127,6 Tłuszcz [g] 102,2 Węglowodany ogółem [g] 366,9 Sód [mg] 3 736,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,8	
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DROBIOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) MIÓD 1 szt LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemiaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) LENIWE (kluski leniwe) 300 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DELIKATESOWA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 066,5 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 85,7 Węglowodany ogółem [g] 239,4 Sód [mg] 1 853,9 Błonnik pokarmowy [g] 12,7	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DROBIOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW (fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 50 g LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt., masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemiaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) RYŻ PARABOLICZNY 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA B/CUKRU (marchew, jabłko, olej) 120 g KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DELIKATESOWA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 391,6 Białko ogółem [g] 130 Tłuszcz [g] 81,3 Węglowodany ogółem [g] 299,7 Sód [mg] 3 460 Błonnik pokarmowy [g] 40,1
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 2 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DROBIOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (angielka 30g, jajko 1szt., masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemiaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) RYŻ PARABOLICZNY 200 g SAŁATA Z MAŚLANKĄ 50/50g 1 Por ( <b>MLEKO</b> ) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 2 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DELIKATESOWA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt POMIDOR 50 g	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 1 991,1 Białko ogółem [g] 109,6 Tłuszcz [g] 99,3 Węglowodany ogółem [g] 172,1 Sód [mg] 2 522,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,3

2024-11-07 czwartek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WIEJSKA 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) POMIDOR 50 g SALATA LODOWA Z RUKOLĄ (salata lodowa, rukola) 5 g POMARAŃCZA 1/2szt. 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) GNOCCHI 200 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ) SOS PIECZARKOWY (pieczarki, cebula, mąka pszenna, śmietana) 200 g ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) SUROWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej, cukier) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 1SZT. 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA</b> ) KIEŁKI 2 g SALATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 719,2 Białko ogółem [g] 84,5 Tłuszcz [g] 97,8 Węglowodany ogółem [g] 393,4 Sód [mg] 3 509,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,3	
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WIEJSKA 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) DŻEM OWOCOWY 1 szt KIEŁKI 2 g SALATA LODOWA Z RUKOLĄ (salata lodowa, rukola) 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 1SZT. 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA</b> ) KIEŁKI 2 g SALATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 434,8 Białko ogółem [g] 104,9 Tłuszcz [g] 116,1 Węglowodany ogółem [g] 258,4 Sód [mg] 2 700,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,2	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WIEJSKA 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) POMIDOR 50 g SALATA LODOWA Z RUKOLĄ (salata lodowa, rukola) 5 g POMARAŃCZA 1/2szt. 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SUROWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ B/CUKRU (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 1SZT. 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATKA SZWEDZKA 50 g SALATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 773,6 Białko ogółem [g] 119 Tłuszcz [g] 132,6 Węglowodany ogółem [g] 288,8 Sód [mg] 3 909,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,1
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WIEJSKA 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) KIEŁKI 2 g SALATA LODOWA Z RUKOLĄ (salata lodowa, rukola) 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SUROWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ B/CUKRU (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 1SZT. 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA</b> ) KIEŁKI 2 g SALATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 266 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 129,1 Węglowodany ogółem [g] 188,5 Sód [mg] 3 094,8 Błonnik pokarmowy [g] 16,3

2024-11-08 piątek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKA JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały, jogurt naturalny, zioła) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) RUKOLA 2 g RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g SALATA MIX 5 g JABŁKO 1 szt	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (filet rybny, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBA</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SUROWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ DROBNO SIEKANA (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA</b> ) POMIDOR 50 g LIŚC SALATY 0,06 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 733 Białko ogółem [g] 123,7 Tłuszcz [g] 97,7 Węglowodany ogółem [g] 361,4 Sód [mg] 2 457,2 Błonnik pokarmowy [g] 38	
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKA JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały, jogurt naturalny, zioła) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) RUKOLA 2 g SALATA MIX 5 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (filet rybny, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBA</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, skrobia) 120 g ( <b>SELER</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA</b> ) LIŚC SALATY 0,06 szt ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	HERBATNIKI 100G 1 szt ( <b>GLUTEN</b> )	Energia [kcal] 2 621,9 Białko ogółem [g] 100,7 Tłuszcz [g] 99,2 Węglowodany ogółem [g] 351,5 Sód [mg] 1 466,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,8	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały, jogurt naturalny, zioła) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g SALATA MIX 5 g JABŁKO 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (filet rybny, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBA</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SUROWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ DROBNO SIEKANA (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA</b> ) POMIDOR 50 g LIŚC SALATY 0,06 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 677,5 Białko ogółem [g] 124 Tłuszcz [g] 108,4 Węglowodany ogółem [g] 315,3 Sód [mg] 2 425,5 Błonnik pokarmowy [g] 39
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały, jogurt naturalny, zioła) 150 g ( <b>MLEKO</b> ) RUKOLA 2 g SALATA MIX 5 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (angielka 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (filet rybny, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBA</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, skrobia) 120 g ( <b>SELER</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA</b> ) POMIDOR 50 g LIŚC SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 329,1 Białko ogółem [g] 115,1 Tłuszcz [g] 109 Węglowodany ogółem [g] 239,4 Sód [mg] 1 324,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,7

2024-11-09 sobota	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA FAMILIJNA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt POMIDOR 50 g GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU ( marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml ( <b>SELER</b> ) PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (lopotka wp., jajka, mąka pszenna, angieltka, koncentrat pomidorowy) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY (brokuł, marchewka baby) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 1SZT. 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt OGÓREK ZIELONY OBRANY TARTY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 686,1 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 96 Węglowodany ogółem [g] 375,2 Sód [mg] 3 210,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,5	
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA FAMILIJNA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt ROSZPONKA 2 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU ( marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml ( <b>SELER</b> ) PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (lopotka wp., jajka, mąka pszenna, angieltka, koncentrat pomidorowy) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY (brokuł, marchewka baby) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 1SZT. 1 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 152,1 Białko ogółem [g] 81,3 Tłuszcz [g] 94 Węglowodany ogółem [g] 261,9 Sód [mg] 2 242 Błonnik pokarmowy [g] 20,5	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA FAMILIJNA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt POMIDOR 50 g GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, mix 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU ( marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml ( <b>SELER</b> ) PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (lopotka wp., jajka, mąka pszenna, angieltka, koncentrat pomidorowy) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA WIEŁOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt OGÓREK ZIELONY OBRANY TARTY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK POMIDOROWY 0,2l 200 g	Energia [kcal] 2 229,3 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 80,7 Węglowodany ogółem [g] 298,1 Sód [mg] 3 869 Błonnik pokarmowy [g] 37,8
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 130 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA FAMILIJNA* 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt ROSZPONKA 2 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angieltka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU ( marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml ( <b>SELER</b> ) PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (lopotka wp., jajka, mąka pszenna, angieltka, koncentrat pomidorowy) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY (brokuł, marchewka baby) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 130 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 1 989,8 Białko ogółem [g] 85,4 Tłuszcz [g] 91,8 Węglowodany ogółem [g] 220,5 Sód [mg] 2 950,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,3
2024-11-10 niedziela	Dieta podstawowa	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLAT SZYMKOWY 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SER TOPIONY 0,5 szt ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOR 50 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt POMARAŃCZA 1/2szt. 1 Por KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml ( <b>MLEKO</b> ) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA (marchew, seler, olej) 120 g ( <b>SELER</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYMKOWA WIEPRZOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTO DROŻDŻOWE 100 g ( <b>GLUTEN</b> )	Energia [kcal] 2 856,6 Białko ogółem [g] 126 Tłuszcz [g] 105,2 Węglowodany ogółem [g] 368,6 Sód [mg] 3 908,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,3	

2024-11-10 niedziela	Dieta lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLAT SZYŃKOWY 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) DZEM OWOCOWY 1 szt LIŚC SAŁATY 0,06 szt JABŁKO PARZONE 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml ( <b>MLEKO</b> ) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, masło roślinne) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 60 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYŃKOWA WIEPRZOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 5 g ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTO DROŻDŻOWE 100 g ( <b>GLUTEN</b> )	Energia [kcal] 2 360,8 Białko ogółem [g] 109,5 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 289 Sód [mg] 2 094 Błonnik pokarmowy [g] 22,2	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLAT SZYŃKOWY 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) POMIDOR 50 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt POMARAŃCZA 1/2szt. 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA (marchew, seler, olej) 120 g ( <b>SELER</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYŃKOWA WIEPRZOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt., masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 221,3 Białko ogółem [g] 120,1 Tłuszcz [g] 99,2 Węglowodany ogółem [g] 235,1 Sód [mg] 2 995,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,4
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLAT SZYŃKOWY 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, masło roślinne) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 60 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYŃKOWA WIEPRZOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 5 g ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (angielka 30g, jajko 1szt., masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 168,9 Białko ogółem [g] 121,1 Tłuszcz [g] 102,3 Węglowodany ogółem [g] 204,2 Sód [mg] 2 239 Błonnik pokarmowy [g] 20,3
2024-11-11 poniedziałek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYŃKA RZEŹNIKA 50 g ( <b>SOJA</b> ) JAJKO GOTOWANE 1 szt ( <b>JAJA</b> ) SAŁATA MIX 10 g SZCZYPIOREK 2 g RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKA 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	ZUPA ZIEMIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) GULASZ WIEPRZOWY Z PIECZARKĄ I PAPRYKĄ (łopatka wp., papryka, pieczarki, przyprawy) 200 g RYŻ PARABOLIČNY 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50 g SER ŻÓŁTY 50 g ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOR 50 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 630,2 Białko ogółem [g] 132,1 Tłuszcz [g] 86,4 Węglowodany ogółem [g] 345,3 Sód [mg] 3 715,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,4	
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYŃKA RZEŹNIKA 80 g ( <b>SOJA</b> ) DZEM OWOCOWY 1 szt SAŁATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA ZIEMIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) GULASZ WIEPRZOWY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) RYŻ PARABOLIČNY 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 80 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 238,7 Białko ogółem [g] 120,9 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 269,2 Sód [mg] 2 307,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,5	

2024-11-11 poniedziałek	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA RZEŹNIKA 50 g ( <b>SOJA</b> ) JAJKO GOTOWANE 1 szt ( <b>JAJA</b> ) SALATA MIX 10 g SZCZYPIOREK 2 g RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKA 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SĘLER, GORCZYCA</b> )	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SĘLER</b> ) GULASZ WIEPRZOWY Z PIECZARKĄ I PAPRYKĄ (łopatka wp., papryka, pieczarki, przyprawy) 200 g RYŻ PARABOLICZNY 200 g SURÓWKA WIELOWARZYSZCZANA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g ( <b>SĘLER, GORCZYCA</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50 g SER ŻÓŁTY 50 g ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOR 50 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 170,2 Białko ogółem [g] 117,8 Tłuszcz [g] 88,2 Węglowodany ogółem [g] 248,9 Sód [mg] 3 451,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,3
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA RZEŹNIKA 100 g ( <b>SOJA</b> ) SZYNKA RZEŹNIKA 50 g ( <b>SOJA</b> ) SALATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SĘLER, GORCZYCA</b> )	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SĘLER</b> ) GULASZ WIEPRZOWY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) RYŻ PARABOLICZNY 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN, SĘLER</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 2 szt ( <b>MLEKO</b> ) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 80 g FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50 g LIŚĆ SALATY 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 318,3 Białko ogółem [g] 140,4 Tłuszcz [g] 109,7 Węglowodany ogółem [g] 204 Sód [mg] 3 841,4 Błonnik pokarmowy [g] 16,5
2024-11-12 wtorek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKA JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmieńne) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER BIAŁY 100 g ( <b>MLEKO</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SALATA MIX 5 g ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SĘLER</b> ) SZYNKA DUSZONA W SOSIE (szynka wp., marchew, mąka pszenna) 100 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA (ogórek kiszony, cebula, musztarda) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SĘLER, GORCZYCA</b> ) SALATA LODOWA Z RUKOLĄ (salata lodowa, rukola) 10 g ROSPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	GRUSZKA 1 szt	Energia [kcal] 2 795,2 Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 111,8 Węglowodany ogółem [g] 353,8 Sód [mg] 3 533,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,9	
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKA JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmieńne) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER BIAŁY 100 g ( <b>MLEKO</b> ) MIÓD 1 szt SALATA MIX 5 g ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SĘLER</b> ) SZYNKA DUSZONA W SOSIE (szynka wp., marchew, mąka pszenna) 100 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SĘLER, GORCZYCA</b> ) SALATA LODOWA Z RUKOLĄ (salata lodowa, rukola) 10 g ROSPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt	Energia [kcal] 2 433,4 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 107,9 Węglowodany ogółem [g] 290,9 Sód [mg] 1 720,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,2	



2024-11-12 wtorek	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER BIAŁY 100 g ( <b>MLEKO</b> ) OGÓREK ZIEŁONY TALARKI OBRANY 50 g ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por SAŁATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYZEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SZYNKA DUSZONA W SOSIE (szynka wp., marchew, mąka pszenna) 100 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SUROWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA (ogórek kiszony, cebula, musztarda) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	GRUSZKA 1 szt	Energia [kcal] 2 419 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 120,5 Węglowodany ogółem [g] 254 Sód [mg] 3 238,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,5
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) SER BIAŁY 150 g ( <b>MLEKO</b> ) MASŁO 10g 2 szt ( <b>MLEKO</b> ) SAŁATA MIX 5 g ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYZEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SZYNKA DUSZONA W SOSIE (szynka wp., marchew, mąka pszenna) 100 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATA Z MAŚLANKĄ 50/50g 1 Por ( <b>MLEKO</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 2 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt	Energia [kcal] 2 404,2 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 133,4 Węglowodany ogółem [g] 214,1 Sód [mg] 1 731,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,3
2024-11-13 środa	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PŁAT SZYŃKOWY 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SŁUPKI WARZYW (papryka, ogórek zielony, marchew) 50 g ROSZPONKA 2 g POMARAŃCZA 1/2szt. 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA ZALEWAJKA Z ZIEMIANKAMI (ziemianki, barszcz biały, chrzan, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) PIEROGI Z SOCZEWICĄ I SUSZONYMI POMIDORAMI 12 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) CEBULA ZASMAŻANA (cebulka, olej) 50 g SUROWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 60 g ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 570,8 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 61,6 Węglowodany ogółem [g] 423,3 Sód [mg] 2 859,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,8	
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PŁAT SZYŃKOWY 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) MARMOLADA 100 g ROSZPONKA 2 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMIANKAMI (ziemianki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SOJA, SELER</b> ) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) KASZA JĘCZMIENNA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 60 g ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 111,5 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 61,9 Węglowodany ogółem [g] 306,6 Sód [mg] 1 404,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,9	

2024-11-13 środa	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLAT SZYNKOWY 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SŁUPKI WARZYW (papryka, ogórek zielony, marchew) 50 g ROSZPONKA 2 g POMARANCZA 1/2szt. 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt., masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	ZUPA ZALEWAJKA Z ZIEMNIAKAMI (ziemiaki, barszcz biały, chrzan, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) SZARPANA WIEPRZOWINA (topatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) KASZA PECZAK 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 60 g ( <b>MLEKO</b> ) POŁĘDWICA DROBIOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 117,3 Białko ogółem [g] 122,9 Tłuszcz [g] 72,8 Węglowodany ogółem [g] 260,2 Sód [mg] 2 804,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,7
	Dieta cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLAT SZYNKOWY 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) ROSZPONKA 2 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt POMIDOR 50 g	KANAPKA Z JAJKIEM (angielka 30g, jajko 1szt., masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemiaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SZARPANA WIEPRZOWINA (topatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) KASZA JECZMIENNA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 2 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 80 g ( <b>MLEKO</b> ) POŁĘDWICA DROBIOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 1 953 Białko ogółem [g] 116,4 Tłuszcz [g] 89,9 Węglowodany ogółem [g] 183,1 Sód [mg] 1 887,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,8
2024-11-14 czwartek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POŁĘDWICA DROBIOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SER ŻÓŁTY 50 g ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOR 50 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</b> ) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z RZODKIEWKI BIAŁEJ (rzodkiew biała, marchew, jogurt naturalny, cukier) 120 g ( <b>MLEKO</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA HETMAŃSKA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) PASZTET DROBIOWY 70 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 906,5 Białko ogółem [g] 139 Tłuszcz [g] 118,8 Węglowodany ogółem [g] 336,6 Sód [mg] 3 878,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,2	
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POŁĘDWICA DROBIOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SZYNKA FAMILIJNA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</b> ) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 150 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY (brokuł, marchewka baby) 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA HETMAŃSKA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) PASZTET DROBIOWY 70 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 417,7 Białko ogółem [g] 117 Tłuszcz [g] 123,8 Węglowodany ogółem [g] 225,2 Sód [mg] 2 937,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,3	

2024-11-14 czwartek	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SER ŻÓŁTY 50 g ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOR 50 g LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</b> ) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z RZODKIEWKI BIAŁEJ B/CIUKRU (rzodkiew biała, marchew, jogurt naturalny) 120 g ( <b>MLEKO</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA HETMAŃSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 234,7 Białko ogółem [g] 119,6 Tłuszcz [g] 106,5 Węglowodany ogółem [g] 219 Sód [mg] 3 758,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA FAMILIJNA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</b> ) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 150 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY (brokuł, marchewka baby) 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 2 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA HETMAŃSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt RUKOLA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 223,7 Białko ogółem [g] 109,8 Tłuszcz [g] 127,7 Węglowodany ogółem [g] 170,5 Sód [mg] 3 198,2 Błonnik pokarmowy [g] 16,5
2024-11-15 piątek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek) 2 szt ( <b>JAJA</b> ) PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g SAŁATA MIX 10 g POMARAŃCZA 1/2szt. 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (filet rybny, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBA</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK ZE SZCZYPIONIEM (ser biały, jogurt naturalny, szczypiorek) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	WAFELKI B/CIUKRU 50 g	Energia [kcal] 2 605 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 383,4 Sód [mg] 2 152,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,6	
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek) 2 szt ( <b>JAJA</b> ) SAŁATA MIX 10 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (filet rybny, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBA</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, skrobia) 120 g ( <b>SELER</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 130 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIEŁONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały, jogurt naturalny, zielona pietruszka) 120 g ( <b>MLEKO</b> ) DŻEM OWOCOWY 1 szt LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	WAFELKI B/CIUKRU 50 g	Energia [kcal] 2 177,3 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 291,3 Sód [mg] 982,5 Błonnik pokarmowy [g] 25	

2024-11-15 piątek	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) JAJKA 2SZT. ZE SZCZUPIORKIEM (jaja, szczypiorek) 2 szt ( <b>JAJA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g SALATA MIX 10 g POMARAŃCZA 1/2szt. 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA BROKUŁOWA Z RYZEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (filet rybny, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBA</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK ZE SZCZUPIORKIEM (ser biały, jogurt naturalny, szczypiorek) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) LIŚC SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 214,6 Białko ogółem [g] 115,8 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 255,3 Sód [mg] 1 967,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,2
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) JAJKA 2SZT. ZE SZCZUPIORKIEM (jaja, szczypiorek) 2 szt ( <b>JAJA</b> ) SALATA MIX 10 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA BROKUŁOWA Z RYZEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (filet rybny, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBA</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, skrobia) 120 g ( <b>SELER</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 130 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały, jogurt naturalny, zielona pietruszka) 150 g ( <b>MLEKO</b> ) LIŚC SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały 30g, chleb graham 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 097,1 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 88,7 Węglowodany ogółem [g] 224,8 Sód [mg] 1 121,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,8
2024-11-16 sobota	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z RYZEM (mleko 2%, ryż) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA KONSERWOWA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SER ŻÓŁTY 50 g ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOR 50 g LIŚC SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) PIEROGI Z MIĘSEM 300 g ( <b>GLUTEN</b> ) SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA (marchew, seler, olej) 120 g ( <b>SELER</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER BIAŁY 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA GOTOWANA* 50 g OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 978,6 Białko ogółem [g] 143 Tłuszcz [g] 122,2 Węglowodany ogółem [g] 327,9 Sód [mg] 3 205,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,4	
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z RYZEM (mleko 2%, ryż) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA KONSERWOWA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SALATY 0,06 szt MIÓD 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) PIEROGI Z MIĘSEM 300 g ( <b>GLUTEN</b> ) BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, masło roślinne) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA GOTOWANA* 50 g SER BIAŁY 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SALATA MIX 5 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 440,3 Białko ogółem [g] 116,1 Tłuszcz [g] 113,3 Węglowodany ogółem [g] 233,9 Sód [mg] 1 885,2 Błonnik pokarmowy [g] 12,7	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA KONSERWOWA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SER ŻÓŁTY 50 g ( <b>MLEKO</b> ) LIŚC SALATY 0,06 szt POMIDOR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) PULPET WIEPRZOWY (łopatka wp., angielka, jajka) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA (marchew, seler, olej) 120 g ( <b>SELER</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER BIAŁY 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA GOTOWANA* 50 g OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 288,5 Białko ogółem [g] 124,4 Tłuszcz [g] 100,5 Węglowodany ogółem [g] 231,3 Sód [mg] 2 923,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,9

2024-11-16 sobota	Dieta lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA KONSERWOWA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ ( marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) PULPET WIEPRZOWY (łopatka wp., angielka, jajka) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, masło roślinne) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA GOTOWANA* 50 g SER BIAŁY 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SAŁATA MIX 5 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 1 999,1 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 93,3 Węglowodany ogółem [g] 181 Sód [mg] 2 082,8 Błonnik pokarmowy [g] 15,4
	Dieta podstawowa	KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa) 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK KISZONY 100 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt śliwka 100g 100 g	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WIEJSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) JAJKO GOTOWANE 1 szt ( <b>JAJA</b> ) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	POMARAŃCZA 1 szt	Energia [kcal] 2 868,1 Białko ogółem [g] 125,6 Tłuszcz [g] 123,4 Węglowodany ogółem [g] 336,6 Sód [mg] 4 430,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,9	
	Dieta lekkostrawna	KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa) 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt JABŁKO PARZONE 1 szt	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WIEJSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 5 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	POMARAŃCZA 1 szt	Energia [kcal] 2 376,7 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 119,4 Węglowodany ogółem [g] 244,6 Sód [mg] 2 497,1 Błonnik pokarmowy [g] 28	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK KISZONY 100 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt śliwka 100g 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WIEJSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) JAJKO GOTOWANE 1 szt ( <b>JAJA</b> ) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	POMARAŃCZA 1 szt	Energia [kcal] 2 320,1 Białko ogółem [g] 113,4 Tłuszcz [g] 107,4 Węglowodany ogółem [g] 251,5 Sód [mg] 4 237,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,4
2024-11-17 niedziela	Dieta lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 2 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATA Z MAŚLANKĄ 50/50g 1 Por ( <b>MLEKO</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 2 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WIEJSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 5 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOCZEK B/CIUKRU 200ml 1 szt	Energia [kcal] 2 177,7 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 117,4 Węglowodany ogółem [g] 197,8 Sód [mg] 2 587,1 Błonnik pokarmowy [g] 17,3
	Dieta cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 2 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATA Z MAŚLANKĄ 50/50g 1 Por ( <b>MLEKO</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 2 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WIEJSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 5 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOCZEK B/CIUKRU 200ml 1 szt	Energia [kcal] 2 177,7 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 117,4 Węglowodany ogółem [g] 197,8 Sód [mg] 2 587,1 Błonnik pokarmowy [g] 17,3