

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2024-10-21 poniedziałek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (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> ) TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DROBOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g SZCZYPIOREK 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, ogórki kiszane, 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) 250 g ( <b>GLUTEN</b> ) MAKARON PEŁNOZIARNISTY 200 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) SUROWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, 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> ) PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA (łopatka wp., marchew, pietruszka, zielona pietruszka, koncentrat pomidorowy) 100 g POMIDOR 50 g OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 824.7 Białko ogółem [g] 180.8 Tłuszcz [g] 77.6 Węglowodany ogółem [g] 360.1 Sód [mg] 2 940.7 Błonnik pokarmowy [g] 30.6
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DROBOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) GULASZ WIEPRZOWY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 250 g ( <b>GLUTEN</b> ) MAKARON PENNE 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) 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> ) PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA (łopatka wp., marchew, pietruszka, zielona pietruszka, koncentrat pomidorowy) 100 g LIŚC SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 279.9 Białko ogółem [g] 172.2 Tłuszcz [g] 81.4 Węglowodany ogółem [g] 221.6 Sód [mg] 1 053.4 Błonnik pokarmowy [g] 15.9
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DROBOWA* 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g SZCZYPIOREK 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK POMIDOROWY 0,2l 200 g	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, ogórki kiszane, 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) 250 g ( <b>GLUTEN</b> ) MAKARON PEŁNOZIARNISTY 200 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) SUROWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 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> ) PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA (łopatka wp., marchew, pietruszka, zielona pietruszka, koncentrat pomidorowy) 100 g POMIDOR 50 g OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 212 Białko ogółem [g] 165.2 Tłuszcz [g] 68.4 Węglowodany ogółem [g] 251.3 Sód [mg] 2 724.2 Błonnik pokarmowy [g] 28
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DROBOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g SZCZYPIOREK 2 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 KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) GULASZ WIEPRZOWY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 250 g ( <b>GLUTEN</b> ) MAKARON PENNE 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) BURACZKI GOTOWANE B/CUKRU (buraki, 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> ) PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA (łopatka wp., marchew, pietruszka, zielona pietruszka, koncentrat pomidorowy) 100 g LIŚC SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 155.7 Białko ogółem [g] 175.3 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 169 Sód [mg] 1 594.2 Błonnik pokarmowy [g] 14.1

2024-10-22 wtorek	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> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 100 g SALATA MIX 10 g GRUSZKA 1 szt 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> ) 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> ) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 80 g PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g LIŚC SALATY 0.06 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTKA Belvita 50g 1 Por ( <b>GLUTEN</b> )	Energia [kcal] 3 069.4 Białko ogółem [g] 114.4 Tłuszcz [g] 110.5 Węglowodany ogółem [g] 424.1 Sód [mg] 3 005 Błonnik pokarmowy [g] 33.3	
	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> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATA MIX 10 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt 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> ) 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> ) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 80 g LIŚC SALATY 0.06 szt ROSZPONKA 2 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTKA Belvita 50g 1 Por ( <b>GLUTEN</b> )	Energia [kcal] 2 513.2 Białko ogółem [g] 96.2 Tłuszcz [g] 108.2 Węglowodany ogółem [g] 306.3 Sód [mg] 2 031.4 Błonnik pokarmowy [g] 19.2	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA KONSERWOWA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 100 g SALATA MIX 10 g GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt., 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> ) PULPET DROBIOWO-WIEPRZOWY W SOSIE WŁASNYM 100/100g (kurczak, łopatką wp. jajka, mąka pszenna, bułka tarta, włoścyczna) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA (marchew, seler, olej) 120 g ( <b>SELER</b> ) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 80 g PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g LIŚC SALATY 0.06 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 283.6 Białko ogółem [g] 105.7 Tłuszcz [g] 85.3 Węglowodany ogółem [g] 289.2 Sód [mg] 2 595.7 Błonnik pokarmowy [g] 36.3
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA KONSERWOWA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATA MIX 10 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 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 RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) PULPET DROBIOWO-WIEPRZOWY W SOSIE WŁASNYM 100/100g (kurczak, łopatką wp. jajka, mąka pszenna, bułka tarta, włoścyczna) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł) 120 g KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 80 g ROSZPONKA 2 g LIŚC SALATY 0.06 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 122.2 Białko ogółem [g] 102.4 Tłuszcz [g] 77.8 Węglowodany ogółem [g] 266.7 Sód [mg] 2 583.1 Błonnik pokarmowy [g] 30.4

2024-10-23 środa	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER ŻÓŁTY 80 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA CODZIENNA* 30 g POMIDOR 100 g SALATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA ZALEWAJKA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, 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 JĘCZMIENNA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI 100 g LIŚC SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	PALUSZKI Z SEZAMEM 70G 1 szt ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> )	Energia [kcal] 3 165.3 Białko ogółem [g] 170.7 Tłuszcz [g] 94.5 Węglowodany ogółem [g] 443.4 Sód [mg] 2 394.6 Błonnik pokarmowy [g] 52.4	
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA CODZIENNA* 80 g DŹEM OWOCOWY 1 szt SALATA MIX 10 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, 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 JĘCZMIENNA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) LIŚC SALATY 0.06 szt JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	PALUSZKI Z SEZAMEM 70G 1 szt ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> )	Energia [kcal] 2 185.4 Białko ogółem [g] 107.5 Tłuszcz [g] 84.2 Węglowodany ogółem [g] 266.9 Sód [mg] 2 213.4 Błonnik pokarmowy [g] 23.5	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER ŻÓŁTY 80 g ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA DROBIOWA* 30 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) POMIDOR 100 g SALATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	śliwka 100g 100 g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, 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 JĘCZMIENNA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI 100 g LIŚC SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 345.6 Białko ogółem [g] 144.5 Tłuszcz [g] 83.1 Węglowodany ogółem [g] 295.3 Sód [mg] 2 054.1 Błonnik pokarmowy [g] 48.4
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA CODZIENNA* 80 g POLEDWICA MIODOWA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATA MIX 10 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, 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 JĘCZMIENNA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) SALATA Z MAŚLANKĄ 50/50g 1 Por ( <b>MLEKO</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) LIŚC SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 1 592.9 Białko ogółem [g] 110.8 Tłuszcz [g] 60.8 Węglowodany ogółem [g] 160.4 Sód [mg] 1 740.9 Błonnik pokarmowy [g] 13.6

2024-10-24, czwartek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ 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> ) PŁAT SZYŃKOWY 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) JAJKO GOTOWANE 1 szt ( <b>JAJA</b> ) SZCZYPIOREK 1 Por PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g śliwka 100g 100 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> ) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej, cukier) 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> ) SZYNKA GOTOWANA* 80 g LIŚC SALATY 0.06 szt POMIDOR 50 g CUKIER 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 797.1 Białko ogółem [g] 139.8 Tłuszcz [g] 102.7 Węglowodany ogółem [g] 345.2 Sód [mg] 3 356.4 Błonnik pokarmowy [g] 33.1	
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ 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> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ) GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt SALATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 150 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, masło) 120 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 130 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA GOTOWANA* 80 g KIELKI 2 g LIŚC SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 628.3 Białko ogółem [g] 126.4 Tłuszcz [g] 122.1 Węglowodany ogółem [g] 277.5 Sód [mg] 2 644.2 Błonnik pokarmowy [g] 31.8	
	Dieta z ogr. ilości przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PŁAT SZYŃKOWY 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) JAJKO GOTOWANE 1 szt ( <b>JAJA</b> ) SZCZYPIOREK 1 Por PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt ( <b>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> ) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ B/CUKRU (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej) 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> ) SZYNKA GOTOWANA* 80 g POMIDOR 50 g LIŚC SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 162.9 Białko ogółem [g] 126.7 Tłuszcz [g] 99.3 Węglowodany ogółem [g] 213.9 Sód [mg] 2 825.1 Błonnik pokarmowy [g] 27.5
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PŁAT SZYŃKOWY 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATA LODOWA 10 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 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 ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 150 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g 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> ) SZYNKA GOTOWANA* 80 g POMIDOR 50 g LIŚC SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 136.4 Białko ogółem [g] 116.4 Tłuszcz [g] 100.6 Węglowodany ogółem [g] 209.9 Sód [mg] 2 595.4 Błonnik pokarmowy [g] 29.1

2024-10-25 piątek	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> ) TWAROŻEK Z TUNCZYKIEM (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SAŁATKA Z OGÓRKA KISZONEGO I PAPRYKI (ogórek kiszony, papryka konserwowa) 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g POMARAŃCZA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA FASOLKOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml ( <b>GLUTEN, 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 (kapusta kiszona, marchew, jablko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 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> ) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA</b> ) SAŁATA MIX 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 685.7 Białko ogółem [g] 117.8 Tłuszcz [g] 87.5 Węglowodany ogółem [g] 379.6 Sód [mg] 2 559.9 Błonnik pokarmowy [g] 39.3	
	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> ) TWAROŻEK Z TUNCZYKIEM (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JECZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, 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 SZPINAK GOTOWANY (szpinak, 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> ) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA</b> ) SAŁATA MIX 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 223.9 Białko ogółem [g] 97.9 Tłuszcz [g] 104.6 Węglowodany ogółem [g] 239.9 Sód [mg] 967.1 Błonnik pokarmowy [g] 19.3	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z TUNCZYKIEM (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g SAŁATKA Z OGÓRKA KISZONEGO I PAPRYKI (ogórek kiszony, papryka konserwowa) 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) POMARAŃCZA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały 30g, chleb graham 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	ZUPA FASOLKOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml ( <b>GLUTEN, 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, jablko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA</b> ) SAŁATA MIX 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 249.1 Białko ogółem [g] 109.6 Tłuszcz [g] 91.9 Węglowodany ogółem [g] 272.9 Sód [mg] 2 144.1 Błonnik pokarmowy [g] 36.6
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z TUNCZYKIEM (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały 30g, angielka 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JECZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, 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 SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJĘCZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA</b> ) SAŁATA MIX 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 192.8 Białko ogółem [g] 96.6 Tłuszcz [g] 111.1 Węglowodany ogółem [g] 216.8 Sód [mg] 1 002.9 Błonnik pokarmowy [g] 18.6

2024-10-26 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> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ) POMIDOR 50 g SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SZARPANA WIEPRZOWINA (topatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, ziola) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> ) KASZA GRYCZANA 200 g SURÓWKA Z DWÓCH KAPUST (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, musztarda, olej, cukier) 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> ) SZYNKA FILET Z INDYKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) JABŁKO 1 szt OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 100 g SALATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTKA Belvita 50g 1 Por ( <b>GLUTEN</b> )	Energia [kcal] 3 140.2 Białko ogółem [g] 129.5 Tłuszcz [g] 113.2 Węglowodany ogółem [g] 423.4 Sód [mg] 3 218.6 Błonnik pokarmowy [g] 39.3	
	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 CODZIENNA* 80 g SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SZARPANA WIEPRZOWINA (topatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, ziola) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> ) KASZA JEĆZMIENNA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) 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 FILET Z INDYKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATA LODOWA 10 g JABŁKO PARZONE 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por ( <b>GLUTEN</b> )	Energia [kcal] 2 079.5 Białko ogółem [g] 98.2 Tłuszcz [g] 76.7 Węglowodany ogółem [g] 264.6 Sód [mg] 2 027.8 Błonnik pokarmowy [g] 20.7	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA CODZIENNA* 80 g POMIDOR 50 g SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, mix 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> )	ZUPA BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SZARPANA WIEPRZOWINA (topatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, ziola) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> ) KASZA GRYCZANA 200 g SURÓWKA Z DWÓCH KAPUST B/CUKRU (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, musztarda, olej) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> )	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA FILET Z INDYKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 100 g SALATA LODOWA 10 g JABŁKO 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 241.2 Białko ogółem [g] 120.8 Tłuszcz [g] 83.2 Węglowodany ogółem [g] 279.4 Sód [mg] 2 867.5 Błonnik pokarmowy [g] 33.3
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA CODZIENNA* 80 g SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g 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 BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SZARPANA WIEPRZOWINA (topatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, ziola) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> ) KASZA JEĆZMIENNA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) SALATA Z MAŚLANKĄ 50/50g 1 Por ( <b>MLEKO</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA FILET Z INDYKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATA LODOWA 10 g JABŁKO PARZONE 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 1 851.8 Białko ogółem [g] 102.2 Tłuszcz [g] 80.3 Węglowodany ogółem [g] 194.1 Sód [mg] 2 256.5 Błonnik pokarmowy [g] 15.9
2024-10-27 niedziela	Dieta podstawowa	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) JAJKO GOTOWANE 1 szt ( <b>JAJA</b> ) SZYNKA WIEJSKA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g LIŚC SAŁATY 0.06 szt RUKOLA 2g GRUSZKA 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml ( <b>MLEKO</b> )	ROSÓL 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 ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SALATKA Z BURACZKA (buraki, olej, cukier) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały, koperek) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA CODZIENNA* 50 g POMIDOR 50 g SALATA MIX 5g KIELKI 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SOK POMIDOROWY 0,2l 200 g	Energia [kcal] 2 518.6 Białko ogółem [g] 121.4 Tłuszcz [g] 85.8 Węglowodany ogółem [g] 338.1 Sód [mg] 3 073.4 Błonnik pokarmowy [g] 37.7	

2024-10-27 niedziela	Dieta lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WIEJSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) DŻEM OWOCOWY 1 szt LIŚĆ SAŁATY 0.06 szt RUKOLA 2g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 150 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g 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> ) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały, koperek) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA CODZIENNA* 50 g SAŁATA MIX 5g KIELKI 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	SOK POMIDOROWY 0,2l 200 g	Energia [kcal] 2 180.4 Białko ogółem [g] 103.2 Tłuszcz [g] 92.3 Węglowodany ogółem [g] 254.2 Sód [mg] 2 396.5 Błonnik pokarmowy [g] 25.3	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) JAJKO GOTOWANE 1 szt ( <b>JAJA</b> ) SZYNKA WIEJSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g RUKOLA 2g LIŚĆ SAŁATY 0.06 szt GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ROSÓL 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 SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, olej) 120 g KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały, koperek) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA CODZIENNA* 50 g POMIDOR 50 g SAŁATA MIX 5g KIELKI 2g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK POMIDOROWY 0,2l 200 g	Energia [kcal] 2 232.8 Białko ogółem [g] 131.8 Tłuszcz [g] 91.4 Węglowodany ogółem [g] 251.2 Sód [mg] 2 856.4 Błonnik pokarmowy [g] 34.7
	Dieta cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WIEJSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0.06 szt RUKOLA 2g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 150 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g 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> ) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały, koperek) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA CODZIENNA* 50 g SAŁATA MIX 5g KIELKI 2g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK POMIDOROWY 0,2l 200 g	Energia [kcal] 2 100 Białko ogółem [g] 115.8 Tłuszcz [g] 93.2 Węglowodany ogółem [g] 219.2 Sód [mg] 2 353.9 Błonnik pokarmowy [g] 24.9
2024-10-28 poniedziałek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKA OWSIANE (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> ) SALAMI 50 g ( <b>SOJA</b> ) SER ŻÓŁTY 30 g ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX 5g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SOS BOŁOŃSKI Z WARZYWAMI (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) MAKARON ŚWIDERKI 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) SURÓWKA Z KAPUSTY PEKINSKIEJ (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej, cukier) 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> ) POŁĘDWICA KRÓLEWSKA DROBIOWA 50 g JAJKO GOTOWANE 1 szt ( <b>JAJA</b> ) SLUPKI WARZYW (papryka, ogórek zielony, marchew) 100 g LIŚĆ SAŁATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	WAFELEK KAKAOOWY 1 szt ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 935.2 Białko ogółem [g] 121.8 Tłuszcz [g] 120.2 Węglowodany ogółem [g] 359.7 Sód [mg] 3 082.3 Błonnik pokarmowy [g] 34.8
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKA OWSIANE (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 DELIKATESOWA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 5g ROSZPONKA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) GULASZ MIĘSNO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 250 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) MAKARON ŚWIDERKI 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 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> ) POŁĘDWICA KRÓLEWSKA DROBIOWA 100 g LIŚĆ SAŁATY 0.06 szt RUKOLA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	WAFELEK KAKAOOWY 1 szt ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 131.5 Białko ogółem [g] 99.2 Tłuszcz [g] 91.7 Węglowodany ogółem [g] 242.5 Sód [mg] 1 819.2 Błonnik pokarmowy [g] 21.6

2024-10-28 poniedziałek	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DĚLIKATESOWA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SER ŻÓŁTY 30 g ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOR 50 g SALATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SOS BOŁOŃSKI Z WARZYWAMI (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) MAKARON ŚWIDERKI 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) SUROWKA Z KAPUSTY PEKINSKIEJ B/CUKRU (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej) 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> ) POŁĘDWICA KRÓLEWSKA DROBIOWA 50 g JAJKO GOTOWANE 1 szt ( <b>JAJA</b> ) SLUPKI WARZYW (papryka, ogórek zielony, marchew) 100 g LIŚĆ SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 269.1 Białko ogółem [g] 120.9 Tłuszcz [g] 101.1 Węglowodany ogółem [g] 243.8 Sód [mg] 2 456.7 Błonnik pokarmowy [g] 29.9
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 130 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DĚLIKATESOWA 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATA MIX 5 g ROSZPONKA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) GULASZ MIĘSNO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 300 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) MAKARON ŚWIDERKI 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) JABŁKO PARZONE 1 szt KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 130 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POŁĘDWICA KRÓLEWSKA DROBIOWA 100 g LIŚĆ SALATY 0.06 szt RUKOLA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 026.8 Białko ogółem [g] 113.8 Tłuszcz [g] 88.6 Węglowodany ogółem [g] 207.6 Sód [mg] 1 965 Błonnik pokarmowy [g] 18.9
2024-10-29 wtorek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ 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> ) SZYNKA FILET Z INDYKA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SER TOPIONY 0.5 szt ( <b>MLEKO</b> ) PAPRYKA KONSERWOWA 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) SALATA LODOWA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, 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 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> ) SZYNKA GOTOWANA* 50 g ( <b>MLEKO</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g KIEŁKI 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 637.4 Białko ogółem [g] 114.4 Tłuszcz [g] 85.8 Węglowodany ogółem [g] 364.3 Sód [mg] 3 545.6 Błonnik pokarmowy [g] 30.8	
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ 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 FILET Z INDYKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) DŻEM OWOCOWY 1 szt SALATA LODOWA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BROKUŁOWA Z MAKARONEM (brokuł, makaron, marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, 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 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> ) SZYNKA GOTOWANA* 80 g SER BIAŁY KRAJANKA 50 g ( <b>MLEKO</b> ) LIŚĆ SALATY 0.06 szt RUKOLA 2g KIEŁKI 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 093.6 Białko ogółem [g] 98.4 Tłuszcz [g] 79.6 Węglowodany ogółem [g] 254.4 Sód [mg] 2 394.4 Błonnik pokarmowy [g] 18.6	



2024-10-29 wtorek	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA FILET Z INDYKA 80 g ( <b>SOJA</b> , <b>SELER</b> , <b>GORCZYCA</b> ) SER TOPIONY 0.5 szt ( <b>MLEKO</b> ) PAPRYKA KONSERWOWA 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) SALATA LODOWA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	GRUSZKA 1 szt	ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> , <b>SELER</b> ) PULPET WIEPRZOWY (łopatka wp., angielka, jajka) 100 g ( <b>GLUTEN</b> , <b>JAJA</b> ) SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> ) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszkę, olej, musztarda) 120 g ( <b>SELER</b> , <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA GOTOWANA* 80 g SER BIAŁY KRAJANKA 50 g ( <b>MLEKO</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g LIŚĆ SALATY 0.06 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 247.5 Białko ogółem [g] 108.6 Tłuszcz [g] 92.9 Węglowodany ogółem [g] 269.1 Sód [mg] 3 639.8 Błonnik pokarmowy [g] 31
	Dieta cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN</b> , <b>JAJA</b> , <b>MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA FILET Z INDYKA 100 g ( <b>SOJA</b> , <b>SELER</b> , <b>GORCZYCA</b> ) SALATA LODOWA 5 g POMIDOR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt	ZUPA BROKUŁOWA Z MAKARONEM (brokuł, makaron, marchewka, seler, pietruszkę, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> , <b>SELER</b> ) PULPET WIEPRZOWY (łopatka wp., angielka, jajka) 200 g ( <b>GLUTEN</b> , <b>JAJA</b> ) SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> ) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN</b> , <b>SELER</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN</b> , <b>JAJA</b> , <b>MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA GOTOWANA* 80 g SER BIAŁY KRAJANKA 50 g ( <b>MLEKO</b> ) LIŚĆ SALATY 0.06 szt RUKOLA 2 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JABŁKO PARZONE 1 szt	Energia [kcal] 2 065.1 Białko ogółem [g] 114.3 Tłuszcz [g] 84.3 Węglowodany ogółem [g] 227.7 Sód [mg] 2 539.9 Błonnik pokarmowy [g] 25.2
2024-10-30 środa	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 CŃDZIENNA* 50 g SER ŻÓŁTY 30 g ( <b>MLEKO</b> ) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka) 50 g OGÓREK ZIELONY TALARKI 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> , <b>SELER</b> ) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA COLESŁAW (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 120 g ( <b>JAJA</b> , <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> ) TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 120 g ( <b>MLEKO</b> ) SALATA MIX 5 g RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	WAFELEK KAKAOWY 1 szt ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 703.4 Białko ogółem [g] 134.1 Tłuszcz [g] 96.5 Węglowodany ogółem [g] 346.4 Sód [mg] 2 533.2 Błonnik pokarmowy [g] 34	
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN</b> , <b>JAJA</b> , <b>MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA CŃDZIENNA* 80 g LIŚĆ SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> , <b>SELER</b> ) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 150 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszkę, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> , <b>SELER</b> ) ZIEMNIANKI 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</b> , <b>JAJA</b> , <b>MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 120 g ( <b>MLEKO</b> ) ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por SALATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	WAFELEK KAKAOWY 1 szt ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 101.6 Białko ogółem [g] 110.6 Tłuszcz [g] 88.9 Węglowodany ogółem [g] 229.7 Sód [mg] 1 412.2 Błonnik pokarmowy [g] 17.5	

2024-10-30 środa	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA CODZIENNA* 50 g SER ŻOŁTY 30 g ( <b>MLEKO</b> ) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka) 50 g OGÓREK ZIELONY TALARKI 50 g LIŚC SAŁATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SUROWKA COLESŁAW B/CIUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan) 120 g ( <b>JAJA, MLEKO</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 120 g ( <b>MLEKO</b> ) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKA 50 g SAŁATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 262.6 Białko ogółem [g] 146.1 Tłuszcz [g] 95.3 Węglowodany ogółem [g] 232.6 Sód [mg] 2 001.5 Błonnik pokarmowy [g] 29.3
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA CODZIENNA* 80 g LIŚC SAŁATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 150 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszkę, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ZIEMNIANKI 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> ) TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 120 g ( <b>MLEKO</b> ) ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por SAŁATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 1 991.9 Białko ogółem [g] 130.1 Tłuszcz [g] 89.4 Węglowodany ogółem [g] 179.7 Sód [mg] 1 374.9 Błonnik pokarmowy [g] 15.5
2024-10-31 czwartek	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 RZEŹNIKA 50 g ( <b>SOJA</b> ) PASZTET DROBIOWY 50 g ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI (buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola Jaś, marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka pszenna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) PIEROGI Z KAPUSTĄ I PIECZARKAMI 8 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</b> ) SUROWKA Z MARCHEWKI drobnotarta (marchew, olej, cukier, sok z cytryny) 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	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> ) SŁUPKI WARZYW (marchew, seler, ogórek zielony) 50 g LIŚC SAŁATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 732.5 Białko ogółem [g] 100.3 Tłuszcz [g] 88.9 Węglowodany ogółem [g] 399.2 Sód [mg] 3 960.2 Błonnik pokarmowy [g] 31.4	
	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 RZEŹNIKA 50 g ( <b>SOJA</b> ) PASZTET DROBIOWY 50 g ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ) KIEŁKI 2 g SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, 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> ) RYŻ PARABOLICZNY 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA FAMILIJNA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) DŻEM OWOCOWY 1 szt LIŚC SAŁATY 0.06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 487.6 Białko ogółem [g] 99.7 Tłuszcz [g] 121.5 Węglowodany ogółem [g] 263.5 Sód [mg] 2 629.9 Błonnik pokarmowy [g] 17.7	

2024-10-31 czwartek	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> ) SZYNKA STAROPOLSKA* 50 g ( <b>SOJA</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt	POMARAŃCZA 1 szt	ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI (buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola Jaś, marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka pszenna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) PIEROGI Z KAPUSTĄ I PIECZARKAMI 8 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</b> ) SURÓWKA Z MARCHEWKI b/c drobotarta (marchew, olej, sok z cytryny) 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB RAZOWY 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA FAMILIJNA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SLUPKI WARZYW (marchew, seler, ogórek zielony) 50 g LIŚĆ SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 135 Białko ogółem [g] 85.2 Tłuszcz [g] 77.4 Węglowodany ogółem [g] 300.3 Sód [mg] 3 582.3 Błonnik pokarmowy [g] 31.7
	Dieta cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA RZEŹNIKA 100 g ( <b>SOJA</b> ) SZYNKA STAROPOLSKA* 50 g ( <b>SOJA</b> ) KIELKI 2 g SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt	POMARAŃCZA 1 szt	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, 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> ) RYŻ PARABOLICZNY 200 g SALATA Z MASŁANKĄ 50/50g 1 Por ( <b>MLEKO</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA FAMILIJNA* 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SALATY 0.06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 307.5 Białko ogółem [g] 108.5 Tłuszcz [g] 125.2 Węglowodany ogółem [g] 200.3 Sód [mg] 3 488.2 Błonnik pokarmowy [g] 15.3
2024-11-01 piątek	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 TUNCZYKIEM (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SALATA MIX 5 g ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, 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 (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> ) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA</b> ) LIŚĆ SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 598.5 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 96.3 Węglowodany ogółem [g] 340.5 Sód [mg] 2 100.5 Błonnik pokarmowy [g] 28.7	
	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 TUNCZYKIEM (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SALATA MIX 5 g ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, 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 Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA</b> ) LIŚĆ SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 20 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 141 Białko ogółem [g] 91.5 Tłuszcz [g] 93.6 Węglowodany ogółem [g] 246.9 Sód [mg] 978.2 Błonnik pokarmowy [g] 18.4	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z TUNCZYKIEM (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) ROSZPONKA 2 g SALATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, 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> ) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA</b> ) LIŚĆ SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 110 Białko ogółem [g] 112.4 Tłuszcz [g] 97 Węglowodany ogółem [g] 218.7 Sód [mg] 1 563.1 Błonnik pokarmowy [g] 25.1

2024-11-01 piątek	Dieta cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROZEK Z TUNCYKIEM (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) ROSZPONKA 2 g SALATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (filet rybny, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBA</b> ) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczyporek, majonez) 100 g ( <b>JAJA</b> ) LIŚĆ SALATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 1 991.4 Białko ogółem [g] 105.5 Tłuszcz [g] 96.6 Węglowodany ogółem [g] 189.1 Sód [mg] 992.2 Błonnik pokarmowy [g] 18.5
	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 WIEJSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) POMIDOR 50 g SALATA MIX 5 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIANKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, 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> ) KASZA PĘCZAK 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, 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> ) POLEDWICA DROBIOWA* 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SALATY 0.06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 480.2 Białko ogółem [g] 123 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 328.1 Sód [mg] 3 741.5 Błonnik pokarmowy [g] 29.4	
	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 WIEJSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SZYNKA CODZIENNA* 50 g KIEŁKI 2 g SALATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIANKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, 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> ) 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> ) POLEDWICA DROBIOWA* 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SALATY 0.06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt JABŁKO PARZONE 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 088.5 Białko ogółem [g] 114 Tłuszcz [g] 86.4 Węglowodany ogółem [g] 229.3 Sód [mg] 2 735.4 Błonnik pokarmowy [g] 18.7	
2024-11-02 sobota	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WIEJSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) KIEŁKI 2 g SALATA MIX 5 g POMIDOR 50 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 BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIANKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, 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> ) KASZA PĘCZAK 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 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> ) POLEDWICA DROBIOWA* 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SALATY 0.06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 143.3 Białko ogółem [g] 114.8 Tłuszcz [g] 88.4 Węglowodany ogółem [g] 237.8 Sód [mg] 3 614.4 Błonnik pokarmowy [g] 27.8

2024-11-02 sobota	Dieta cukrzykowa 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 WIEJSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SZYNKA CODZIENNA* 50 g KIELKI 2 g SAŁATA MIX 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 ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, 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> ) 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> ) POLEDWICA DROBIOWA* 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0.06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt JABŁKO PARZONE 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 226.3 Białko ogółem [g] 120.1 Tłuszcz [g] 101.5 Węglowodany ogółem [g] 223.9 Sód [mg] 3 094.7 Błonnik pokarmowy [g] 18.8
	Dieta podstawowa	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) JAJKO GOTOWANE 1 szt ( <b>JAJA</b> ) PLĄT SZYŃKOWY 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) POMIDOR 50 g SZCZYPIOREK 1 Por LIŚĆ SAŁATY 0.06 szt KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa) 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	ROSÓL Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) FILET Z PIERSI KURCZAKA PIECZONY 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) ZIEMNIAKI 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	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA BARTNIKA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SAŁATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	GALARETKA OWOCOWA 175G 1 szt	Energia [kcal] 2 290.7 Białko ogółem [g] 118 Tłuszcz [g] 63.2 Węglowodany ogółem [g] 326 Sód [mg] 2 536.9 Błonnik pokarmowy [g] 29.9	
2024-11-03 niedziela	Dieta lekkostrawna	ANGIELKA 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLĄT SZYŃKOWY 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) PLĄT SZYŃKOWY 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0.06 szt JABŁKO PARZONE 1 szt KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa) 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 100 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ZIEMNIAKI 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 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA BARTNIKA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SAŁATA MIX 5 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	GALARETKA OWOCOWA 175G 1 szt	Energia [kcal] 1 987.5 Białko ogółem [g] 105.2 Tłuszcz [g] 69.4 Węglowodany ogółem [g] 248.7 Sód [mg] 2 006.5 Błonnik pokarmowy [g] 21.2	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLĄT SZYŃKOWY 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) JAJKO GOTOWANE 1 szt ( <b>JAJA</b> ) POMIDOR 50 g LIŚĆ SAŁATY 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA BARTNIKA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SAŁATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 081.7 Białko ogółem [g] 129.6 Tłuszcz [g] 67.1 Węglowodany ogółem [g] 249.4 Sód [mg] 2 384.6 Błonnik pokarmowy [g] 32.1	
	Dieta cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLĄT SZYŃKOWY 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) PLĄT SZYŃKOWY 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0.06 szt JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ROSÓL Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 100 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ZIEMNIAKI 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 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA BARTNIKA 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SAŁATA MIX 5 g KIELKI 2 g 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> ) JABŁKO PARZONE 1 szt	Energia [kcal] 1 985.5 Białko ogółem [g] 119.9 Tłuszcz [g] 76.7 Węglowodany ogółem [g] 220.4 Sód [mg] 2 253.9 Błonnik pokarmowy [g] 22.9