

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2024-12-16 poniedziałek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURUDZIANĄ (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 RZEŹNIKA 80 g ( <b>SOJA</b> ) JABŁKO 1 szt SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 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 MIĘSNO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 250 g ( <b>GLUTEN, SELER</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> ) SZYNKA HETMAŃSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) POMIDOR 50 g OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 809,8 Białko ogółem [g] 132,2 Tłuszcz [g] 93,4 Węglowodany ogółem [g] 376,3 Sód [mg] 4 397,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,3
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURUDZIANĄ (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 RZEŹNIKA 80 g ( <b>SOJA</b> ) JABŁKO PARZONE 1 szt SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka, 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 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> ) SZYNKA HETMAŃSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SALATY 0,06 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 166,1 Białko ogółem [g] 114,6 Tłuszcz [g] 94,4 Węglowodany ogółem [g] 229,4 Sód [mg] 2 488,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,2
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA RZEŹNIKA 80 g ( <b>SOJA</b> ) SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g JABŁKO 1 szt 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 MIĘSNO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 250 g ( <b>GLUTEN, SELER</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 GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA HETMAŃSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) POMIDOR 50 g OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 446,5 Białko ogółem [g] 122,2 Tłuszcz [g] 85,5 Węglowodany ogółem [g] 309,4 Sód [mg] 4 532,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,9
	Dieta cukrzycoowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA RZEŹNIKA 80 g ( <b>SOJA</b> ) JABŁKO PARZONE 1 szt SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 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, włoszczyzna, koperek, mąka, 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 PENNE 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) BURACZKI GOTOWANE B/CIUKRU (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> ) SZYNKA HETMAŃSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SALATY 0,06 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 012,1 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 101,5 Węglowodany ogółem [g] 176,9 Sód [mg] 2 740,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,4

2024-12-17 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, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SALATA MIX 10 g GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA POMIDOROWA Z RYZEM (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> ) SOS TRUSKAWKOWY (truskawki, maślanka) 100 ml ( <b>MLEKO</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (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] 3 034,6 Białko ogółem [g] 114,6 Tłuszcz [g] 110,9 Węglowodany ogółem [g] 411,4 Sód [mg] 2 986,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,8	
	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> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATA MIX 10 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA POMIDOROWA Z RYZEM (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> ) SOS TRUSKAWKOWY (truskawki, maślanka) 100 ml ( <b>MLEKO</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (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] 2 491,6 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 108,7 Węglowodany ogółem [g] 298,1 Sód [mg] 2 025,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,1	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 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 50 g SALATA MIX 10 g GRUSZKA 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 POMIDOROWA Z RYZEM (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, włoszczyzna) 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 JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB 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	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 562,4 Białko ogółem [g] 109,8 Tłuszcz [g] 88,1 Węglowodany ogółem [g] 332,9 Sód [mg] 2 889,2 Błonnik pokarmowy [g] 41,5
	Dieta cukrzycoowa lekkostrawna	CHLEB GRAHAM 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 RYZEM (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, włoszczyzna) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 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] 2 390,9 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 311,5 Sód [mg] 2 941,7 Błonnik pokarmowy [g] 36

2024-12-18 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., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g ( <b>SOJA</b> ) SÓS 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] 3 218,2 Białko ogółem [g] 165 Tłuszcz [g] 103,6 Węglowodany ogółem [g] 441,2 Sód [mg] 2 426,8 Błonnik pokarmowy [g] 53,4	
	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 DŻEM 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., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g ( <b>SOJA</b> ) SÓS 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] 2 241 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 266,9 Sód [mg] 2 249,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,5	
	Dieta z ogr. ilości przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 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	MANDARYNKA 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., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g ( <b>SOJA</b> ) SÓS 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 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	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 639,9 Białko ogółem [g] 144,5 Tłuszcz [g] 93,2 Węglowodany ogółem [g] 333,3 Sód [mg] 2 436,4 Błonnik pokarmowy [g] 53,7
	Dieta cukrzykowa 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</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., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g ( <b>SOJA</b> ) SÓS 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] 1 727,6 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 79,6 Węglowodany ogółem [g] 162,8 Sód [mg] 1 867,2 Błonnik pokarmowy [g] 13,7

2024-12-19 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 JABŁKO 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemiaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kiełbasa, 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> ) POLEDWICA MIODOWA 100 g ( <b>SOJA</b> ) LIŚĆ SALATY 0,06 szt POMIDOR 50 g CUKIER 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 801,8 Białko ogółem [g] 136,4 Tłuszcz [g] 100,3 Węglowodany ogółem [g] 354,5 Sód [mg] 3 162,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,8	
	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> ) PASZTET DROBIOWY 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, 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> ) POLEDWICA MIODOWA 100 g ( <b>SOJA</b> ) KIEŁKI 2 g LIŚĆ SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 608,4 Białko ogółem [g] 124,5 Tłuszcz [g] 119,3 Węglowodany ogółem [g] 281,2 Sód [mg] 2 540,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,1	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB 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 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 KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemiaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kiełbasa, 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, olej) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA MIODOWA 100 g ( <b>SOJA</b> ) POMIDOR 50 g LIŚĆ SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 544 Białko ogółem [g] 131,9 Tłuszcz [g] 110,1 Węglowodany ogółem [g] 265,2 Sód [mg] 3 383,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,1
	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> ) POLEDWICA MIODOWA 100 g ( <b>SOJA</b> ) POMIDOR 50 g LIŚĆ SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 127,4 Białko ogółem [g] 114,7 Tłuszcz [g] 97,9 Węglowodany ogółem [g] 215,8 Sód [mg] 2 492 Błonnik pokarmowy [g] 29,5

2024-12-20 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 KOPERKIEM (ser biały, koperek) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) KIELKI 4 g SALATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (salata 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> ) PALUSZKI RYBNE Z MINTAJA 100G 4 szt ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ (kapusta kiszona, marchew, jablko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g ( <b>GÓRCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) JAJKA 2SZT. Z ZIELENINĄ (jajka, zielona pietruszka) 2 szt ( <b>JAJA</b> ) SALATA MIX 10 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 444,6 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 71,4 Węglowodany ogółem [g] 375 Sód [mg] 1 926,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,5	
	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 KOPERKIEM (ser biały, koperek) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SALATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (salata lodowa, rukola) 10 g JABŁKO PARZONE 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> ) PALUSZKI RYBNE Z MINTAJA 100G 4 szt ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g 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> ) JAJKA 2SZT. Z ZIELENINĄ (jajka, zielona pietruszka) 2 szt ( <b>JAJA</b> ) SALATA MIX 10 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 1 998,4 Białko ogółem [g] 75 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 239,8 Sód [mg] 685,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,2	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały, koperek) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SALATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (salata lodowa, rukola) 10 g KIELKI 4 g POMARAŃCZA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 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> ) PALUSZKI RYBNE Z MINTAJA 100G 4 szt ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jablko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g ( <b>GÓRCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) JAJKA 2SZT. Z ZIELENINĄ (jajka, zielona pietruszka) 2 szt ( <b>JAJA</b> ) SALATA MIX 10 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 310,3 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 309,1 Sód [mg] 2 135,3 Błonnik pokarmowy [g] 39,9
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały, koperek) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SALATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (salata lodowa, rukola) 10 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały 30g, angelka 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) PALUSZKI RYBNE Z MINTAJA 100G 4 szt ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna) 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> ) JAJKA 2SZT. Z ZIELENINĄ (jajka, zielona pietruszka) 2 szt ( <b>JAJA</b> ) SALATA MIX 10 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 1 967,3 Białko ogółem [g] 73,8 Tłuszcz [g] 95,5 Węglowodany ogółem [g] 216,7 Sód [mg] 721,5 Błonnik pokarmowy [g] 17,5
2024-12-21 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, JAJA, SOJA, SELER, GÓRCZYCA</b> ) POMIDOR 50 g SALATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 20 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> ) PIECZEŃ WIEPRZOWA (topatka b/k, jajka, bulka tarta, przyprawy, olej) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, zioła) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> ) KASZA GRYCZANA 200 g SURÓWKA Z DWÓCH KAPUST (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, musztarda, olej, cukier) 120 g ( <b>GÓRCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WŁOSKA 80 g ( <b>SOJA</b> ) JABŁKO 1 szt OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 100 g SALATA ŁODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTKA Belvita 50g 1 Por ( <b>GLUTEN</b> )	Energia [kcal] 3 154,9 Białko ogółem [g] 119,6 Tłuszcz [g] 115,7 Węglowodany ogółem [g] 430,7 Sód [mg] 3 523,1 Błonnik pokarmowy [g] 41,1	

2024-12-21 sobota	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 SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 20 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> ) PIECZEŃ WIEPRZOWA (topatka b/k, jajka, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, ziola) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> ) KASZA JĘCZMIENNA 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 WŁOSKA 80 g ( <b>SOJA</b> ) SAŁATA LODOWA 10 g JABŁKO PARZONE 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por ( <b>GLUTEN</b> )	Energia [kcal] 2 097,2 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 274,2 Sód [mg] 2 336,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,6	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA CODZIENNA* 80 g POMIDOR 50 g SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 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> ) PIECZEŃ WIEPRZOWA (topatka b/k, jajka, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, ziola) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> ) KASZA GRYCZANA 200 g SUROWKA Z DWÓCH KAPUST B/CUKRU (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, musztarda, olej) 120 g ( <b>GORCZYCA</b> )	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA WŁOSKA 80 g ( <b>SOJA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 100 g SAŁATA LODOWA 10 g JABŁKO 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 558,8 Białko ogółem [g] 118,2 Tłuszcz [g] 92,9 Węglowodany ogółem [g] 326,9 Sód [mg] 3 552 Błonnik pokarmowy [g] 39,1
	Dieta cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA CODZIENNA* 80 g SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 20 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 ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) PIECZEŃ WIEPRZOWA (topatka b/k, jajka, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, ziola) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> ) KASZA JĘCZMIENNA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) SAŁATA Z MASŁANKĄ 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 WŁOSKA 80 g ( <b>SOJA</b> ) SAŁATA LODOWA 10 g JABŁKO PARZONE 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 1 901,5 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 86,4 Węglowodany ogółem [g] 201,7 Sód [mg] 2 599 Błonnik pokarmowy [g] 16,8
2024-12-22 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 SWIEŻA 50 g LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt RUKOLA 2 g GRUSZKA 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml ( <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 KOPERKIEM 200 g SAŁATKA 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 SAŁATA MIX 5g KIEŁKI 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SOK POMIDOROWY 0,2l 200 g	Energia [kcal] 2 531 Białko ogółem [g] 120,7 Tłuszcz [g] 85,8 Węglowodany ogółem [g] 339,6 Sód [mg] 3 070,5 Błonnik pokarmowy [g] 39	

2024-12-22, 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> ) DZEM OWOCOWY 1 szt LIŚC SAŁATY 0,06 szt RUKOLA 2 g 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 JABŁEK (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 5 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SOK POMIDOROWY 0,2l 200 g	Energia [kcal] 2 184,9 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 92,2 Węglowodany ogółem [g] 255,6 Sód [mg] 2 397,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 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 2 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 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 ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, olej) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB 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 SAŁATA MIX 5 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK POMIDOROWY 0,2l 200 g	Energia [kcal] 2 494,6 Białko ogółem [g] 136,9 Tłuszcz [g] 92,8 Węglowodany ogółem [g] 294,5 Sód [mg] 3 205 Błonnik pokarmowy [g] 40,1
	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> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt RUKOLA 2 g 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 JABŁEK (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 5 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK POMIDOROWY 0,2l 200 g	Energia [kcal] 2 104,5 Białko ogółem [g] 115,9 Tłuszcz [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 220,6 Sód [mg] 2 355,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,1
2024-12-23, 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 5 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> ) SOS BOLONSKI 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 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> ) POŁĘDWICA KRÓLEWSKA DROBIOWA 50 g JAJKO GOTOWANE 1 szt ( <b>JAJA</b> ) SLUPKI WARZYW (papryka, ogórek zielony, marchew) 100 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	WAFELEK KAKAOOWY 1 szt ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 923,6 Białko ogółem [g] 120,2 Tłuszcz [g] 120,2 Węglowodany ogółem [g] 355,5 Sód [mg] 2 990,4 Błonnik pokarmowy [g] 35
	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 5 g ROSZPONKA 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> ) GULASZ MIESNO-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 JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POŁĘDWICA KRÓLEWSKA DROBIOWA 100 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	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

2024-12-23 poniedziałek	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DELIKATESOWA 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 BOLONSKI Z WARZYZYWIAMI (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 PEKIŃSKIEJ B/CUKRU (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, 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> ) 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] 2 506,6 Białko ogółem [g] 124,9 Tłuszcz [g] 102,4 Węglowodany ogółem [g] 281,4 Sód [mg] 2 716,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,3
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 130 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DELIKATESOWA 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATA MIX 5 g ROSZPONKA 2 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> ) 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 JĄBLEK (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 2 g 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
2024-12-24 wtorek	Dieta podstawowa	KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa)l 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por POMIDOR 50 g POMARAŃCZA 1 szt	WIGILIJNA ZUPA GRZYBOWA Z ŁAZANKAMI (wywar warzywny, grzyby suszone, makaron łazanki, cebula, mąka, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, 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> ) CIASTO PIASKOWE 80 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z SUSZU 200 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) WIGILIJNA KAPUSTA Z GROCHEM (kapusta kiszona, groch, cebula, mąka) 100 g ( <b>GLUTEN, MLEKO, GORCZYCA</b> ) PIEROGI Z KAPUSTA I PIECZARKAMI 3 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</b> ) WIGILIJNA SAŁATKA ŚLEDZIOWA (śledź, papryka konserwowa, cebula, ogórek kiszony, olej) 100 g ( <b>RYBA, GORCZYCA</b> ) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 3 123 Białko ogółem [g] 131,5 Tłuszcz [g] 102,5 Węglowodany ogółem [g] 438,8 Sód [mg] 6 960,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,9	
	Dieta lekkostrawna	KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa)l 200 ml ( <b>GLUTEN, 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> ) ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por LIŚĆ SALATY 0,06 szt POMARAŃCZA 1 szt	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, 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> ) CIASTO PIASKOWE 80 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z SUSZU 200 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) RYBA W GALARECIE (filet z ryby, marchew, pietruszka, seler, żelatyna) 150 g ( <b>RYBA, SELER</b> ) SAŁATKA JARZYNOWA (ziemniaki, marchew, jajka, pietruszka, seler, ogórek kiszony, jabłko, groszek, majonez, musztarda) 100 g ( <b>JAJA, SELER, GORCZYCA</b> ) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 322,2 Białko ogółem [g] 120,7 Tłuszcz [g] 79,4 Węglowodany ogółem [g] 301,8 Sód [mg] 1 312,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,7	



2024-12-24 wtorek	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por POMIDOR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	MUS JABŁKOWY B/CIUKRU (jabłka) 150 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, 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> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, skrobia) 120 g ( <b>SELER</b> ) POMARAŃCZA 1 szt KOMPOT Z SUSZU 200 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) RYBA W GALARECIE (filet z ryby, marchew, pietruszka, seler, żelatyna) 150 g ( <b>RYBA, SELER</b> ) WIGILIJNA SAŁATKA ŚLEDZIOWA (śledź, papryka konserwowa, cebula, ogórek kiszony, olej) 100 g ( <b>RYBA, GORCZYCA</b> ) PIEROGI Z KAPUSTA I PIECZARKAMI 3 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</b> ) HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 949,9 Białko ogółem [g] 146,6 Tłuszcz [g] 91 Węglowodany ogółem [g] 401,3 Sód [mg] 6 597 Błonnik pokarmowy [g] 43,3
	Dieta cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) HERBATA 1SZT. 1 szt TWAROŻEK (ser biały, jogurt naturalny) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	MUS JABŁKOWY B/CIUKRU (jabłka) 150 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, 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> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, skrobia) 120 g ( <b>SELER</b> ) POMARAŃCZA 1 szt KOMPOT Z SUSZU 200 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) RYBA W GALARECIE (filet z ryby, marchew, pietruszka, seler, żelatyna) 150 g ( <b>RYBA, SELER</b> ) SAŁATKA JARZYNOWA (ziemniaki, marchew, jajka, pietruszka, seler, ogórek kiszony, jabłko, groszek, majonez, musztarda) 200 g ( <b>JAJA, SELER, GORCZYCA</b> ) HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 312,8 Białko ogółem [g] 118,3 Tłuszcz [g] 80,9 Węglowodany ogółem [g] 305,4 Sód [mg] 1 444,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,1
2024-12-25 środa	Dieta podstawowa	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml ( <b>MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA SOPOCKA* 100 g ( <b>SOJA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g CIASTO PIASKOWE 80 g ( <b>GLUTEN</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 MARCHEWKI I JABŁKA (marchew, jabłko, olej, cukier) 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 200 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLAT SZYNKOWY 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) ĆWIKŁA (buraki, jabłka) 50 g SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g MANDARYNKA 100G 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	GRZESIEK B/CZEKOLADY 1 szt ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 826,6 Białko ogółem [g] 130,6 Tłuszcz [g] 100,9 Węglowodany ogółem [g] 363,4 Sód [mg] 3 374,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,3
	Dieta lekkostrawna	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml ( <b>MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA SOPOCKA* 100 g ( <b>SOJA</b> ) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt RUKOLA 2 g CIASTO PIASKOWE 80 g ( <b>GLUTEN</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 MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 200 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLAT SZYNKOWY 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) ĆWIKŁA (buraki, jabłka) 50 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	GRZESIEK B/CZEKOLADY 1 szt ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 411,2 Białko ogółem [g] 115,7 Tłuszcz [g] 103,1 Węglowodany ogółem [g] 270,1 Sód [mg] 2 485,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,1
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA SOPOCKA* 100 g ( <b>SOJA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK POMIDOROWY 0,2l 200 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 MARCHEWKI I JABŁKA B/CIUKRU (marchew, jabłko, olej) 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 200 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLAT SZYNKOWY 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) ĆWIKŁA (buraki, jabłka) 50 g MANDARYNKA 100G 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 274,7 Białko ogółem [g] 134 Tłuszcz [g] 82,8 Węglowodany ogółem [g] 259,5 Sód [mg] 3 432,2 Błonnik pokarmowy [g] 37

2024-12-25 środa	Dieta cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POLEDWICA SOPOCKA* 80 g ( <b>SOJA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt RUKOLA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK POMIDOROWY 0,2l 200 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> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA B/CIUKRU (marchew, jablko, olej) 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 200 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLAT SZYNKOWY 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) ĆWIKŁA (buraki, jabłko) 50 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )  Energia [kcal] 2 093,6 Białko ogółem [g] 119,4 Tłuszcz [g] 82,9 Węglowodany ogółem [g] 230,7 Sód [mg] 2 757,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,8
	Dieta podslawowa	KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa)l 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA RZEŹNIKA 100 g ( <b>SOJA</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 10g CIASTKA Belvita 50g 1 Por ( <b>GLUTEN</b> )	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g ( <b>SOJA</b> ) SÓS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA (buraki, olej, cukier) 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 W SIATCE 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATKA JARZYNOWA (ziemniaki, marchew, jajka, pietruszka, seler, ogórek kiszony, jablko, groszek, majonez, musztarda) 100 g ( <b>JAJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	GRUSZKA 1 szt	Energia [kcal] 3 182,1 Białko ogółem [g] 128,9 Tłuszcz [g] 129,9 Węglowodany ogółem [g] 393,7 Sód [mg] 4 611,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,6
2024-12-26 czwartek	Dieta lekkostrawna	KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa)l 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA RZEŹNIKA 100 g ( <b>SOJA</b> ) SAŁATA MIX 10g RUKOLA 2g CIASTKA Belvita 50g 1 Por ( <b>GLUTEN</b> )	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g ( <b>SOJA</b> ) SÓS JARZYNOWY (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 OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA W SIATCE 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATKA JARZYNOWA DIETETYCZNA (ziemniaki, marchew, jajka, pietruszka, seler, jablko) 100 g ( <b>JAJA, SELER</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt	Energia [kcal] 2 665,9 Białko ogółem [g] 111,9 Tłuszcz [g] 126,8 Węglowodany ogółem [g] 288 Sód [mg] 3 061,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,1
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa)l 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA RZEŹNIKA 100 g ( <b>SOJA</b> ) SAŁATKA ZE STRACZKÓW (fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 100 g OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX 10g	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g ( <b>SOJA</b> ) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CIUKRU (burak, olej) 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA W SIATCE 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATKA JARZYNOWA (ziemniaki, marchew, jajka, pietruszka, seler, ogórek kiszony, jablko, groszek, majonez, musztarda) 100 g ( <b>JAJA, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	GRUSZKA 1 szt  Energia [kcal] 3 212,9 Białko ogółem [g] 148 Tłuszcz [g] 125,1 Węglowodany ogółem [g] 407,6 Sód [mg] 4 664,9 Błonnik pokarmowy [g] 61,3

2024-12-26 czwartek	Dieta cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA RZEŹNIKA 100 g ( <b>SOJA</b> ) SALATA MIX 10 g RUKOLA 2 g HERBATA 200 ml WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	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> ) SZARPANA WIEPRZOWINA (topatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g ( <b>SOJA</b> ) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE B/CIUKRU (buraki, masło roślinne) 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 W SIATCE 100 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATKA JARZYNOWA DIETETYCZNA (ziemniaki, marchew, jajka, pietruszka, seler, jabłko) 100 g ( <b>JAJA, SELER</b> ) LIŚC SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt	Energia [kcal] 2 460,6 Białko ogółem [g] 109,6 Tłuszcz [g] 118,9 Węglowodany ogółem [g] 256 Sód [mg] 3 290,1 Błonnik pokarmowy [g] 24
	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyn 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 KOPERKIEM (ser biały, koperek) 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> ) GNOCCHI 200 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ) SOS PIECZARKOWY (pieczarki, cebula, mąka pszenna, śmietana) 150 g ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) OGÓREK KISZONY 1 szt ( <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 JAŁCZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA</b> ) LIŚC SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	MUS OWOCOWY 1 szt	Energia [kcal] 2 332,1 Białko ogółem [g] 77,5 Tłuszcz [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 348,6 Sód [mg] 2 112,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,5	
2024-12-27 piątek	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyn waniliowy) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały, koperek) 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> ) PÁLUSZKI RYBNE Z MINTAJA 100G 4 szt 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> ) PASTA JAŁCZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA</b> ) LIŚC SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 20 g	MUS OWOCOWY 1 szt	Energia [kcal] 2 034,2 Białko ogółem [g] 70 Tłuszcz [g] 87,4 Węglowodany ogółem [g] 254,7 Sód [mg] 791,1 Błonnik pokarmowy [g] 17,9	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały, koperek) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) ROSZPONKA 2 g SALATA MIX 5 g 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> ) PASTA JAŁCZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA</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] 2 400 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 106,3 Węglowodany ogółem [g] 266 Sód [mg] 2 046,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,9	
	Dieta cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały, koperek) 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> ) PÁLUSZKI RYBNE Z MINTAJA 100G 4 szt 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 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAŁCZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA</b> ) LIŚC SALATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 1 860,5 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 91,3 Węglowodany ogółem [g] 188,9 Sód [mg] 767,1 Błonnik pokarmowy [g] 17,2

2024-12-28 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 WIEJSKA 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) POMIDOR 50 g SALATA ŁODOWA 15 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, koncentrat pomidorowy) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) KASZA PĘCZAK 200 g ( <b>GLUTEN</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> ) POLEDWICA DROBIOWA* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SALATY 0,06 szt RUKOLA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 434 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 74,3 Węglowodany ogółem [g] 342,6 Sód [mg] 3 613,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,8	
	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> ) KIEŁKI 2 g SALATA ŁODOWA 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, koncentrat pomidorowy) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</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* 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) DŻEM OWOCOWY 1 szt LIŚĆ SALATY 0,06 szt RUKOLA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt JABŁKO PARZONE 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 065,6 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 81,3 Węglowodany ogółem [g] 258,6 Sód [mg] 2 222,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,2	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 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 ŁODOWA 15 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 ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, koncentrat pomidorowy) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) KASZA PĘCZAK 200 g ( <b>GLUTEN</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 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 2g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 375,3 Białko ogółem [g] 106,3 Tłuszcz [g] 86,8 Węglowodany ogółem [g] 295,1 Sód [mg] 4 029,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,3
	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> ) KIEŁKI 2 g SALATA ŁODOWA 15 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> ) PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, koncentrat pomidorowy) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</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 2g HERBATA 1SZT. 1 szt JABŁKO PARZONE 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 169,3 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 98,1 Węglowodany ogółem [g] 238,7 Sód [mg] 2 773,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,1
2024-12-29 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> ) PŁAT SZYŃKOWY 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) POMIDOR 50 g SZCZYPIOREK 1 Por LIŚĆ SALATY 0,06 szt KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa) 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielenka pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) SCHAB DUSZONY W SOSIE (schab wp., cebula, olej) 100 g 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 ZIOLAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA BARTNIKA 50 g DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SALATA MIX 5g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTKA Belvita 50g 1 Por ( <b>GLUTEN</b> )	Energia [kcal] 2 592,9 Białko ogółem [g] 117,5 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 339,2 Sód [mg] 2 538,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,8	

2024-12-29 niedziela	Dieta lekkostrawna	ANGIELKA 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PŁAT SZYŃKOWY 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) PŁAT 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> ) SCHAB DUSZONY W SOSIE (schab wp., cebula, olej) 100 g 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> ) SZYŃKA BARTNIKA 50 g TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SAŁATA MIX 5g KIELKI 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	CIASTKA Belvita 50g 1 Por ( <b>GLUTEN</b> )	Energia [kcal] 2 219,6 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 93,7 Węglowodany ogółem [g] 253,1 Sód [mg] 1 977,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,3
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB 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> ) POMIDOR 50 g LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) SCHAB DUSZONY W SOSIE (schab wp., cebula, olej) 100 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, olej) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYŃKA BARTNIKA 50 g TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SAŁATA MIX 5g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 314,8 Białko ogółem [g] 129,3 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 263,3 Sód [mg] 2 464 Błonnik pokarmowy [g] 33,7
	Dieta cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 120 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO 10g 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PŁAT SZYŃKOWY 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) PŁAT 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> )	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) SCHAB DUSZONY W SOSIE (schab wp., cebula, olej) 100 g 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> ) SZYŃKA BARTNIKA 50 g TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SAŁATA MIX 5g KIELKI 2g 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] 2 106,4 Białko ogółem [g] 118,7 Tłuszcz [g] 93,4 Węglowodany ogółem [g] 215,2 Sód [mg] 2 212 Błonnik pokarmowy [g] 21,5