

JADŁOSPIS 01.01.2024 – Poniedziałek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki żytnie mleku 300g (MLEKO)) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER)) - Ser topiony 40g (MLEKO) - Ogórek 80g	- Płatki żytnie mleku 300g (MLEKO)) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER)) - Ser biały 40g (MLEKO) - Pomidor 80g	- Płatki żytnie na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER)) - Ser topiony 40g (MLEKO) - Ogórek 80g	- Płatki żytnie mleku 300g (MLEKO)) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER)) - Ser topiony 40g (MLEKO) - Ogórek 80g	- Płatki żytnie mleku 300g (MLEKO)) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER)) - Ser topiony 40g (MLEKO) - Ogórek 80g	- Płatki żytnie mleku 150g (MLEKO)) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER)) - Ser topiony 20g (MLEKO) - Ogórek 80g
II śniadanie	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata b/c 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml
Obiad	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Jabłko 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Jabłko 100g
Podwieczorek	- Krupnik jęczmienny 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Kąski kurczaka w sosie potrawkowym 140g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna (SELER, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g (kapusta pekińska, jogurt, marchew, jabłko, kukurydza (MLEKO))	- Krupnik jęczmienny 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Kąski kurczaka w sosie potrawkowym 140g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna (SELER, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g (kapusta pekińska, jogurt, marchew, jabłko, kukurydza (MLEKO))	- Krupnik jęczmienny 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Kąski kurczaka w sosie potrawkowym 140g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna (SELER, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g (kapusta pekińska, jogurt, marchew, jabłko, kukurydza (MLEKO))	- Krupnik jęczmienny 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Kąski kurczaka w sosie potrawkowym 140g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna (SELER, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Bukiet gotowanych warzyw (marchew, pietruszka, seler) 150g (SELER)	- Krupnik jęczmienny 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Kąski kurczaka w sosie potrawkowym 140g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna (SELER, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g (kapusta pekińska, jogurt, marchew, jabłko, kukurydza (MLEKO))	- Krupnik jęczmienny 250g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Kąski kurczaka w sosie potrawkowym 140g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna (SELER, GLUTEN)) - Ziemniaki 100g - Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 120g (kapusta pekińska, jogurt, marchew, jabłko, kukurydza (MLEKO))
Kolacja	- Kompot 200ml	- Kompot 200ml	- Kompot b/c 200ml	- Kompot 200ml	- Kompot 200ml	- Kompot 200ml
Posilek nocny	Chalka 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Chalka 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Chalka 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Chalka 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Chalka 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Chalka 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)
Posilek nocny	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 40g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenney, mąka pszenna (GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Szynka pieczona 40g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenney, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka pieczona 80g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenney, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 40g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenney, mąka pszenna (GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Szynka pieczona 40g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenney, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 40g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenney, mąka pszenna (GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Szynka pieczona 40g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenney, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 40g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenney, mąka pszenna (GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Szynka pieczona 40g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenney, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasztet pieczony 20g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenney, mąka pszenna (GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Szynka pieczona 40g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenney, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g
	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata b/c 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml
Posilek nocny	Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (MLEKO))

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2247 kcal; B: 98 g; T: 79,6 g, w tym Tł. nasycone: 33,59 g; W: 301,99 g, w tym cukry: 131,81 g; Błonnik: 18,33 g, Sól: 6,64 g;

JADŁOSPIS 02.01.2024 – Wtorek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. - Rzodkiewka 80g	- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. - Pomidor 80g	- Płatki orkiszowe na wywarze jarzynowym 300g (GLUTEN, SELER) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. - Rzodkiewka 80g	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. - Rzodkiewka 80g	- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. - Rzodkiewka 80g	- Płatki orkiszowe na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Szyunka gotowana extra 40g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko ½ szt. - Rzodkiewka 60g
	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata b/c 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 4 plasterkami papryki Sok marchewkowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, białym serem (20g), 3 plasterkami ogórka Sok marchewkowy 200 ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami ogórka Sok marchewkowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami ogórka Sok marchewkowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami ogórka Sok marchewkowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami ogórka Sok marchewkowy 200 ml
Obiad	- Zupa brukselkowa z ryżem 400g (wywar warzywny, marchew, brukselka, pietruszka, seler, ryż, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Sos pomidorowy z soczewicą 150g (soczewica, marchew, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy (GLUTEN, SOJA)) - Makaron pełnoziarnisty 200g - Surówka z tartej marchewki i jabłka 150g (marchew, jabłko, olej, sól, pieprz, sok z cytryny)	- Zupa szpinakowa z ryżem 400g (wywar warzywny, szpinak, marchew, pietruszka, ryż, przyprawy (GLUTEN)) - Sos pomidorowy z soczewicą 150g (soczewica, marchew, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy (GLUTEN, SOJA)) - Makaron pszenny 200g - Gotowana marchew z cukinią 150g	- Zupa brukselkowa z ryżem 400g (wywar warzywny, marchew, brukselka, pietruszka, seler, ryż, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Sos pomidorowy z soczewicą 150g (soczewica, marchew, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy (GLUTEN, SOJA)) - Makaron pełnoziarnisty 200g - Surówka z tartej marchewki i jabłka 150g (marchew, jabłko, olej, sól, pieprz, sok z cytryny)	- Zupa szpinakowa z ryżem 400g (wywar warzywny, szpinak, marchew, pietruszka, ryż, przyprawy (GLUTEN)) - Sos pomidorowy z soczewicą 150g (soczewica, marchew, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy (GLUTEN, SOJA)) - Makaron pszenny 200g - Gotowana marchew z cukinią 150g Cukrzyca: Makaron pełnoziarnisty 200g	- Zupa brukselkowa z ryżem 400g (wywar warzywny, marchew, brukselka, pietruszka, seler, ryż, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Sos pomidorowy z soczewicą 150g (soczewica, marchew, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy (GLUTEN, SOJA)) - Makaron pełnoziarnisty 200g - Surówka z tartej marchewki i jabłka 150g (marchew, jabłko, olej, sól, pieprz, sok z cytryny)	- Zupa brukselkowa z ryżem 250g (wywar warzywny, marchew, brukselka, pietruszka, seler, ryż, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Sos pomidorowy z soczewicą 120g (soczewica, marchew, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy (GLUTEN, SOJA)) - Makaron pełnoziarnisty 100g - Surówka z tartej marchewki i jabłka 120g (marchew, jabłko, olej, sól, pieprz, sok z cytryny)
	- Kompot 200ml	- Kompot 200ml	- Kompot b/c 200ml	- Kompot 200ml	- Kompot 200ml	- Kompot 200ml
Podwieczorek	Serek homogenizowany waniliowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany waniliowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Jogurt naturalny 150g (MLEKO)	Serek homogenizowany waniliowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany waniliowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany waniliowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Szyunka pieczona 40g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenny, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) - Ogórek kiszony 80g	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> ; GLUTEN) - Szyunka pieczona 80g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenny, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Szyunka pieczona 40g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenny, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) - Ogórek kiszony 80g	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Szyunka pieczona 40g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenny, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) - Ogórek kiszony 80g	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Szyunka pieczona 40g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenny, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) - Ogórek kiszony 80g	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Szyunka pieczona 40g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenny, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) - Ogórek kiszony 60g
	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata b/c 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml
Posilek nocny	Ciastka z otrębami 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Ciastka z otrębami 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Ciastka z otrębami 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Ciastka z otrębami 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Ciastka z otrębami 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Ciastka z otrębami 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2655 kcal; B: 112,51 g; T: 90,29 g, w tym Tł. nasycone: 37,98 g; W: 353,37 g, w tym cukry: 80,57 g; Błonnik: 34,83 g, Sól: 4,42 g;

JADŁOSPIS 03.01.2024 – Środa

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki ryżowe na mleku 300g (płatki ryżowe, mleko (MLEKO)) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 100g (ser twarogowy, rzodkiewka, jogurt (MLEKO)) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Płatki ryżowe na mleku 300g (płatki ryżowe, mleko (MLEKO)) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 100g (ser twarogowy, rzodkiewka, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kasza manna na wywarze warzywnym 300g (SELER) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 100g (ser twarogowy, rzodkiewka, jogurt (MLEKO)) - Papryka 80g - herbata b/c 250ml	- Płatki ryżowe na mleku 300g (płatki ryżowe, mleko (MLEKO)) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 100g (ser twarogowy, rzodkiewka, jogurt (MLEKO)) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Płatki ryżowe na mleku 300g (płatki ryżowe, mleko (MLEKO)) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 100g (ser twarogowy, rzodkiewka, jogurt (MLEKO)) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Płatki ryżowe na mleku 150g (płatki ryżowe, mleko (MLEKO)) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 70g (ser twarogowy, rzodkiewka, jogurt (MLEKO)) - Papryka 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 4 plasterkami ogórka Mandarynka 1 szt.	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 4 plasterkami ogórka Mandarynka 1 szt.	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 4 plasterkami ogórka Mandarynka 1 szt.	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 4 plasterkami ogórka Mandarynka 1 szt.	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 4 plasterkami ogórka Mandarynka 1 szt.	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 4 plasterkami ogórka Mandarynka 1 szt.
Obiad	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Gołąbki bez zawijania 140g (mięso drobiowe, ryż, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g - Surówka z czerwonej kapusty 150g (k.czerwona, marchew, olej) - Kompot 200ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Gołąbki bez zawijania 140g (mięso drobiowe, ryż, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g - Gotowana kukinia w ziołach 150g	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Gołąbki bez zawijania 140g (mięso drobiowe, ryż, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g - Surówka z czerwonej kapusty 150g (k.czerwona, marchew, olej)	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Gołąbki bez zawijania 140g (mięso drobiowe, ryż, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g - Gotowana kukinia w ziołach 150g - Kompot 200ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Gołąbki bez zawijania 140g (mięso drobiowe, ryż, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g - Surówka z czerwonej kapusty 150g (k.czerwona, marchew, olej)	- Marchwianka z ziemniakami 250g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Gołąbki bez zawijania 120g (mięso drobiowe, ryż, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Kasza jęczmienna perłowa 100g - Surówka z czerwonej kapusty 120g (k.czerwona, marchew, olej)
Podwieczorek	Placek drożdżowy 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Placek drożdżowy 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Placek drożdżowy 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Placek drożdżowy 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Placek drożdżowy 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Placek drożdżowy 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 20g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER)) - Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 80g (kasza jagłana, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży (MLEKO)) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 20g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER)) - Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 80g (kasza jagłana, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 20g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER)) - Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 80g (kasza jagłana, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży (MLEKO)) - Ogórek 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 20g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER)) - Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 80g (kasza jagłana, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży (MLEKO)) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 20g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER)) - Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 80g (kasza jagłana, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży (MLEKO)) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 20g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER)) - Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 80g (kasza jagłana, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży (MLEKO)) - Ogórek 80g - herbata 250ml
Posilek nocny	Serek homog. waniliowy 150g (MLEKO)	Serek homog. waniliowy 150g (MLEKO)	Serek homog. naturalny 150g (MLEKO)	Serek homog. waniliowy 150g (MLEKO)	Serek homog. waniliowy 150g (MLEKO)	Serek homog. waniliowy 150g (MLEKO)
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2333 kcal; B: 79,28 g; T: 61,77 g, w tym Tł. nasycone: 29,33 g; W: 374,06 g, w tym cukry: 198,77 g; Błonnik: 25,94 g, Sól: 5,88 g;						

JADŁOSPIS 04.01.2024 - Czwartek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki owsiane na mleku 300g (płatki owsiane, mleko (MLEKO, GLUTEN)) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka pieczona 80g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenney, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) -Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki jaglane na mleku 300g (płatki jaglane, mleko (MLEKO, GLUTEN)) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka pieczona 80g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenney, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) -Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300g (GLUTEN, SELER) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka pieczona 80g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenney, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) -Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g (płatki owsiane, mleko (MLEKO, GLUTEN)) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka pieczona 80g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenney, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) -Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g (płatki owsiane, mleko (MLEKO, GLUTEN)) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka pieczona 80g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenney, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) -Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 150g (płatki owsiane, mleko (MLEKO, GLUTEN)) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Szyunka pieczona 60g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenney, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) -Pomidor 80g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami papryki Sok owocowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami papryki Sok owocowy 200 ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami papryki Sok owocowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami papryki Sok owocowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami papryki Sok owocowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami papryki Sok owocowy 200 ml
Obiad	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, se ler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pierogi z serem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowo-cynamonowa 50g (jog. (MLEKO)) -Jabłko 150g - Kompot 200ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, se ler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pierogi z serem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowo-cynamonowa 50g (jog. (MLEKO)) - Banan 1 szt. - Kompot 200ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, se ler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pierogi z serem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowo-cynamonowa 50g (jog. (MLEKO)) -Jabłko 150g - Kompot b/c 200ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, se ler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pierogi z serem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowo-cynamonowa 50g (jog. (MLEKO)) -Jabłko 150g - Kompot 200ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, se ler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pierogi z serem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowo-cynamonowa 50g (jog. (MLEKO)) -Jabłko 150g - Kompot 200ml	- Zupa jarzynowa 250g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, se ler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pierogi z serem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowo-cynamonowa 50g (jog. (MLEKO)) -Jabłko 150g - Kompot 200ml
Podwieczorek	Serek wiejski 200g (twaróg ziarnisty, śmietanka, sól (MLEKO))	Serek wiejski 200g (twaróg ziarnisty, śmietanka, sól (MLEKO))	Serek wiejski 200g (twaróg ziarnisty, śmietanka, sól (MLEKO))	Serek wiejski 200g (twaróg ziarnisty, śmietanka, sól (MLEKO))	Serek wiejski 200g (twaróg ziarnisty, śmietanka, sól (MLEKO))	Serek wiejski 200g (twaróg ziarnisty, śmietanka, sól (MLEKO))
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka gotowana extra 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Rzodkiewka 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	-Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka gotowana extra 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Rzodkiewka 80 g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka gotowana extra 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) -Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka gotowana extra 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Rzodkiewka 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Szyunka gotowana extra 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Rzodkiewka 80 g - herbata 250ml
Posiłek nocny	Mus owocowy 90g (przecier jabłkowy, truskawkowy, bananowy, z czarnej porzeczki)	Mus owocowy 90g (przecier jabłkowy, truskawkowy, bananowy, z czarnej porzeczki)	Mus owocowy 90g (przecier jabłkowy, truskawkowy, bananowy, z czarnej porzeczki)	Mus owocowy 90g (przecier jabłkowy, truskawkowy, bananowy, z czarnej porzeczki)	Mus owocowy 90g (przecier jabłkowy, truskawkowy, bananowy, z czarnej porzeczki)	Mus owocowy 90g (przecier jabłkowy, truskawkowy, bananowy, z czarnej porzeczki)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2374 kcal; B: 101,82 g; T: 74,61 g, w tym Tł. nasycone: 35,06 g; W: 328,64 g, w tym cukry: 85,44 g; Błonnik: 17,23 g, Sól: 1,8 g;

JADŁOSPIS 05.01.2024 - Piątek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> - Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 80g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobiana ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER)) - Papryka 80g - jogurt naturalny 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków 	<ul style="list-style-type: none"> - Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 80g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobiana ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER)) - Pomidor 80g 	<ul style="list-style-type: none"> - Kluski lane na wywarze 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 80g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobiana ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER)) - Papryka 80g 	<ul style="list-style-type: none"> - Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 80g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobiana ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER)) - Pomidor 80g 	<ul style="list-style-type: none"> - Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 80g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobiana ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER)) - Papryka 80g 	<ul style="list-style-type: none"> - Kluski lane na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Szynka szkolna 60g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobiana ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER)) - Papryka 80g
	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata b/c 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka Banan 1 szt.	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka Banan 1 szt.	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka Jabłko 1 szt.	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka Banan 1 szt.	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka Banan 1 szt.	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka Banan 1 szt.
Obiad	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Filet z miruny w cieście naleśnikowym 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszzonej kapusty 150g (kiszona kapusta, jabłko, cebula, marchew, przyprawy) 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Filet z miruny w sosie pomidorowym 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, koncentrat pomidorowy, bulion, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Marchew z groszkiem 150g 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Filet z miruny w cieście naleśnikowym 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszzonej kapusty 150g (kiszona kapusta, jabłko, cebula, marchew, przyprawy) 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Filet z miruny w cieście naleśnikowym 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Marchew z groszkiem 150g 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Filet z miruny w cieście naleśnikowym 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszzonej kapusty 150g (kiszona kapusta, jabłko, cebula, marchew, przyprawy) 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa kalafiorowa 250g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Filet z miruny w cieście naleśnikowym 120g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 100g - Surówka z kiszzonej kapusty 150g (kiszona kapusta, jabłko, cebula, marchew, przyprawy)
	- Kompot 200ml	- Kompot 200ml	- Kompot b/c 200ml	- Kompot 200ml	- Kompot 200ml	- Kompot 200ml
Podwieczorek	Maślanka 150g (MLEKO)	Maślanka 150g (MLEKO)	Mus owocowy 90g	Maślanka 150g (MLEKO)	Maślanka 150g (MLEKO)	Maślanka 150g (MLEKO)
Kolacja	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta z soczewicy i kaszy jaglanej 80g (soczewica, kasza jaglana, przyprawy, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy) - Ogórek 80g 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 80g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobiana ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER)) - Pomidor 80g 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta z soczewicy i kaszy jaglanej 80g (soczewica, kasza jaglana, przyprawy, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy) - Ogórek 80g 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta z soczewicy i kaszy jaglanej 80g (soczewica, kasza jaglana, przyprawy, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80g 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta z soczewicy i kaszy jaglanej 80g (soczewica, kasza jaglana, przyprawy, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy) - Ogórek 80g 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasta z soczewicy i kaszy jaglanej 60g (soczewica, kasza jaglana, przyprawy, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy) - Ogórek 80g
	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata b/c 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml
Posilek nocny	Chąłka 80g (MLEKO , GLUTEN , JAJA)	Chąłka 80g (MLEKO , GLUTEN , JAJA)	Chąłka 80g (MLEKO , GLUTEN , JAJA)	Chąłka 80g (MLEKO , GLUTEN , JAJA)	Chąłka 80g (MLEKO , GLUTEN , JAJA)	Chąłka 80g (MLEKO , GLUTEN , JAJA)
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2447 kcal; B: 96,02 g; T: 88,86 g, w tym Tł. nasycone: 32,46 g; W: 317,94 g, w tym cukry: 129,67 g; Błonnik: 21,59 g; Sól: 5,05 g;						

JADŁOSPIS 06.01.2024 – Sobota

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	-Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek topiony 40g (MLEKO) - Dżem 40g - Mandarynka 1 szt.	-Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 40g (MLEKO) - Dżem 40g - Mandarynka 1 szt.	-Kasza jęczmienna na wywarze 300g (GLUTEN, SELER) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek topiony 40g (MLEKO) - Szynga gotowana extra 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Mandarynka 1 szt.	-Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 40g (MLEKO) - Dżem 40g - Mandarynka 1 szt.	-Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek topiony 40g (MLEKO) - Dżem 40g - Mandarynka 1 szt.	-Płatki jęczmienne na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Serek topiony 40g (MLEKO) - Dżem 30g - Mandarynka 1 szt.
	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata b/c 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami ogórka Sok warzywny 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Sok warzywny 200 ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Sok warzywny 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Sok warzywny 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Sok warzywny 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Sok warzywny 200 ml
Obiad	- Zupa warzywna z ciecierzycą 400g ((wywar rosółowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, ciecierzycza, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO)) - Gulasz wieprzowy 140g (m. wieprzowe, m. pszenna, marchew, seler, cebula, czosnek, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Kasza jagłana, gotowana 200g - Surówka z kiszonych ogórków 150g	- Zupa koperkowa z kaszą jęczmienną 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, koperek, mąka <u>pszenna</u> , przyprawy (SELER, GLUTEN) - Gulasz wieprzowy 140g (m. wieprzowe, m. pszenna, marchew, seler, cebula, czosnek, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Kasza jagłana, gotowana 200g - Gotowany brokuł 150g	- Zupa warzywna z ciecierzycą 400g ((wywar rosółowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, ciecierzycza, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO)) - Gulasz wieprzowy 140g (m. wieprzowe, m. pszenna, marchew, seler, cebula, czosnek, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszonych ogórków 150g	- Zupa koperkowa z kaszą jęczmienną 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, koperek, mąka <u>pszenna</u> , przyprawy (SELER, GLUTEN) - Gulasz wieprzowy 140g (m. wieprzowe, m. pszenna, marchew, seler, cebula, czosnek, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Gotowany brokuł 150g	- Zupa warzywna z ciecierzycą 400g ((wywar rosółowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, ciecierzycza, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO)) - Gulasz wieprzowy 140g (m. wieprzowe, m. pszenna, marchew, seler, cebula, czosnek, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Kasza jagłana, gotowana 200g - Surówka z kiszonych ogórków 150g	- Zupa warzywna z ciecierzycą 250g ((wywar rosółowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, ciecierzycza, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO)) - Gulasz wieprzowy 120g (m. wieprzowe, m. pszenna, marchew, seler, cebula, czosnek, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Kasza jagłana, gotowana 100g - Surówka z kiszonych ogórków 150g
	- Kompot 200ml	- Kompot 200ml	- Kompot b/c 200ml	- Kompot 200ml	- Kompot 200ml	- Kompot 200ml
Podwieczorek	Drożdżówka 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA)	Drożdżówka 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA)	Drożdżówka 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA)	Drożdżówka 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA)	Drożdżówka 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA)	Drożdżówka 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 40g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, MLEKO)(JAJA,MLEKO)) - Schab kruchy 40g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO,JAJA) - Pomidor 80g	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 80g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO,JAJA) - Pomidor 80g	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 40g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, MLEKO)(JAJA,MLEKO)) - Schab kruchy 40g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO,JAJA) - Pomidor 80g	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 40g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, MLEKO)(JAJA,MLEKO)) - Schab kruchy 40g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO,JAJA) - Pomidor 80g	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 40g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, MLEKO)(JAJA,MLEKO)) - Schab kruchy 40g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO,JAJA) - Pomidor 80g	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasztet pieczony 30g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, MLEKO)(JAJA,MLEKO)) - Schab kruchy 20g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO,JAJA) - Pomidor 80g
	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata b/c 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml
Posiłek nocny	Biszkopty 40g (GLUTEN, JAJA)	Biszkopty 40g (GLUTEN, JAJA)	Pieczywo chrupkie żytnie 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Biszkopty 40g (GLUTEN, JAJA)	Biszkopty 40g (GLUTEN, JAJA)	Biszkopty 40g (GLUTEN, JAJA)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2421 kcal; B: 98,26 g; T: 92,32 g, w tym Tł. nasycone: 36,91 g; W: 308,3 g, w tym cukry: 241,73 g; Błonnik: 21,31 g, Sól: 7,1 g;

JADŁOSPIS 07.01.2024 - Niedziela

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolyzat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Jajko 1 szt. - Ogórek 80g	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolyzat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Jajko 1 szt. - Pomidor 80g	- Kasza jaglana na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolyzat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Jajko 1 szt. - Ogórek 80g	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolyzat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Jajko 1 szt. - Pomidor 50g	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolyzat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Jajko 1 szt. - Ogórek 80g	- Płatki kukurydziane na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Filet specjal 40g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolyzat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Jajko 1/2 szt. - Ogórek 80g
	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata b/c 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Gruszka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Gruszka 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Gruszka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Gruszka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Gruszka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Gruszka 200g
Obiad	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet schabowy 120g (schab, mąka pszena, bułka tarta, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Surówka colesław 150g	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Schab duszony w sosie jasnym 140g (m. wieprzowe, m. pszena, marchew, seler, pietruszka przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany kalafior 150g	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet schabowy 120g (schab, mąka pszena, bułka tarta, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Surówka colesław 150g	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet schabowy 120g (schab, mąka pszena, bułka tarta, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Gotowany kalafior 150g	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet schabowy 120g (schab, mąka pszena, bułka tarta, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 100g - Surówka colesław 150g	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet schabowy 120g (schab, mąka pszena, bułka tarta, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 100g - Surówka colesław 150g
	- Kompot 200 ml	- Kompot 200 ml	- Kompot b/c 200 ml	- Kompot 200 ml	- Kompot 200 ml	- Kompot 200 ml
Podwieczorek	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta rybna 100g (mintaj gotowany, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Papryka 80g	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta rybna 100g (mintaj gotowany, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta rybna 100g (mintaj gotowany, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Papryka 80g	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta rybna 100g (mintaj gotowany, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA)) - Pomidor 80g	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta rybna 100g (mintaj gotowany, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Papryka 80g	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasta rybna 70g (mintaj gotowany, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Papryka 80g
	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata b/c 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml
Posilek nocny	Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2153 kcal; B: 104,95 g; T: 69,37 g, w tym Tł. nasycone: 32,04 g; W: 284,81 g, w tym cukry: 99,93 g; Błonnik: 19,42 g, Sól: 5,6 g;