

JADŁOSPIS 18.03.2024 – Poniedziałek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> - Zacierki na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka drobiowa 60g (m. drobiowe, skrobina kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, SELER)) - Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj)) (MLEKO, JAJA) - Papryka 80g - jogurt owocowy 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zacierki na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobina 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 	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza jaglana na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka drobiowa 60g (m. drobiowe, skrobina 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) - Papryka 80g 	<ul style="list-style-type: none"> - Zacierki na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka drobiowa 60g (m. drobiowe, skrobina 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) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zacierki na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka drobiowa 60g (m. drobiowe, skrobina 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) - Papryka 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zacierki na mleku 150g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka drobiowa 40g (m. drobiowe, skrobina 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) - Papryka 60g - herbata 250ml
II śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, pasztetem (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego - Sok marchewkowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, pasztetem (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego - Sok marchewkowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, pasztetem (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego - Sok marchewkowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Bułka maślana 60g, dżem 30g - Sok marchewkowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, pasztetem (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego - Sok marchewkowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, pasztetem (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego - Sok marchewkowy 200ml
Obiad	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa warzywna z ciecierzycą 400g ((wywar rosolowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, ciecierzycza, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO))(SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowe, bulion, groszek, marchew, seler, mąka pszenna, curry, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Kasza jęczmienna 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g - Kompot 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa grysikowa 400g (wywar warzywny, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowe, bulion, groszek, marchew, seler, mąka pszenna, curry, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Kasza jęczmienna 200g - Gotowana marchewka 150g - Kompot 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa warzywna z ciecierzycą 400g ((wywar rosolowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, ciecierzycza, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO))(SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowe, bulion, groszek, marchew, seler, mąka pszenna, curry, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Kasza jęczmienna 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g - Kompot b/c 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa grysikowa 400g (wywar warzywny, marchew, kasza manna, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowe, bulion, groszek, marchew, seler, mąka pszenna, curry, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Kasza jęczmienna 200g - Gotowana marchewka 150g - Kompot 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa warzywna z ciecierzycą 400g ((wywar rosolowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, ciecierzycza, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO))(SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowe, bulion, groszek, marchew, seler, mąka pszenna, curry, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Kasza jęczmienna 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g - Kompot 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa warzywna z ciecierzycą 250g ((wywar rosolowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, ciecierzycza, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO))(SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 120g (m. wieprzowe, bulion, groszek, marchew, seler, mąka pszenna, curry, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Kasza jęczmienna 100g - Surówka z kapusty pekińskiej 120g - Kompot 200ml
Podwieczorek	<ul style="list-style-type: none"> - Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paprykarz rybny 120g (filet mintaja, ryż, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, GLUTEN)) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka pieczona 80g (szyunka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobina (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO, JAJA)) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paprykarz rybny 120g (filet mintaja, ryż, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, GLUTEN)) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paprykarz rybny 120g (filet mintaja, ryż, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, GLUTEN)) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paprykarz rybny 120g (filet mintaja, ryż, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, GLUTEN)) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Paprykarz rybny 80g (filet mintaja, ryż, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, GLUTEN)) - Pomidor 80g - herbata 250ml
Posilek nocny	<ul style="list-style-type: none"> - Serek wiejski 200g (MLEKO) 	<ul style="list-style-type: none"> - Serek wiejski 200g (MLEKO) 	<ul style="list-style-type: none"> - Serek wiejski 200g (MLEKO) 	<ul style="list-style-type: none"> - Serek wiejski 200g (MLEKO) 	<ul style="list-style-type: none"> - Serek wiejski 200g (MLEKO) 	<ul style="list-style-type: none"> - Serek wiejski 200g (MLEKO)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2583 kcal; B: 112,91 g; T: 93,23 g, w tym Tł. nasycone: 37,43 g; W: 337,41 g, w tym cukry 223,97 g; Błonnik: 32,62 g, Sól: 7,60g

JADŁOSPIS 19.03.2024 – 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) - Szynka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobia 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 - herbata 250ml	- Kasza jęczmienna na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. - Ogórek 80g - herbata b/c 250ml	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobia 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 - herbata 250ml	- Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Płatki jęczmienne na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 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) - Jajko 1/2 szt. - Ogórek 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Banan 200g	Bulka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Gruszka 200g	Bulka maślana 60g, dżem 30g Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Banan 200g
Obiad	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m.drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO) - Kotlet mielony 140g (mięso wieprzowe, cebula, jajko, bułka tarta, mąka pszenna, natka pietruszki, przyprawy GLUTEN, JAJA) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g - Kompot 200ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m.drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO) - Filet w sosie pieczeniowym 140g (m.drobiowe, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 200ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m.drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO) - Kotlet mielony 140g (mięso wieprzowe, cebula, jajko, bułka tarta, mąka pszenna, natka pietruszki, przyprawy GLUTEN, JAJA) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g - Kompot b/c 200ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m.drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO) - Filet w sosie pieczeniowym 140g (m.drobiowe, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 200ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m.drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO) - Kotlet mielony 140g (mięso wieprzowe, cebula, jajko, bułka tarta, mąka pszenna, natka pietruszki, przyprawy GLUTEN, JAJA) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g - Kompot 200ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 250g (woda, m.drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO) - Kotlet mielony 120g (mięso wieprzowe, cebula, jajko, bułka tarta, mąka pszenna, natka pietruszki, przyprawy GLUTEN, JAJA) - Ziemniaki 100g - Surówka z buraczków 120g - Kompot 200ml
Podwieczorek	Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 120g (kasza jaglana, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 80g (kasza jaglana, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży (MLEKO)) - Szynka drobiowa 40g (m. drobiowe, 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 żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 120g (kasza jaglana, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 120g (kasza jaglana, 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) - Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 120g (kasza jaglana, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 80g (kasza jaglana, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml
Posilek nocny	Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Jogurt naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, aromat (MLEKO))	Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2214 kcal; B: 113,53 g; T: 68,99 g, w tym Tł. nasycone: 30,77 g; W: 290,98 g, w tym cukry 126,05 g; Błonnik: 21,83 g; Sól: 5,99 g;

JADŁOSPIS 20.03.2024 – Środa

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszennea, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Jabłko 80g - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszennea (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Serek biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Jabłko 80g - herbata 250ml	- Kasza mśnna na wywarze warzywnym 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszennea, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Serek biały 80g (MLEKO) - Szynka szkolna 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) - Jabłko 80g - herbata b/c 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszennea, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Jabłko 80g - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszennea, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Jabłko 80g - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszennea, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Serek biały 60g (MLEKO) - Dżem 20g - Jabłko 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami papryki Sok owocowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami papryki Sok owocowy 200 ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami papryki Sok warzywny 200 ml	Bułka maślana 60g, dżem 30g Sok owocowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami papryki Sok owocowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami papryki Sok owocowy 200 ml
Obiad	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka (SELER, GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Surówka z czerwonej kapusty 150g - Kompot 200ml	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka (SELER, GLUTEN)) - Ryż biały 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g - Kompot 200ml	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka (SELER, GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Surówka z czerwonej kapusty 150g - Kompot b/c 200ml	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka (SELER, GLUTEN)) - Ryż biały 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g - Kompot 200ml	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka (SELER, GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Surówka z czerwonej kapusty 150g - Kompot 200ml	- Zupa kalafiorowa 250g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 140g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka (SELER, GLUTEN)) - Ryż brązowy 100g - Surówka z czerwonej kapusty 120g - Kompot 200ml
Podwieczorek	Pizzerinka 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Pizzerinka 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Pizzerinka 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Pizzerinka 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Pizzerinka 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Pizzerinka 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszennea, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 40g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO, JAJA) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszennea, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 80g (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	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszennea, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 40g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO, JAJA) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszennea, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 40g (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	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszennea, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 40g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO, JAJA) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszennea, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Serek topiony plastry 20g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 40g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO, JAJA) - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g - herbata 250ml
Posilek nocny	Delicje 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Delicje 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Chalka 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Delicje 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Delicje 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Delicje 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2304 kcal; B: 97,28 g; T: 73,80 g, w tym Tł. nasycone: 37,67 g; W: 321,88 g, w tym cukry 190,86 g; Błonnik: 22,26 g, Sól: 6.39 g;

JADŁOSPIS 21.03.2024 – Czwartek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Szynka drobiowa 20g (m. drobiowe, 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	- Kluski lane na wywarze jarzynowym 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Pomidor 80g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego Mandarynka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego Mandarynka 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego Mandarynka 200g	Bułka maślana 60g, dżem 30g Mandarynka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego Mandarynka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego Mandarynka 200g
Obiad	- Zupa pejszanka 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m. wieprzowe 68%, woda, m. wołowe 5 %, skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%, m. pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Potrawka wieprzowa w sosie koperkowym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, koper (GLUTEN)) - Potrawka wieprzowa w sosie koperkowym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, koper (GLUTEN)) - Surówka z selera 150g - Kompot 200ml	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Potrawka wieprzowa w sosie koperkowym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, koper (GLUTEN)) - Gotowany brokuł 150g - Kompot 200ml	- Zupa pejszanka 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m. wieprzowe 68%, woda, m. wołowe 5 %, skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%, m. pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Potrawka wieprzowa w sosie koperkowym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, koper (GLUTEN)) - Surówka z selera 150g - Kompot b/c 200ml	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Potrawka wieprzowa w sosie koperkowym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, koper (GLUTEN)) - Gotowany brokuł 150g - Kompot 200ml	- Zupa pejszanka 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m. wieprzowe 68%, woda, m. wołowe 5 %, skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%, m. pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Potrawka wieprzowa w sosie koperkowym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, koper (GLUTEN)) - Surówka z selera 150g - Kompot 200ml	- Zupa pejszanka 250g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m. wieprzowe 68%, woda, m. wołowe 5 %, skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%, m. pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Kopytka 100g (GLUTEN) - Potrawka wieprzowa w sosie koperkowym 140g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, koper (GLUTEN)) - Surówka z selera 120g - Kompot 200ml
Podwieczorek	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany naturalny 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. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. - Papryka 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 60g (m. wieprzowe, skrobia 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 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. - Papryka 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 wiśniowa 60g (m. wieprzowe, skrobia 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 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. - Papryka 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 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) - Jajko 1/2 szt. - Papryka 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Mus owocowy 90g	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: 2349 kcal; B: 92,58 g; T: 88,99 g, w tym Tł. nasycone: 29,49 g; W: 288,22 g, w tym cukry 95,12 g; Błonnik: 11,89 g; Sól: 4,33 g;

JADŁOSPIS 22.03.2024 – 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. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Ogórek kiszony 80g - jogurt naturalny 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków 	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki jaglane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g 	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza jaglana na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Ogórek kiszony 80g - herbata b/c 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki jaglane na mleku 300g (MLEKO)GLUTEN)- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki jaglane na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasztet pieczony 60g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml
II śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynka szkolna (20g), 4 plasterkami rzodkiewki - Gruszka 200g 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynka szkolna (20g), 4 plasterkami rzodkiewki - Gruszka 200g 	<ul style="list-style-type: none"> - Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynka szkolna (20g), 4 plasterkami rzodkiewki - Gruszka 200g 	<ul style="list-style-type: none"> - Bułka maślana 60g, dżem 30g - Gruszka 200g 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynka szkolna (20g), 4 plasterkami rzodkiewki - Gruszka 200g 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynka szkolna (20g), 4 plasterkami rzodkiewki - Gruszka 200g
Obiad	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, ziemniaki, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (GLUTEN, MLEKO)) - Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszanej kapusty 150g - Kompot 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa ryżanka 400g (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż biały, m. z kurczaka, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Filet z mintaja w sosie jogurtowo - zielowym 140g (f.miruny, jaja, bulion, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) -Ziemniaki 200g -Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, ziemniaki, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (GLUTEN, MLEKO)) - Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) -Ziemniaki 200g -Surówka z kiszanej kapusty 150g - Kompot b/c 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa ryżanka 400g (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż biały, m. z kurczaka, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Filet z mintaja w sosie jogurtowo - zielowym 140g (f.miruny, jaja, bulion, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) -Ziemniaki 200g -Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, ziemniaki, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (GLUTEN, MLEKO)) - Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszanej kapusty 150g - Kompot 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa pieczarkowa z ziemniakami 250g (wywar wieprzowy, pieczarki, ziemniaki, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (GLUTEN, MLEKO)) - Filet z mintaja panierowany w bułce 120g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 100g - Surówka z kiszanej kapusty 120g - Kompot 200ml
Podwieczorek	<ul style="list-style-type: none"> - Muffina jasna 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Muffina jasna 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Muffina jasna 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Muffina jasna 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Muffina jasna 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Muffina jasna 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 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) - Twarożek z ziołami 80g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> -Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 80g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml
Posiłek nocny	<ul style="list-style-type: none"> - Lubisie 30 g (GLUTEN) 	<ul style="list-style-type: none"> - Lubisie 30 g (GLUTEN) 	<ul style="list-style-type: none"> - Ciasteczka owsiane 30 g (GLUTEN) 	<ul style="list-style-type: none"> - Lubisie 30 g (GLUTEN) 	<ul style="list-style-type: none"> - Lubisie 30 g (GLUTEN) 	<ul style="list-style-type: none"> - Lubisie 30 g (GLUTEN)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2389 kcal; B: 108,12 g; T: 102,8 g, w tym Tł. nasycone: 40,01 g; W: 258,39 g, w tym cukry 110,99 g; Błonnik: 14,00 g; Sól: 8,86 g;

JADŁOSPIS 23.03.2024 – Sobota

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki kukurydzine na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 40g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Płatki kukurydzine na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 80g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kasza manna na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 40g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata b/c 250ml	- Płatki kukurydzine na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 40g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki kukurydzine na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 40g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Płatki kukurydzine 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, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, jajkiem (20g), 3 plasterkami papryki Sok pomidorowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, jajkiem (20g), 3 plasterkami papryki Sok pomidorowy 200 ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, jajkiem (20g), 3 plasterkami papryki Sok pomidorowy 200 ml	Bułka maślana 60g, dżem 30g Sok pomidorowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, jajkiem (20g), 3 plasterkami papryki Sok pomidorowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, jajkiem (20g), 3 plasterkami papryki Sok pomidorowy 200 ml
Obiad	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kotlet pożarski 140g (m. drobiowe, jajo, b. pszena, mleko, przyprawy (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g - Kompot 200ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Pulpet w sosie z zieloną pietruszką 200g (m. drobiowe, przyprawy, pietruszka, mąka (GLUTEN, SOJA)) - Ziemniaki 200g - Gotowana cukinia z ziołami 150g - Kompot 200ml	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kotlet pożarski 140g (m. drobiowe, jajo, b. pszena, mleko, przyprawy (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g - Kompot b/c 200ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Pulpet w sosie z zieloną pietruszką 200g (m. drobiowe, przyprawy, pietruszka, mąka (GLUTEN, SOJA)) - Ziemniaki 200g - Gotowana cukinia z ziołami 150g - Kompot 200ml	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kotlet pożarski 140g (m. drobiowe, jajo, b. pszena, mleko, przyprawy (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g - Kompot 200ml	- Zupa fasolowa 250g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kotlet pożarski 140g (m. drobiowe, jajo, b. pszena, mleko, przyprawy (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 100g - Surówka z kapusty włoskiej 120g - Kompot 200ml
Podwieczorek	Bułka słodka z budyniem 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Bułka słodka z budyniem 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Bułka słodka z budyniem 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Bułka słodka z budyniem 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Bułka słodka z budyniem 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Bułka słodka z budyniem 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 80g (m. wieprzowe, skrobina kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Sałatka warzywna 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 80g (m. wieprzowe, skrobina kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Sałatka warzywna 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 80g (m. wieprzowe, skrobina kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Sałatka warzywna 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 80g (m. wieprzowe, skrobina kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Sałatka warzywna 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) - herbata 250ml Baton zbozowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 80g (m. wieprzowe, skrobina kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Sałatka warzywna 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Schab kruchy 80g (m. wieprzowe, skrobina kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Sałatka warzywna 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) - herbata 250ml
Posilek nocny	Jogurt deserowy „Agatka” 135g (mleko, śmietanka, cukier, białka mleka, skrobina, maltodekstryna, beta-karoten, kultury bakterii jogurtowych (MLEKO))	Jogurt deserowy „Agatka” 135g (mleko, śmietanka, cukier, białka mleka, skrobina, maltodekstryna, beta-karoten, kultury bakterii jogurtowych (MLEKO))	Kefir 150g (MLEKO)	Jogurt deserowy „Agatka” 135g (mleko, śmietanka, cukier, białka mleka, skrobina, maltodekstryna, beta-karoten, kultury bakterii jogurtowych (MLEKO))	Jogurt deserowy „Agatka” 135g (mleko, śmietanka, cukier, białka mleka, skrobina, maltodekstryna, beta-karoten, kultury bakterii jogurtowych (MLEKO))	Jogurt deserowy „Agatka” 135g (mleko, śmietanka, cukier, białka mleka, skrobina, maltodekstryna, beta-karoten, kultury bakterii jogurtowych (MLEKO))

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2255 kcal; B: 107,49 g; T: 82,18 g, w tym Tł. nasycone: 34,63 g; W: 281,25 g, w tym cukry 148 g; Błonnik: 23,57 g; Sól: 6,02 g;

JADŁOSPIS 24.03.2024 - Niedziela

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki owsiane na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 120g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 40g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Twarożek ze szczypiorkiem 80g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na wywarze 300g (GLUTEN, SELER) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 120g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Ogórek 80g - herbata b/c 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 120g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO)- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 120g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 150g (GLUTEN, MLEKO)- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 80g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Ogórek 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plastrami ogórka kiszzonego Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plastrami ogórka kiszzonego Jabłko 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plastrami ogórka kiszzonego Jabłko 200g	Bułka maślana 60g, dżem 30g Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plastrami ogórka kiszzonego Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plastrami ogórka kiszzonego Jabłko 200g
Obiad	- Rosół z kłuskami lanymi 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, SELER , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko drobiowe w sosie jarzynowym 140g (mięso drobiowe, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler, bulion, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka coleslaw 150g - Kompot 200 ml	- Rosół z kłuskami lanymi 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, SELER , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko drobiowe w sosie jarzynowym 140g (mięso drobiowe, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler, bulion, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g - Kompot 200 ml	- Rosół z kłuskami lanymi 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, SELER , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko drobiowe w sosie jarzynowym 140g (mięso drobiowe, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler, bulion, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka coleslaw 150g - Kompot b/c 200 ml	- Rosół z kłuskami lanymi 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, SELER , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko drobiowe w sosie jarzynowym 140g (mięso drobiowe, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler, bulion, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g - Kompot 200 ml	- Rosół z kłuskami lanymi 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, SELER , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko drobiowe w sosie jarzynowym 140g (mięso drobiowe, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler, bulion, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka coleslaw 150g - Kompot 200 ml	- Rosół z kłuskami lanymi 250g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, SELER , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko drobiowe w sosie jarzynowym 120g (mięso drobiowe, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler, bulion, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka coleslaw 120g - Kompot 200 ml
Podwieczorek	Ciastka maślane 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Ciastka maślane 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Ciastka z otrębami 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Ciastka maślane 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Ciastka maślane 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Ciastka maślane 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta z groszku 120g (g. zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 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) - Pasta z groszku 120g (g. zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 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 bez kości Podkomorzy 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) - Pasta z groszku 120g (g. zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasta z groszku 80g (g. zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Mus owocowy 90 g	Mus owocowy 90 g	Mus owocowy 90 g	Mus owocowy 90 g	Mus owocowy 90 g	Mus owocowy 90 g

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2261 kcal; B: 96,60 g; T: 81,41 g, w tym Tł. nasycone: 35,47 g; W: 296,71 g, w tym cukry 222,82 g; Błonnik: 25,80 g, Sól: 5,64 g;