

JADŁOSPIS 13.05.2024 – 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"> - Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham (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) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g <p>- jogurt owocowy 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków</p> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 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 	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza manna na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham (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) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g 	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham (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) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham (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) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki ryżowe na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham (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) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g - herbata 250ml
II śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok owocowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok owocowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Bulka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok warzywny 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Bulka maślana 60g, dżem 30g (GLUTEN) - Sok owocowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok owocowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok owocowy 200ml
Obiad	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Plaster szynki w sosie pieczarkowym 140g (m. wieprzowej, mąka pszenka, marchew, bulion, przyprawy, pieczarki (GLUTEN)) - Kasza jagłana 200g - Surówka z selera 150g - Kompot 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Filet w sosie pieczarkowym 140g (m. drobiowe, przyprawy, pieczarki, mąka (GLUTEN, SOJA)) - Kasza jagłana 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Plaster szynki w sosie pieczarkowym 140g (m. wieprzowej, mąka pszenka, marchew, bulion, przyprawy, pieczarki (GLUTEN)) - Kasza jagłana 200g - Surówka z selera 150g - Kompot b/c 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Filet w sosie pieczarkowym 140g (m. drobiowe, przyprawy, pieczarki, mąka (GLUTEN, SOJA)) - Kasza jagłana 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Plaster szynki w sosie pieczarkowym 140g (m. wieprzowej, mąka pszenka, marchew, bulion, przyprawy, pieczarki (GLUTEN)) - Kasza jagłana 200g - Surówka z selera 150g - Kompot 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa jarzynowa 250g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Plaster szynki w sosie pieczarkowym 140g (m. wieprzowej, mąka pszenka, marchew, bulion, przyprawy, pieczarki (GLUTEN)) - Kasza jagłana 100g - Surówka z selera 120g - Kompot 200ml
Podwieczorek	<ul style="list-style-type: none"> - Drożdżówka z dżemem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Drożdżówka z dżemem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Serek homogenizowany naturalny 150g (MLEKO), Pieczywo chrupkie 2 szt. (GLUTEN) 	<ul style="list-style-type: none"> - Drożdżówka z dżemem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Drożdżówka z dżemem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Drożdżówka z dżemem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta rybna z makreli 120g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka drobiowa 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 - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta rybna z makreli 120g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta rybna z makreli 120g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasta rybna z makreli 80g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasta rybna z makreli 80g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Pomidor 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	<ul style="list-style-type: none"> - Ciasteczka z otrębami 40 g (GLUTEN) 	<ul style="list-style-type: none"> - Ciasteczka z otrębami 40 g (GLUTEN) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pomarańcza 200g 	<ul style="list-style-type: none"> - Ciasteczka z otrębami 40 g (GLUTEN) 	<ul style="list-style-type: none"> - Ciasteczka z otrębami 40 g (GLUTEN) 	<ul style="list-style-type: none"> - Ciasteczka z otrębami 40 g (GLUTEN)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2279 kcal; B: 123,63 g; T: 86,71 g, w tym Tł. nasycone: 38,64 g; W: 260,57 g, w tym cukry 98,64 g; Błonnik: 23,77 g; Sól: 8,83 g

JADŁOSPIS 14.05.2024 – Wtorek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> - Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - 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) - Szynka gotowana extra 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) -Ogórek 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Szynka gotowana extra 20g (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 <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300g (SELER, GLUTEN) - 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) - Szynka gotowana extra 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) -Ogórek 80g <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - 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) - Szynka gotowana extra 20g (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 <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Szynka gotowana extra 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) -Ogórek 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Szynka gotowana extra 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) -Ogórek 60g <p>- herbata 250ml</p>
II śniadanie	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, GLUTEN) Banan 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Banan 200g</p>	<p>Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, GLUTEN) Mus owocowo – warzywny 90g</p>	<p>Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Banan 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, GLUTEN) Banan 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, GLUTEN) Banan 200g</p>
Obiad	<ul style="list-style-type: none"> - Kapuśniak 400g (wywar warzywny, kapusta kwaszona, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER)) - Kotlet pożarski 140g (m. drobiowe, jajo, b. pszenne, mleko, przyprawy (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa ziemniaczana z mięsem drobiowym 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, m. drobiowe, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Pulpety w sosie z zieloną pietruszką 200g (m. drobiowe, mąka pszenna, bulion, przyprawy (MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kapuśniak 400g (wywar warzywny, kapusta kwaszona, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER)) - Kotlet pożarski 140g (m. drobiowe, jajo, b. pszenne, mleko, przyprawy (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g <p>- Kompot b/c 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa ziemniaczana z mięsem drobiowym 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, m. drobiowe, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Pulpety w sosie z zieloną pietruszką 200g (m. drobiowe, mąka pszenna, bulion, przyprawy (MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kapuśniak 400g (wywar warzywny, kapusta kwaszona, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER)) - Kotlet pożarski 140g (m. drobiowe, jajo, b. pszenne, mleko, przyprawy (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kapuśniak 250g (wywar warzywny, kapusta kwaszona, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER)) - Kotlet pożarski 140g (m. drobiowe, jajo, b. pszenne, mleko, przyprawy (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 100g - Surówka z buraczków 120g <p>- Kompot 200ml</p>
Podwieczorek	<p>Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>	<p>Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>	<p>Jabłko 200g</p>	<p>Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>	<p>Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>	<p>Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>
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) - Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN)) -Salatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN)) -Salatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) <p>- herbata 250ml</p>	<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) - Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN)) -Salatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) <p>- herbata b/c 250ml</p>	<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) - Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN)) -Salatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) <p>- herbata 250ml</p>	<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) - Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN)) -Salatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) <p>- herbata 250ml</p>	<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) - Szynka drobiowa 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN)) -Salatka jarzynowa 60g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) <p>- herbata 250ml</p>
Posilek nocny	<p>Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))</p>	<p>Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))</p>	<p>Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))</p>	<p>Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))</p>	<p>Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))</p>	<p>Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))</p>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 1990 kcal; B: 76,71 g; T: 72,10 g, w tym Tł. nasycone: 29,85 g; W: 266,69 g, w tym cukry 131,96 g; Błonnik: 20,27 g; Sól: 6,36 g;

JADŁOSPIS 15.05.2024 – Środa

	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. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 120g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 60g - Sałata 20g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zacierki na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńka pieczona 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 <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza jaglana na wywarze warzywnym 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Twarożek z rzodkiewką 120g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 60g - Sałata 20g <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zacierki na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 120g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zacierki na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 120g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 60g - Sałata 20g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zacierki na mleku 150g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 80g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 50g - Sałata 10g <p>- herbata 250ml</p>
II śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok marchewkowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok marchewkowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok marchewkowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g - Sok marchewkowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok marchewkowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok marchewkowy 200ml
Obiad	<ul style="list-style-type: none"> - Barszcz z białą kielbasą 400g (wywar drob., ziemniaki, barszcz, ziemniaki, przyprawy (GLUTEN)), przyprawy (SELER, GLUTEN) - Gulasz z ciecierzycą w sosie pomidorowym z papryką i mięsem mielonym 200g (ciecierzyca, papryka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy (GLUTEN, SOJA)) - Makaron razowy 200g (GLUTEN, JAJA) - Surówka z kapusty włoskiej 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszena, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Gulasz z ciecierzycą w sosie pomidorowym z papryką i mięsem mielonym 200g (ciecierzyca, papryka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy (GLUTEN, SOJA)) - Makaron pszenny 200g (GLUTEN, JAJA) - Gotowana kukinia 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Barszcz z białą kielbasą 400g (wywar drob., ziemniaki, barszcz, ziemniaki, przyprawy (GLUTEN)), przyprawy (SELER, GLUTEN) - Gulasz z ciecierzycą w sosie pomidorowym z papryką i mięsem mielonym 200g (ciecierzyca, papryka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy (GLUTEN, SOJA)) - Makaron razowy 200g (GLUTEN, JAJA) - Surówka z kapusty włoskiej 150g <p>- Kompot b/c 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszena, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Gulasz z ciecierzycą w sosie pomidorowym z papryką i mięsem mielonym 200g (ciecierzyca, papryka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy (GLUTEN, SOJA)) - Makaron razowy 200g (GLUTEN, JAJA) - Gotowana kukinia 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Barszcz z białą kielbasą 400g (wywar drob., ziemniaki, barszcz, ziemniaki, przyprawy (GLUTEN)), przyprawy (SELER, GLUTEN) - Gulasz z ciecierzycą w sosie pomidorowym z papryką i mięsem mielonym 200g (ciecierzyca, papryka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy (GLUTEN, SOJA)) - Makaron razowy 200g (GLUTEN, JAJA) - Surówka z kapusty włoskiej 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Barszcz z białą kielbasą 250g (wywar drob., ziemniaki, barszcz, ziemniaki, przyprawy (GLUTEN)), przyprawy (SELER, GLUTEN) - Gulasz z ciecierzycą w sosie pomidorowym z papryką i mięsem mielonym 140g (ciecierzyca, papryka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy (GLUTEN, SOJA)) - Makaron razowy 100g (GLUTEN, JAJA) - Surówka z kapusty włoskiej 150g <p>- Kompot 200ml</p>
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"> - Jabłko 200g 	<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. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńka 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)) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Ogórek kiszony 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńka szkolna 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 <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńka 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)) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Ogórek kiszony 80g <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńka 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)) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Szyńka 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)) - Serek topiony plastry 20g (MLEKO) - Ogórek kiszony 60g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Szyńka 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)) - Serek topiony plastry 20g (MLEKO) - Ogórek kiszony 60g <p>- herbata 250ml</p>
Posilek nocny	<ul style="list-style-type: none"> - Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO)) 	<ul style="list-style-type: none"> - Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO)) 	<ul style="list-style-type: none"> - Serek homogenizowany naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO)) 	<ul style="list-style-type: none"> - Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO)) 	<ul style="list-style-type: none"> - Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO)) 	<ul style="list-style-type: none"> - Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2272 kcal; B: 91,72 g; T: 74,04 g, w tym Tł. nasycone: 37,25 g; W: 308,26 g, w tym cukry 315,16 g; Błonnik: 25,62 g, Sól: 6,78 g;

JADŁOSPIS 16.05.2024 – Czwartek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 60g (m. drobiowe, 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. (JAJA) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <i>pszenna</i> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 60g (m. drobiowe, 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. (JAJA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kasza manna na wywarze jarzynowym 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 60g (m. drobiowe, 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. (JAJA) - Papryka 80g - herbata b/c 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 60g (m. drobiowe, 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. (JAJA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 60g (m. drobiowe, 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. (JAJA) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Filet zapiekany 60g (m. drobiowe, 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. (JAJA) - Papryka 80g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mus owocowy 90g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mus owocowy 90g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mus owocowy 90g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Mus owocowy 90g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mus owocowy 90g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mus owocowy 90g
Obiad	- Zupa brokułowa z ryżem 400g (wywar warzywn, marchew, brokuł, pietruszka, seler, ryż, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pierogi z serem i szpinakiem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO)) - Jabłko 150g - Kompot 200ml	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka <i>pszenna</i> , przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pierogi z serem i szpinakiem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO)) - Jabłko 150g - Kompot b/c 200ml	- Zupa brokułowa z ryżem 400g (wywar warzywn, marchew, brokuł, pietruszka, seler, ryż, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pierogi z serem i szpinakiem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO)) - Jabłko 150g - Kompot b/c 200ml	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka <i>pszenna</i> , przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pierogi z serem i szpinakiem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO)) - Jabłko 150g - Kompot 200ml	- Zupa brokułowa z ryżem 400g (wywar warzywn, marchew, brokuł, pietruszka, seler, ryż, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pierogi z serem i szpinakiem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO)) - Jabłko 150g - Kompot 200ml	- Zupa brokułowa z ryżem 250g (wywar warzywn, marchew, brokuł, pietruszka, seler, ryż, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pierogi z serem i szpinakiem 200g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO)) - Jabłko 120g - Kompot 200ml
Podwieczorek	Muffina owocowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Muffina owocowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Jogurt naturalny 150g (MLEKO), Pieczywo chrupkie 2 szt. (GLUTEN)	Muffina owocowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Muffina owocowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Muffina owocowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 120g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO)) - Pomidor 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <i>pszenna</i> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka 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 żytnie/graham 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 120g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO)) - Pomidor 80 g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 120g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO)) - Pomidor 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 120g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO)) - Pomidor 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 80g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO)) - Pomidor 60 g - herbata 250ml
Posilek nocny	Krakersy 90g (GLUTEN)	Krakersy 90g (GLUTEN)	Owsianka instant 50g (GLUTEN)	Krakersy 90g (GLUTEN)	Krakersy 90g (GLUTEN)	Krakersy 90g (GLUTEN)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2218 kcal; B: 76,89 g; T: 68,33 g, w tym Tł. nasycone: 29,13 g; W: 327,17 g, w tym cukry 129,33 g; Błonnik: 23,72 g; Sól: 6,22 g;

JADŁOSPIS 17.05.2024 – 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) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Ogórek kiszony 60g - Sałata 20g <p>- jogurt naturalny 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków</p> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna, GLUTEN) - Masło 20g (ML8KO) - 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) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza jęczmienna na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; 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 60g - Sałata 20g <p>- herbata b/c 250ml</p>	<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 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) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; 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 60g - Sałata 20g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki kukurydziane na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; 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 50g - Sałata 10g <p>- herbata 250ml</p>
II śniadanie	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, GLUTEN) Gruszka 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Banan 200g</p>	<p>Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, GLUTEN) Gruszka 200g</p>	<p>Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Gruszka 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, GLUTEN) Gruszka 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, GLUTEN) Gruszka 200g</p>
Obiad	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa botwinkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, 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 kiszzonej kapusty 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa botwinkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Filet z miruny w lekkim sosie curry 140g (f.miruny, jaja, curry., bulion, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa botwinkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, 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 kiszzonej kapusty 150g <p>- Kompot b/c 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa botwinkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Filet z miruny w lekkim sosie curry 140g (f.miruny, jaja, curry., bulion, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa botwinkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, 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 kiszzonej kapusty 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa botwinkowa z ziemniakami 250g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 100g - Surówka z kiszzonej kapusty 120g <p>- Kompot 200ml</p>
Podwieczorek	<p>Pizzerinka 80g (GLUTEN)</p>	<p>Galaretko owocowa 200ml</p>	<p>Pizzerinka 80g (GLUTEN)</p>	<p>Pizzerinka 80g (GLUTEN)</p>	<p>Pizzerinka 80g (GLUTEN)</p>	<p>Pizzerinka 80g (GLUTEN)</p>
Kolacja	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka 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 <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 80g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 60g <p>- herbata 250ml</p>
Posilek nocny	<p>Owsianka instant 50g (GLUTEN)</p>	<p>Owsianka instant 50g (GLUTEN)</p>	<p>Owsianka instant 50g (GLUTEN)</p>	<p>Owsianka instant 50g (GLUTEN)</p>	<p>Owsianka instant 50g (GLUTEN)</p>	<p>Owsianka instant 50g (GLUTEN)</p>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2369 kcal; B: 120,42 g; T: 92,50 g, w tym Tł. nasycone: 36,59 g; W: 266,25 g, w tym cukry 126,05 g; Błonnik: 15,52 g, Sól: 7,47 g;

JADŁOSPIS 18.05.2024 – Sobota

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 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) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - 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 <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza manna na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 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) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; 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 <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 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) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza manna na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Filet specjal 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) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g <p>- herbata 250ml</p>
II śniadanie	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml</p>	<p>Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml</p>	<p>Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok pomidorowy 200ml</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), 1 liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml</p>
Obiad	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąkapszena (GLUTEN, SELER)) - Kąski kurczaka w sosie jarzynowym 200g (m. z kurczaka, bulion, cukinia, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Surówka z kapusty czerwonej 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Kąski kurczaka w sosie jarzynowym 200g (m. z kurczaka, bulion, cukinia, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN)) - Ryż biały 200g - Gotowany burak 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąkapszena (GLUTEN, SELER)) - Kąski kurczaka w sosie jarzynowym 200g (m. z kurczaka, bulion, cukinia, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Surówka z kapusty czerwonej 150g <p>- Kompot b/c 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Kąski kurczaka w sosie jarzynowym 200g (m. z kurczaka, bulion, cukinia, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN)) - Ryż biały 200g - Gotowany burak 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąkapszena (GLUTEN, SELER)) - Kąski kurczaka w sosie jarzynowym 200g (m. z kurczaka, bulion, cukinia, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Surówka z kapusty czerwonej 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa ogórkowa 250g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąkapszena (GLUTEN, SELER)) - Kąski kurczaka w sosie jarzynowym 140g (m. z kurczaka, bulion, cukinia, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN)) - Ryż brązowy 100g - Surówka z kapusty czerwonej 120g <p>- Kompot 200ml</p>
Podwieczerek	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<p>Jabłko 200g</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>
Kolacja	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka beż 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 <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 80g (jaja, majonez light, jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO)) - Pomidor 60g <p>- herbata 250ml</p>
Posilek nocny	<p>Baton zbożowy 80g (GLUTEN)</p>	<p>Baton zbożowy 80g (GLUTEN)</p>	<p>Serek homogenizowany naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO)</p>	<p>Baton zbożowy 80g (GLUTEN)</p>	<p>Baton zbożowy 80g (GLUTEN)</p>	<p>Baton zbożowy 80g (GLUTEN)</p>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2357 kcal; B: 97,79 g; T: 91,28 g, w tym Tł. nasycone: 40,50 g; W: 295,73 g, w tym cukry 164,77 g; Błonnik: 20,55 g, Sól: 9,05 g;

JADŁOSPIS 19.05.2024 - Niedziela

	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. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kasza jaglana na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 80g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 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)) - Ogórek 80g - herbata b/c 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Ser biały 60g (MLEKO) - Dżem 20g - Ogórek 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Banan 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Jabłko 200g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Jabłko 200g
Obiad	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet drobiowy w bułce 140g (m. drobiowe, mąka pszena, bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Surówka z marchewki 150g - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko w sosie tymiankowym 140g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszena, tymianek, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko w sosie tymiankowym 140g (m. drobiowe, mąka pszena, bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Surówka z marchewki 150g - Kompot b/c 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko w sosie tymiankowym 140g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszena, tymianek, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet drobiowy w bułce 140g (m. drobiowe, mąka pszena, bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Surówka z marchewki 150g	- Rosół z makaronem 250g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet drobiowy w bułce 140g (m. drobiowe, mąka pszena, bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 100g - Surówka z marchewki 150g - Kompot 200 ml
Podwieczorek	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka gyros z kurczakiem 120g (jogurt, filet drobiowy, ogórek kiszony, papryka, majonez (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 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. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka gyros z kurczakiem 120g (jogurt, filet drobiowy, ogórek kiszony, papryka, majonez (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka gyros z kurczakiem 120g (jogurt, filet drobiowy, ogórek kiszony, papryka, majonez (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka gyros z kurczakiem 120g (jogurt, filet drobiowy, ogórek kiszony, papryka, majonez (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Sałatka gyros z kurczakiem 80g (jogurt, filet drobiowy, ogórek kiszony, papryka, majonez (MLEKO)) - Pomidor 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2326 kcal; B: 106,87 g; T: 71,71 g, w tym Tł. nasycone: 31,81 g; W: 320,94 g, w tym cukry 139,67 g; Błonnik: 23,51 g, Sól: 6,14 g;