

29.08.2024					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(50g),sałatka z sałaty lodowej ,pomidora i ogórka kiszzonego(80g) Alergeny:1,7,6,9,10	Manna na rosole(300g),ziemniaki (250g) ,żeberko pieczone w marynacie z ketchupu(180g),surówka z marchwi i seler(150g),kompot wieloowocowy niskosłodzony(250ml) Alergeny:1,6,9,7,	Mus jabłko,brzoskwini a,banan,gruszka(100g),wafel ryżowy(1szt),ba nan(150g)	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) ,serek topiony(2szt),szynka śniadaniowa(20g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny:jogurt wiśniowy(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia: 2420,04 kcal białko:86,08g Tłuszcze: 103,00 g węglowodany: 311,97g kw. tł. nasycone:54,69 g cukry proste:43,32 g błonnik: 32,89g sól:6,15g
Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(50g),sałatka z sałaty lodowej ,pomidora i ogórka kiszzonego(80g) Alergeny:1,7,6,9,10	Manna na rosole(300ml) ,ziemniaki(250g),klops gotowany(70g),marchewka gotowana(150g),sos koperkowy(100g),kompot wieloowocowy niskosłodzony(250ml) Alergeny:1,6,9,3	Mus jabłko,brzoskwini a,banan,gruszka(100g),wafel ryżowy(1szt),ba nan(150g)	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) ,serek topiony(2szt),szynka śniadaniowa(20g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny:jogurt wiśniowy(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia: 2056,92 kcal białko74,84 g tłuszcze:71,55g węglowodany: 302,59 g kw. tł. nasycone: 42,46g cukry proste: 43,58 g błonnik: 49,3g sól:4,83g
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(50g),sałatka z sałaty lodowej ,pomidora i ogórka kiszzonego(80g) Alergeny:1,7,6,9,10	Manna na rosole(300ml) ,ziemniaki(250g),klops gotowany(70g),marchewka gotowana(150g),sos koperkowy(100g),kompot niskosłodzony ,wieloowocowy(250ml) Alergeny:1,6,9,3	Mus jabłko,brzoskwini a,banan,gruszka(100g),wafel ryżowy(1szt),ba nan(150g)	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) „szynka śniadaniowa(50g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny:serek wiejski(200g)	Energia: 2099,67 kcal białko 91,13g tłuszcze:70,5g węglowodany: 295,69 g kw. tł. nasycone: 41,27g cukry proste: 33,18 g błonnik:40,34g sól:4,9g

				herbata(b/c)(250ml)	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham(90g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(50g),sałatka z sałaty lodowej ,pomidora i ogórka kiszzonego(80g) Alergeny:1,7,6,9,10	Manna na rosole(300ml) ,ziemniaki(250g),klops gotowany(70g),surówka z marchwi i selera(150g),sos koperkowy(100g),kompot niskosłodzony, wielooowocowy(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Mus jabłko,brzoskwini a,,banan,gruszka(100g),wafel ryżowy(1szt), jabłko(150g)	Alergeny:1,7,6,9,10 Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło(82% tł) „szynka śniadaniowa(50g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:serek wiejski(200g),pomidor(100g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10,	Energia: 2262,24 kcal białko:98,8g tłuszcze:91,82g węglowodany: 276,83g kw. tł. nasycone: 51,62g cukry proste: 46,39 g błonnik: 59,51g sól:6,23g
Płynna wzmocniona	Płatki owsiane na mleku(250ml),miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno- żytnie(70g),moczone w kawie masło 82% tł,(20g) ,szynka gotowana(50g),miks,,pomidor (100g)zblendowany Alergeny:1,7,6,9,10	Manna na rosole miks(300ml)ziemniaki(250) miks,klops gotowany(70g),mikssos koperkowy 100g miks,marchewka gotowana(150g),miks miks kompot niskosłodzony(250ml) Alergeny:1,6,9,	Mus jabłko,brzoskwini a,,banan,gruszka(100g),miks,b anan 150g zblendowany	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno- żytnie(70g),moczone w kawie masło(82% tł) (20g), ,szynka śniadaniowa(50g),pomidor(60g)zble ndowany Posiłek nocny:,kefir200g Alergeny:1,7,6,9,10	Energia: 1803,25 kcal białko:70,78g tłuszcze:61,34g węglowodany: 264,79g kw. tł. nasycone:36,18g cukry proste:41,43g błonnik:23,23g sól:3,79 g

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 łubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

30.08.2024					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z makaronem b/j(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),ryba miruna pieczona w sosie greckim(80g),wędlina zielonogórska wieprzowa(25g),pomidor(80g) Alergeny:1,7,6,4	Kapuśniak z kapusty białej młodej(300ml) ryż na mleku 2% zapiekany z musem jabłkowym i cynamonem(300g)kompot niskosłodzony wieloowocowy(250g),arbuz(200g) Alergeny:1,6,9,7	Salatka z kalafiora ,jajka i pomidora z sosem jogurtowym z koperkiem(150g)wafel ryżowy (1szt),maślanka 0,5%(250ml) Alergeny:3,7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),szynka gotowana(25g)polędwica drobiowa (25g),sałatka z sałaty i ogórka świeżego(80g) ,Posilek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,6,9,10	Energia2367,38kcal białko 89,11g tłuszcze 72,48 g węglowodany 358,12 g kw. tł. nasycone:39,91g cukry proste:32,43g błonnik 28,42g sól:5,98 g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z makaronem b/j(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),ryba miruna pieczona w sosie greckim (80g),wędlina zielonogórska wieprzowa(25g),pomidor(80g) Alergeny:1,7,6,4	Zupa marchwianka zabieleną śmietaną18%(300ml) ryż na mleku 2% zapiekany z musem jabłkowym i cynamonem(300g)kompot niskosłodzony wieloowocowy(250g),arbuz (200g) Alergeny:1,6,9,7	Salatka z kalafiora ,jajka i pomidora z sosem jogurtowym z koperkiem(150g)wafel ryżowy (1szt)maślanka0,5%(250ml) Alergeny:3,7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),szynka gotowana(25g)polędwica drobiowa (25g),sałatka z sałaty i ogórka świeżego(80g) ,Posilek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia:2399,61kcal białko: 89,37g tłuszcze:72,06 g węglowodany: 361,64 g kw. tł. nasycone: 40,99g cukry proste: 33,01 g błonnik: 28,16g sól: 6,11g
Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem b/j(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g)	Zupa marchwianka b/śm(300ml) ryż na mleku 2% zapiekany z musem jabłkowym i cynamonem(300g)kompot niskosłodzony	Salatka z kalafiora ,jajka i pomidora z sosem jogurtowym z koperkiem(150g	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),szynka	Energia:2384,54kcal białko:89,17 g tłuszcze: 70,61g węglowodany: 361,35g kw. tł. nasycone: 40,03g cukry proste: 33,01 g

	masło 82% tł.(20g),ryba miruna gotowana w soie greckim(80g),wędlina zielonogórska wieprzowa(25g),pomidor(80g) Alergeny:1,7,6,4	wieloowocowy(250g),arbuz (200g) Alergeny:1,6,9,7	)wafel ryżowy (1szt),maślanka 0,5%,250ml Alergeny:3,7	gotowana(25g)polędwica drobiowa (25g),sałatka z sałaty i ogórka świeżego(80g) ,Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	błonnik: 28,16g sól: 5,93g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z makaronem b/j(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł.(20g),ryba miruna gotowana w sosie greckim(80g),wędlina zielonogórska wieprzowa(25g),pomidor(80g) Alergeny:1,7,6,4	Kapuśniak z kapusty białej młodej(300ml) ryż na mleku 2% zapiekany z musem jabłkowym i cynamonem(300g)kompot niskosłodzony wieloowocowy(250g),jabłko(150g) Alergeny:1,6,9,7	Sałatka z kalafiora ,jajka i pomidora z sosem jogurtowym z koperkiem(150g)wafel ryżowy (1szt) Alergeny:3,7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło(82% tł) (20g),szynka gotowana(25g)polędwica drobiowa (25g),sałatka z sałaty i ogórka świeżego(80g) ,Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia:2327,86cal białko: 87,18g tłuszcze: 73,22g węglowodany: 343,00 g kw. tł. nasycone: 40,11g cukry proste: 32,43 g błonnik: 32,5g sól: 5,62g
Płynna wzmocniona	Zupa mleczna z makaronem b/j(250ml)zmiksowane kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie z mlekiem masło 82% tł.(20g),ryba miruna gotowana(150g) zmielona,wędlina zielonogórska wieprzowa(25g) zmielona,pomidor(80g),zblendowane Alergeny:1,7,6,4	Zupa marchwianka zabieleną śmietaną18%(300ml)zmiksowana wana ryż na mleku 2% zapiekany z musem jabłkowym i cynamonem(300g) zmiksowany rozrzedzony mlekiem kompot niskosłodzony wieloowocowy zmiksowany(250g),jabłko(150g),zblendowane Alergeny:1,6,9,7	Sałatka z kalafiora ,jajka i pomidora z sosem jogurtowym z koperkiem(150g) zblendowane,maślanka0,5%250 ml Alergeny:3,7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),rozmoczone w kawie masło(82% tł) (20g),szynka gotowana(25g) zmielona polędwica drobiowa (25g) zmielona,ogórek świeży zblendowany(100g) ,Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia:2112,30kcal białko: 92,78g tłuszcze:67,21 g węglowodany: 296,38 g kw. tł. nasycone: 39,76g cukry proste: 27,84 g błonnik: 20,05g sól: 5,00g

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

31.08.2024					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),serek topiony(50g),miód pszczeli(25g),pomidor (100g) Alergeny:1,7,	Zupa grochowa(300g),makaron b/j (200g) gulasz drobiowy z warzywami(300g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (150g)	Zacierka na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9,10	Energia: 2394,66kcal białko: 104,72g tłuszcze: 74,33g węglowodany320,62 g kw. tł. nasycone: 42,39 g cukry proste:23,43 g błonnik: 27,53g sól: 7,01g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),serek topiony(50g),miód pszczeli(25g),pomidor (100g) Alergeny:1,7,	Zupa ziemniaczana z zacierką(300g),makaron b/j (200g) gulasz drobiowy z warzywami(300g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (150g)	Zacierka na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9,10	Energia: 2218,55 kcal białko: 91,86g tłuszcze:70,79g węglowodany: 300,60 g kw. tł. nasycone: 41,7 g cukry proste:27,24g błonnik: 20,46g sól:6,39g
Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),wędlna szynkowa(50g),miód pszczeli(25g),pomidor (100g) Alergeny:1,7,6,10	Zupa ziemniaczana z zacierką(300g),makaron b/j (200g) gulasz drobiowy z warzywami(300g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (150g)	Zacierka na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9,10	Energia: 2124,5 kcal białko: 92,71g tłuszcze:61,03g węglowodany:299,07 g kw. tł. nasycone:33,62 g cukry proste:26,52g błonnik: 20,46g sól:5,44g

Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł.(20g),wędlina szynkowa(50g),jabłko(150g),po midor (100g) Alergeny:1,7,6,10	Zupa ziemniaczana z zacierką(300g),makaron b/j (200g) gulasz drobiowy z warzywami(300g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (150g)	Zacierka na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7,6,9,10	Energia: 2102,0 kcal białko: 93,04g tłuszcze: 61,42g węglowodany: 294,82 g kw. tł. nasycone:33,67 g cukry proste:34,62g błonnik: 22,65g sól:5,44g
Płynna wzmocniona	Zupa mleczna z ryżem(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie słonecznikiem(30g) masło 82% tł.(20g),wędlina szynkowa(50g)zmiksowana,,po midor zblendowany (100g) Alergeny:1,7,	Zupa ziemniaczana z zacierką(300g), miks makaron (200g) zmiksowany z gulaszem ,gulasz drobiowy z warzywami(300g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony,z miksowany (150g)	Zacierka na mleku(250g)miks,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g) zmiksowana,,ogórek świeży zblendowany(80g) Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7,6,9,10	Energia: 1893,75 kcal białko: 87,89g tłuszcze: 57,37g węglowodany: 256,18g kw. tł. nasycone:32,35g cukry proste:26,45 g błonnik: 16,42g sól: 4,29g

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

01.09.2024					
dieta	Śniadanie	obiad	podwieczorek	Kolacja +posilek nocny	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z makaronem(300ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),serek fromage(40g),połędwica sopocka parzona(20g),sałata (10g), ,pomidor(80g) Alergeny:1,7,6,	Zupa pomidorowa z ryżem(300ml),ziemniaki (250g)karkówka duszona(130g),sos pieczeniowy(100g),surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Brzoskwinie w galarecie(150g)	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml),,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),wędlina krakowska drobiowa(25g),szynka gotowana(25g),sałatka z sałaty i ogórka świeżego(80g) Posilek nocny:mus maracuja,jabłko,banan(100g) sok z buraczka z jabłkiem (300ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia: 2151,07 kcal białko: 81,29 g tłuszcze: 91,81g węglowodany: 273,57g kw. tł. nasycone:42,9 g cukry proste:47,04g błonnik: 24,08g sól: 7,02g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z makaronem(300ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),serek fromage(40g),połędwica sopocka parzona(20g),sałata (10g), ,pomidor(80g) Alergeny:1,7,6,	Zupa pomidorowa z ryżem(300ml),ziemniaki (250g)schab gotowany(130g),sos jarzynowy(100g),marchewka mini gotowana(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Brzoskwinie w galarecie(150g)	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml),,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),,szynka gotowana(25g),krakowska drobiowa(25g),sałatka z sałaty i ogórka świeżego(80g) Posilek nocny:mus maracuja,jabłko,banan(100g) sok z buraczka z jabłkiem (300ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia: 2013,48 kcal białko: 88,64g tłuszcze:70,89 g węglowodany: 278,11g kw. tł. nasycone:37,2 g cukry proste:51,02g błonnik: 24,43g sól: 7,48g
Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem(300ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),połędwica sopocka parzona(50g),sałata (10g), ,pomidor(80g)	Zupa pomidorowa z ryżem(300ml),ziemniaki (250g)schab gotowany(130g),sos jarzynowy(100g),marchewka mini gotowana(150g) woda mineralna(250ml)	Brzoskwinie w galarecie(150g)	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml),,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),,szynka gotowana(50g),sałatka z sałaty i	Energia: 2017,99 kcal białko: 89,5g tłuszcze:63,2 g węglowodany: 306,54g kw. tł. nasycone:34,21 g cukry proste:58,8g błonnik: 26,03g sól: 7,00g

	Alergeny:1,7,6,	Alergeny:1,6,9,		ogórka świeżego(80g) Posiłek nocny:mus maracuja,jabłko,banan(100g) sok z buraczka z jabłkiem (300ml) Alergeny:1,7,6,9,10	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z makaronem(300ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),serek fromage(40g),polędwica sopocka parzona(20g),sałata (10g), ,pomidor(80g) Alergeny:1,7,6,	Zupa pomidorowa z ryżem(300ml),ziemniaki (250g)schab gotowany(130g),sos jarzynowy(100g),marchewka mini gotowana(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Brzoskwinie w galarecie(150g)	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml),,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno- żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),,szynka gotowana(50g),sałatka z sałaty i ogórka świeżego(80g) Posiłek nocny:mus maracuja,jabłko,banan(100g) sok z buraczka z jabłkiem (300ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia: 2025,4 kcal białko: 88,86g tłuszcze: 72,35 g węglowodany: 278,38g kw. tł. nasycone:37,9g cukry proste:50,19g błonnik: 24,43g sól: 7,46 g
Płynna wzmocniona	makaron na mleku(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno- żytnie(70g),rozmocone w kawie,masło 82% tł,(20g) serek fromage(40g) zmielony polędwica sopocka parzona(25g)zmielona,pomidor zblendowany(100g), Alergeny:1,7,6,	Zupa pomidorowa z ryżem(300ml) zmiksowany,ziemniaki(250g) zmiksowane,schab gotowany130g gotowany zmiksowany(80g) sos jarzynowy zmiksowany (100g),marchewka gotowana zmiksowana(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Brzoskwinie zblendowane 200g	Zupa mleczna z kaszą manną(250mlzmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) ,rozmocone w kawie masło(82% tł) (20g) szynka gotowana(50g),zmielona,ogórek świeży zblendowany100g Posiłek nocny:mus 100g,sok z buraczka i jabłka300ml Alergeny:1,7,6,9,10	Energia: 2027,64 kcal białko:106,61 g tłuszcze:69,26 g węglowodany317,39 g kw. tł. nasycone: 42,04 g cukry proste: 30,9 g błonnik: 55,99g sól:5,05 g

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

02.092024					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g),masło 82% tłuszczu(20g),ser gouda(30g),szynka z piersi indyka(20g),pomidor(80g),sałata(10g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabelana śmietaną30%(300ml)makaron z patelni (300g)(łopatka mielona papryka,kukurydza konserwowa,koncentrat pomidorowy,)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Mus ,jabłko,brzoskwinia,banan,gruszka(100g)Jogurt naturalny(150g), wafelek ryżowy(1szt) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g), szynkowa(50g),sałatka z ogórka świeżego(80g) Posilek nocny: surówka z marchwi i jabłka(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2195,12 kcal białko: 91,61 g tłuszcze: 82,33 g węglowodany: 271,37g kw. tł. nasycone: 42,12g cukry proste:23,55 g błonnik: 24,96 g sól:6,24g
Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g),masło 82% tłuszczu(20g),ser gouda(30g),szynka z piersi indyka(20g),pomidor(80g),sałata(10g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa ziemniaczana z zacierką(300g),makaron (200g),sos z mięsa mielonego gotowanego z warzywami i koncentratem pomidorowym(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Mus ,jabłko,brzoskwinia,banan,gruszka(100g)Jogurt naturalny(150g), wafelek ryżowy(1szt) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g), szynkowa(50g),sałatka z ogórka świeżego(80g) Posilek nocny: surówka z marchwi i jabłka(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2176,92kcal białko:89,03g tłuszcze: 67,34g węglowodany: 299,17g kw. tł. nasycone: 38,97 g cukry proste:32,00g błonnik: 29,01g sól: 6,12 g
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g),masło 82% tłuszczu(20g),,szynka z piersi indyka(50g),pomidor(80g), sałata(10g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa ziemniaczana z zacierką(300g),makaron (200g),sos z mięsa mielonego gotowanego z warzywami i koncentratem pomidorowym(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Mus ,jabłko,brzoskwinia,banan,gruszka(100g)Jogurt naturalny(150g), wafelek ryżowy(1szt) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),wędlina szynkowa(50g),sałatka z ogórka świeżego(80g) Posilek nocny: surówka z marchwi i jabłka(150g) herbata(b/c)(250ml)	Energia: 2115,36 kcal białko:84,96g tłuszcze: 61,86g węglowodany: 300,25 g kw. tł. nasycone:35,04g cukry proste:32,36g błonnik: 29,01 g sól: 5,45g

				Alergeny:1,7,6,10	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g),masło 82% tłuszczu(20g),szynka z piersi indyka(50g),pomidor(80g) sałata(20g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa ziemniaczana z zacierką(300g),makaron (200g),sos z mięsa mielonego gotowanego z warzywami i koncentratem pomidorowym(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Mus ,jabłko,brzoskwinia,banan,gruszka(100g)Jogurt naturalny(150g), wafelek ryżowy(1szt),jabłko 150g) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),wędlina szynkowa(50g),sałatka z ogórka świeżego(80g) Posiłek nocny: surówka z marchwi i jabłka(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2115,36 kcal białko:84,96g tłuszcze: 61,86g węglowodany: 300,25 g kw. tł. nasycone:35,04g cukry proste:32,36g błonnik: 29,01 g sól: 5,45g
Płynna wzmocniona	Płatki owsiane na mleku-miks(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie moczone w kawie(70g) ,masło 82% tłuszczu(20g),ser gouda-miks(30g),szynka z piersi indyka mielona(20g),pomidor zblendowany(80g), Alergeny:1,7,6,9	Zupa ziemniaczana z zacierką-miks(300g),makaron-miks (200g),sos z mięsa mielonego gotowanego z warzywami i koncentratem pomidorowym - miks(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Mus ,jabłko,brzoskwinia,banan,gruszka(100g)Jogurt naturalny(150g),) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną-miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie moczone w kawie(70g) masło(82% tł) (20g), szynkowa zmielona(50g), ogórek świeży zblendowany(80g) Posiłek nocny: budyń pitny z miksowaną truskawką(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2043,92kcal białko:86,13g tłuszcze: 65,44g węglowodany: 286,16g kw. tł. nasycone: 37,87 g cukry proste:31,50g błonnik: 27,31g sól: 5,02 g

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

03.092024					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z ziarnem(30g) masło 82% tł,(20g) polędwica drobiowa(20g)serek topiony(2szt),sałata(10g),papryka(50g),pomidor(50g) Alergeny:1,7,6,9	Barszcz ukraiński(300ml) ziemniaki(250g)pierś z kurczaka pieczona,faszerowana szpinakiem(180g),marchewka a mini gotowana(150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,7	Drożdżówka z jabłkiem(100g) Alergeny:1,3,7,	Płatki owsiane na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z ziarnem(30g) masło(82% tł) (20g),sałatka z makaronu ,wędliny szynkowej,pomidora i ogórka kiszzonego z majonezem i koperkiem(150g) Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,3,10	Energia: 2410,96 kcal białko: 105,24 g tłuszcze: 120,67g węglowodany220,03 g kw. tł. nasycone: 52,51 g cukry proste:16,27 g błonnik: 27,05g sól: 5,7g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z ziarnem(30g) masło 82% tł,(20g) polędwica drobiowa(20g)serek topiony(2szt) sałata (10g) pomidor(80) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem(300ml) ziemniaki(250g)pierś z kurczaka gotowana(130g),sos koperkowy(100g),marchewka a mini gotowana(150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,	Drożdżówka z jabłkiem(100g) Alergeny:1,3,10	Płatki owsiane na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z ziarnem(30g) masło(82% tł) (20g),wędlina szynkowa(50g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny: kefir(200g),herbata b/c,herbata b/c, Alergeny: 1,7,6	Energia: 1902,71 kcal białko: 86,54 g tłuszcze: 86,99g węglowodany: 186,59 g kw. tł. nasycone: 42,79 g cukry proste:19,03g błonnik: 13,63g sól:5,5g

Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z ziarnem(30g) masło 82% tł.(20g) polędwica drobiowa(50g) sałata (10g) pomidor(80) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem(300ml) ziemniaki(250g)pierś z kurczaka gotowana (130g)sos koperkowy(100g),marchewka mini gotowana(150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,	Jabłko pieczone(150g), wafel ryżowy 1 szt	Płatki owsiane na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z ziarnem(30g) masło(82% tł) (20g),wędlina szynkowa(50g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny: kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7,6	Energia: 1902,71 kcal białko: 86,54 g tłuszcze: 86,99g węglowodany: 186,59 g kw. tł. nasycone: 42,79 g cukry proste:19,03g błonnik: 13,63g sól:5,5g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z ziarnem(30g) masło 82% tł.(20g) polędwica drobiowa(50g) sałata (10g) pomidor(80) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem(300ml) ziemniaki(250g),pierś z kurczaka gotowana(180g),sos koperkowy(100g),marchewka mini gotowana(150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,	Jabłko pieczone(150g), wafel ryżowy 1 szt	Płatki owsiane na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z ziarnem(30g) masło(82% tł) (20g),wędlina szynkowa(50g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny: kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7,6	Energia: 1902,71 kcal białko: 86,54 g tłuszcze: 86,99g węglowodany: 186,59 g kw. tł. nasycone: 42,79 g cukry proste:19,03g błonnik: 13,63g sól:5,5g
Płynna wzmocniona	ryż na mleku-miks(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie moczone w kawie(70g) ,masło 82% tłuszczu(20g),ser gouda-miks(30g),polędwica drobiowa(50g),pomidor zblendowany(80g), Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem-miks(300g),ziemniaki(250g)-miks (200g),pierś z kurczaka gotowana(130g),mikssos koperkowy(100g)miks,marchewka mini gotowana(150g) miks,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Jabłko pieczone(150g), zblendowane	Płatki owsiane na mleku-miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie moczone w kawie(70g) masło(82% tł) (20g), szynkowa zmielona(50g), ogórek świeży zblendowany(80g) Posiłek nocny: kefir(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2043,92kcal białko:86,13g tłuszcze: 65,44g węglowodany: 286,16g kw. tł. nasycone: 37,87 g cukry proste:31,50g błonnik: 27,31g sól: 5,02 g

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z makaronem(250g)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),galaretka drobiowa(150g), jabłko (150g) Alergeny:1,7,	Zupa jarzynowa(300g),ziemniaki (250g),fasolka po bretońsku(250g) woda mineralna(250ml), Alergeny:1,6,9,10	Salatka z pomarańczy z jogurtem naturalnym (200g) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),pasta z jajka i makreli w pomidorach ze szczypiorkiem(90g),szynka gotowana(25g),ogórek kiszony(80g) Posilek nocny: kefir(200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,3,4,9,10,6	Energia: 2378,58 kcal białko:110,49g tłuszcze:92,26 g węglowodany: 292,27 g kw. tł. nasycone: 45,07g cukry proste: 27,0g błonnik: 39,49g sól:7,16g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z makaronem(250g)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),galaretka drobiowa(150g), jabłko (150g) Alergeny:1,7,	Ryż na rosole(300ml) ziemniaki(250g),schab gotowany(130g) sos jarzynowy(100g),marchewka gotowana(150g) woda mineralna(250ml) zsiadłe mleko (300ml) Alergeny:1,6,9,7	Salatka z pomarańczy z jogurtem naturalnym (200g) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),pasta z jajka i makreli w pomidorach ze szczypiorkiem(900g)szynka gotowana(25g),ogórek kiszony(80g) Posilek nocny: kefir(200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,3,4,9,10,6	Energia: 2134,81 kcal białko: 109,62g tłuszcze: 65,18 g węglowodany: 284,87 g kw. tł. nasycone:39,23 g cukry proste: 32,65 g błonnik: 24,19g sól: 7,34g
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem(250g)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),galaretka drobiowa(150g),	Ryż na rosole(300ml) ziemniaki(250g),schab gotowany(130g) sos jarzynowy(100g),marchewka gotowana(150g) woda mineralna(250ml)	Salatka z pomarańczy z jogurtem naturalnym (200g) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),szynka gotowana(50g),ogórek kiszony(80g)	Energia: 2180,35 kcal białko: 112,34g tłuszcze:67,48 g węglowodany: 285,5 g kw. tł. nasycone:41,08 g cukry proste: 33,0 g błonnik: 24,19g

	jabłko (150g) Alergeny:1,7,	zsiadłe mleko (300ml) Alergeny:1,6,9,7		Posiłek nocny: kefir(200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,9,10,6	sól: 7,19g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z makaronem(250g)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(40g) pieczywo razowe(60g) masło 82% tł.(20g),galaretka drobiowa(150g), jabłko (150g) Alergeny:1,7,	Ryż na rosole(300ml) ziemniaki(250g),schab gotowany(130g) sos jarzynowy(100g),marchewka gotowana(150g) woda mineralna(250ml) zsiadłe mleko (300ml) Alergeny:1,6,9,7	Salatka z pomarańczy z jogurtem naturalnym (200g) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno- żytnie(40g) pieczywo graham(60g) masło(82% tł) (20g),pasta z jajka i makreli w pomidorach ze szczypiorkiem(90g),szynka gotowana(25g),ogórek kiszony(80g) Posiłek nocny: kefir(200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,3,4,9,10,6	Energia: 2138,32 kcal białko: 109,44g tłuszcze: 66,66 g węglowodany: 281,9g kw. tł. nasycone:39,36 g cukry proste: 32,65 g błonnik: 26,5g sól: 7,31g
Płynna wzmocniona	Zupa mleczna z makaronem(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno- żytnie(70g),moczone w kawie masło 82%tł(20g)pierś z kurczaka gotowana zmiksowana(100g)zmiksowana,p omidor100g zblędowany Alergeny:1,7,	ryż na rosole(300ml)(miks),ziemniaki miks(200g)schab gotowany(130g) zmiksowany z sosem(180g),sos koperkowy (100g)marchewka zmiksowane(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir(200g) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) moczone w kawie masło(82% tł) (20g),szynka gotowana(50g)miks,,banan(150g)zblen dowany Posiłek nocny :jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6,9,10	Energia: 1910,15kcal białko: 94,61g tłuszcze:64,99g węglowodany: 256,36g kw. tł. Nasycone: 28,49g cukry proste 23,68g błonnik:18,94g sól: 4,71g

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

05.09.2024					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20),serek wiejski(200g),dżem niskosłodzony wiśniowy(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,	Zupa ogórkowa zabelana śmietaną 18%(300ml) ziemniaki(250g),pieczeń rzymska z łopatki wieprzowej warzywami(80g),sos pieczeniowy(100g),surówka wiosenna z kapusty białej,rzodkiewki ogórka świeżego i koperku z olejem woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3	Deser mleczny z truskawką i ryżem (150g) Alergeny:7,	Zacierka na mleku(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g),pasta mięsna z mięsa drobiowego z warzywami(70g),polędwica sopocka parzona(25g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny:arbuz(200g), kefir(200g),herbata b/c 250ml) Alergeny:1,7,6,,9	Energia: 2323,49 kcal białko: 101,36g tłuszcze:85,24 g węglowodany: 305,93 g kw. tł.44,42 g cukry proste:52,24g błonnik: 45,11g sól:7,96g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20),serek wiejski(200g) polędwica drobiowa(25g) ,sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem b/j(300ml) ,ziemniaki(250g),klops gotowany z łopatki wieprzowej(70g),sos koperkowy(100g),marchewk a mini gotowana(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3	Deser mleczny z truskawką i ryżem(150g) Alergeny:7,	Zacierka na mleku(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g),pasta mięsna z mięsa drobiowego z warzywami(70g),polędwica sopocka parzona(25g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny:arbuz(200g), kefir(200g),herbata b/c 250ml) Alergeny:1,7,6,,9	Energia: 2228,77 kcal białko: 107,79g tłuszcze: 78,05g węglowodany: 284,38 g kw. tł. nasycone:45,06 g cukry proste:43,68g błonnik: 41,14g sól: 6,94g
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł.(20),serek wiejski(200g),polędwica drobiowa(25g) ,sałatka z pomidora z koperkiem(100g)	Rosół z makaronem b/j(300ml) ,ziemniaki(250g),klops gotowany z łopatki wieprzowej(70g),sos koperkowy(100g),marchewk a mini gotowana(150g) woda mineralna(250ml)	Deser mleczny z truskawką i ryżem (150g) Alergeny:7,	Zacierka na mleku(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo z razowe(90g) masło(82% tł) (20g),pasta mięsna z mięsa drobiowego z warzywami(70g),polędwica sopocka parzona(25g),ogórek świeży(80g)	Energia: 2228,77 kcal białko: 107,79g tłuszcze: 78,05g węglowodany: 284,38 g kw. tł. nasycone:45,06 g cukry proste:43,68g błonnik: 41,14g sól: 6,94g

	Alergeny:1,7,6,9	Alergeny:1,6,9,3		Posiłek nocny:arbuz(200g), kefir(200g),herbata b/c 250ml)	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł,(20),serek wiejski(200g),polędwica drobiowa(25g) ,sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem b/j(300ml) ziemniaki(250g),klops gotowany z łopatki wieprzowej (70g),sos koperkowy(100g),surówka wiosenna z kapusty białej,rzodkiewki ogórka świeżego i koperku z olejem woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3	Deser mleczny z truskawką i ryżem (150g) Alergeny:7,	Alergeny:1,7,6,,9 Zacierka na mleku(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo z razowe(90g) masło(82% tł) (20g),pasta mięsna z mięsa drobiowego z warzywami(70g),polędwica sopocka parzona(25g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:jabłko(150g) kefir(200g),herbata b/c 250ml)	Energia: 2205,04 kcal białko: 100,62 g tłuszcze: 87,32 g węglowodany: 291,87 g kw. tł. nasycone:44,64 g cukry proste:45,94g błonnik: 52,06g sól: 7,02g
Płynna wzmocniona	Zupa mleczna z ryżem miksowana(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie namoczone w kawie(70g) masło 82% tł,(20),serek wiejski zmiksowany(200g) polędwica drobiowa zmielona(25g) ,sałatka z pomidora z koperkiem zblendowana(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem b/j(300ml) ,ziemniaki miksowane(250g),klops gotowany miksowany(100g),marchewk amini gotowana miksowana(150g),sos koperkowy miksowany woda mineralna(250ml)jogurt naturalny 2%(150g) Alergeny:1,6,9,7	Deser mleczny z truskawką i ryżem zmiksowany(15 0g) Alergeny:7,	Alergeny:1,7,6,,9 Zacierka na mleku(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g),pasta mięsna z mięsa drobiowego z warzywami(70g),polędwica sopocka parzona(25g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:jabłko(150g) zblendowane kefir(200g),herbata b/c 250ml)	Energia: 2160,13 kcal białko: 103,44g tłuszcze: 77,41g węglowodany: 284,16 g kw. tł. nasycone:46,74g cukry proste:52,67g błonnik: 42,52g sól: 6,96g

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 tulin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

06.09.2024					
dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło 82% tł,(20g),serek topiony(2szt),polędwica drobiowa(30g),sałatka z sałaty lodowej papryki i ogórka świeżego(80g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami zabelana (300ml),ziemniaki(250g), ryba smażona(130g),surówka z kapusty kiszanej(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,4	Surówka z marchwi i jabłka (150g), jogurt z owsianką truskawkowy 180g Alergeny:1,7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem (30g),schab Benedykta(50g),sałatka z rzodkiewki ze śmietaną 18%(80g) kefir (200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6	Energia: 2216,07kcal białko:88,43g tłuszcze: 84,81g węglowodany: 285,5g kw. tł. Nasycone: 41,55g cukry proste:36,44 g błonnik: 33,54g sól:6,34g
Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło 82% tł,(20g),serek topiony(2szt),polędwica drobiowa(30g),sałatka z sałaty lodowej i ogórka świeżego(80g) Alergeny:1,7,6,9	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g), ryba pieczona (130g),sos grecki(,150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,4	Surówka z marchwi i jabłka (150g), jogurt z owsianką truskawkowy 180g Alergeny:1,7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem (30g),schab Benedykta(50g),pomidor(80g) kefir (200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6	Energia: 2125,21kcal białko:87,53g tłuszcze: 77,11g węglowodany: 274,75g kw. tł. Nasycone: 38,94g cukry proste:39,54 g błonnik: 27,96g sól:5,76g

Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło 82% tł.(20g),,połędwica drobiowa(50g),sałatka z sałaty lodowej papryki i ogórka świeżego(80g),serek wiejski(200g) Alergeny:1,7,6,9	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g), ryba gotowana (130g),sos grecki(,150g),banan(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,4	Surówka z marchwi i jabłka (150g), jogurt z owsianką truskawkowy 180g Alergeny:1,7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem (30g),schab Benedykta(50g),dżem niskosłodzony(25g),pomidor(80g) kefir (200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6	Energia: 2021,86kcal białko:100,73g tłuszcze: 65,00g węglowodany: 286,54g kw. tł. Nasycone: 38,45g cukry proste:55,1g błonnik: 49,27g sól:6,01 g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł.(20g),serek topiony(2szt),połędwica drobiowa(30g),sałatka z sałaty lodowej i ogórka świeżego(80g) serek wiejski(200g) Alergeny:1,7,6,9	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g), ryba gotowana (130g),sos grecki(,150g),jabłko(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,4	Surówka z marchwi i jabłka (150g)mus jabłko,brzoskwinia gruszka(100g)	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem (90g),schab Benedykta(50g),pomidor(80g) kefir (200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6	Energia: 2044,51kcal białko:100,73g tłuszcze: 65,00g węglowodany: 277,09g kw. tł. Nasycone: 38,45g cukry proste:45,62g błonnik: 49,27g sól:6,01 g
Płynna wzmocniona	Płatki owsiane na mleku(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło 82% tł.(20g),,wędlina szynkowa zmielona(50g),pomidor 100g zblendowany Alergeny:1,7,6,10	Krupnik-miks (300ml),ziemniaki zmiksowane(250g), filet z kurczaka gotowany mielony(130g)sos jarzynowy zmielony(100g) ,buraczki(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Serek wiejski-miksowany(200g) Alergeny:7,	Zupa mleczna z ryżem -miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) moczone w kawie) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona zmielona(50g),ogórek świeży zblendowany(80g), Posiłek nocny :kefir(200g)mus maracuja,brzoskwinia,jabłko,banan(100g) herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,6,	Energia: 1890,23kcal białko: 82,87g tłuszcze:61,47g węglowodany: 253,92g kw. tł. Nasycone: 32,17g cukry proste 33,67g błonnik:24,96g sól: 5,08g

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

07.09.2024					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z makaronem b/j(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),twarożek z rzodkiewką(80g),polędwica sopocka parzona(30g),pomidor(50g) Alergeny:1,7,6	Zupa pomorska(300g),ziemniaki (250g),klops gotowany(70g),jabłko pieczone(150g),jogurt naturalny(150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,,7,3	Bułka kajzerka(1/2 szt) z masłem,sałatą i szynką,herbata b/c(250ml) Alergeny:1,7,9, 10,6	Zupa mleczna z ryżem(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka (50g),sałatka z sałaty i ogórka świeżego(80g) Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9	Energia: 2155,44kcal białko: 103,92g tłuszcze: 78,94g węglowodany265,27 g kw. tł. nasycone:46,72g cukry proste:20,38g błonnik: 18,53g sól: 6,57g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z makaronem b/j(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),twarożek(80g),polędwica sopocka parzona(30g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6	Zupa pomorska(300g),ziemniaki (250g),klops gotowany(70g),jabłko pieczone(150g),jogurt naturalny(150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,7,3	Bułka kajzerka(1/2 szt) z masłem,sałatą i szynką,herbata b/c(250ml) Alergeny:1,7,9, 10,6	Zupa mleczna z ryżem(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka (50g),sałatka z sałaty i ogórka świeżego(80g) Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9	Energia: 2153,58kcal białko:103,8g tłuszcze:78,92g węglowodany:264,96 g kw. tł. nasycone46,72 g cukry proste:20,19g błonnik: 18,26g sól:6,57g
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem b/j(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82%	Zupa pomorska(300g),ziemniaki (250g),klops gotowany(70g),jabłko pieczone(150g),jogurt naturalny(150g) woda mineralna(250g)	Bułka kajzerka(1/2 szt) z masłem,sałatą i szynką,herbata b/c(250ml) Alergeny:1,7,9, 10,6	Zupa mleczna z ryżem(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka (50g),sałatka z sałaty i ogórka świeżego(80g)	Energia: 2140,19kcal białko:103,62g tłuszcze:77,63g węglowodany:264,72 g kw. tł. nasycone45,86 g cukry proste:20,19g błonnik: 18,26g sól:6,56g

	tł,(20g),twarożek(80g),połudwica sopocka parzona(30g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6	Alergeny:1,6,9,7,3		Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z makaronem b/j(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),twarożek(80g),połudwica sopocka parzona(30g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6	Zupa pomorska(300g),ziemniaki (250g),klops gotowany(70g),jabłko pieczone(150g),jogurt naturalny(150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,7,3	Pieczywo razowe (30g) z masłem,sałatą i szynką,herbata b/c(250ml) Alergeny:1,7,9, 10,6	Zupa mleczna z ryżem(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka (50g),sałatka z sałaty i ogórka świeżego(80g) Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9	Energia: 2171,62 kcal białko: 104,0g tłuszcze: 80,41g węglowodany: 265,8g kw. tł. nasycone:46,08 g cukry proste:21,25g błonnik: 18,77g sól:6,86g
Płynna wzmocniona	Zupa mleczna z makaronemb/j(250ml) zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło 82% tł,(20g) połędwica sopocka zmiksowan(30g),twarożek100g ,pomidor 100g zblendowany Alergeny:1,7,6,	Zupa pomorska j(300ml) miks,ziemniaki250g miks,klops gotowany70g zmiksowany,jogurt naturalny150g,jabłko pieczone150g zblendowane ,woda mineralna (250ml) Alergeny:1,6,9	Sok multiwitamina (300ml,jogurt naturalny(150g) Alergeny:.,7,	Zupa mleczna z ryżem(250ml) miksokawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) moczone w kawie masło(82% tł) ,szynka z piersi indyka(50g) ,miks pomidor(80g)zblendowany Posiłek nocny:kefir(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,	Energia: 1986,37 kcal białko:98,25g tłuszcze:63,67 g węglowodany212,62 g kw. tł. nasycone: 38,01 g cukry proste: 21,82 g błonnik: 22,12g sól:4,73 g

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy , 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 łubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne