

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą manną(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło82% tłuszczu(20g)serek fromage(40g),polędwica drobiowa(20g),sałatka z sałaty lodowej, papryki i ogórka świeżego(80g) Alergeny:1,7,,9,6	Kapuśniak z kapusty młodej(300ml),risotto(ryż,wa rzywa,mięso z piersi kurczaka)(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir(200g) Alergeny:7,	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),pomidor(40g) ,ogórek świeży(40g) Posilek nocny:mus malina,jabłko,banan(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml), Alergeny:1,7,6	Energia: 2355,91 kcal białko:91,01g tłuszcze:93,81 g węglowodany:301,53 g kw. tł. nasycone:32,62g cukry proste:65,02g błonnik: 28,20g sól:6,66g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą manną(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło82% tłuszczu(20g)serek fromage(40g),polędwica drobiowa(20g),sałatka z sałaty lodowej, i ogórka świeżego(80g) Alergeny:1,7,,9,6	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),risotto(ryż, warzywa,mięso z piersi kurczaka)(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir(200g) Alergeny:7,	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),pomidor(40g) ,ogórek świeży(40g) Posilek nocny:mus malina,jabłko,banan(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml), Alergeny:1,7,6	Energia: 2336,34 kcal białko:93,02g tłuszcze: 81,87g węglowodany: 323,37g kw. tł. nasycone:37,52 g cukry proste: 60,7g błonnik: 26,92g sól: 6,93g
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą manną(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło82% tłuszczu(20g),polędwica drobiowa(50g),sałata(10g), ogórek świeży(80g) Alergeny:1,7,,9,6	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),risotto(ryż, warzywa,mięso z piersi kurczaka)(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir(200g) Alergeny:7,	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),pomidor(40g) ,ogórek świeży(40g) Posilek nocny:mus	Energia: 2219,62 kcal białko:92,17g tłuszcze: 69,98g węglowodany: 321,86g kw. tł. nasycone:33,79 g cukry proste: 61,18g błonnik: 26,92g sól: 6,16g

				malina,jabłko,banan(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml), Alergeny:1,7,6	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z kaszą manną(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło82% tłuszczu(20g)serek fromage(40g),polędwica drobiowa(20g),sałatka z sałaty lodowej, i ogórka świeżego(80g) Alergeny:1,7,,9,6	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),risotto(ryż, warzywa,mięso z piersi kurczaka)(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir(200g) Alergeny:7,	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno- żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),pomidor(40g) ,ogórek świeży(40g) Posiłek nocny:mus malina,jabłko,banan(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml), Alergeny:1,7,6	Energia: 2336,34 kcal białko:93,02g tłuszcze: 81,87g węglowodany: 323,37g kw. tł. nasycone:37,52 g cukry proste: 60,7g błonnik: 26,92g sól: 6,93g
Płynna wzmocniona	Zupa mleczna z kaszą manną(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie namoczone w mleku(70g) masło82% tłuszczu(20g)serek fromage(40g),polędwica drobiowa zmiksowana,rozcieńczona kawą z mlekiem(20g), ogórek świeżego(80g) Alergeny:1,7,,9,6	Zupa ziemniaczana z zacierką zmiksowana(300ml),risotto(r yż,warzywa,mięso z piersi kurczaka) zmielone rozcieńczone zupą(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko przetarte(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir(200g) Alergeny:7,	Płatki owsiane na mleku zmiksowane(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno- żytnie namoczone w mleku(70g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta zmiksowany rozcieńczony kawą z mlekiem(50g),pomidor zblendowany(40g) ,ogórek świeży zblendowany(40g) Posiłek nocny:mus malina,jabłko,banan(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml), Alergeny:1,7,6	Energia: 2012,34 kcal białko:85,02g tłuszcze:79,4,87g węglowodany:293,30g kw. tł. nasycone:31,32 g cukry proste: 52,3g błonnik: 24,82g sól: 5,23g

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 ryżem(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa z cukinią w galarecie(70g),ogonówka parzona(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa fasolowa zabieleną śmietaną 30% (300ml), makaron zapiekany ze szpinakiem i boczkiem wędzonym250g,sos czosnkowy(serek waniliowy,jogurt naturalny,majonez(80g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,10,3	Kisiel niskosłodzony z jabłkiem(150g)	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł),szynka z piersi indyka(25g),paprykarz(80g)(ryba gotowana,ryż ,włoszczyzna,koncentrat pomidorowy,ketchup),ogórek kiszony(50g) Posilek nocny:jogurt brzoskwiniowy herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4	Energia: 2399,54 kcal białko:90,72g Tłuszcze: 89,73 g węglowodany: 309,97g kw. tł. nasycone:35,96 g cukry proste:31,14 g błonnik: 30,9g sól:7,19g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z ryżem(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa z cukinią w galarecie(70g),ogonówka parzona(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,6,9	Krupnik(300g),,pierogi leniwe gotowane ,polane masłem(82%tł)z bułką tartą(300g)(twaróg,mąka,jajka)jabłko(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Kisiel niskosłodzony z jabłkiem(150g)	Zacierka na mleku (mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł),szynka z piersi indyka(25g),paprykarz(80g)(ryba gotowana,ryż ,włoszczyzna,koncentrat pomidorowy,ketchup),ogórek kiszony(50g) Posilek nocny:jogurt brzoskwiniowy herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4	Energia: 2375,3 kcal białko:110,34g Tłuszcze: 85,21 g węglowodany: 298,12g kw. tł. nasycone:51,15 g cukry proste:38,22 g błonnik: 22,93g sól:7,01g
Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z ryżem(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)	Krupnik(300g),,pierogi leniwe gotowane(300g)(twaróg,mąka,jajka)jabłko(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Kisiel niskosłodzony z jabłkiem(150g)	Zacierka na mleku (mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł),szynka z piersi	Energia: 2298,09kcal białko:92,82g Tłuszcze: 66,92 g węglowodany: 335,18g kw. tł. nasycone:38,01 g cukry proste:50,38 g

	masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa z cukinią w galarecie(70g),ogonówka parzona(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,6,9			indyka(25g),paprykarz(80g)(ryba gotowana,ryż ,włoszczyzna,koncentrat pomidorowy,ketchup),ogórek kiszony(50g) Posiłek nocny:jogurt brzoskwiniowy herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4	błonnik: 25,42g sól:7,13g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z ryżem(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa z cukinią w galarecie(70g),ogonówka parzona(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,6,9	Krupnik(300g),,pierogi leniwe gotowane(300g)(twaróg,mąka,jajka)jabłko(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Kisiel niskosłodzony z jabłkiem(150g)	Zacierka na mleku (mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) ,szynka z piersi indyka(25g),paprykarz(80g)(ryba gotowana,ryż ,włoszczyzna,koncentrat pomidorowy,ketchup),ogórek kiszony(50g) Posiłek nocny:jogurt brzoskwiniowy herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4	Energia: 2201,29kcal białko:90,82g Tłuszcze: 65,32 g węglowodany: 330,28g kw. tł. nasycone:36,11 g cukry proste:48,28 g błonnik: 24,13g sól:6,96g
Płynna wzmocniona	Zupa mleczna z ryżem(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),namoczone w kawie zbożowej z mlekiem masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa zmielona(50g) cukinia zmiksowana(70g),ogonówka parzona zmielona(25g),pomidor zblendowany(80g) Alergeny:1,7,6,9	Krupnik zmiksowany(300g),,z z dodatkiem ziemniaków gotowanych 50g+schab gotowany zmielony(100g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Kisiel niskosłodzony z jabłkiem rozrzedzony(150g),kefir 200g) Alergeny:7	Zacierka na mleku zmiksowana (mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie namoczone w kawie zbożowej(70g) masło(82% tł) ,szynka z piersi indyka zmielona(25g),paprykarz zmielony(80g)(ryba gotowana,ryż ,włoszczyzna,koncentrat pomidorowy,ketchup), Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4	Energia: 2134,1 kcal białko:98,3,g Tłuszcze: 65,12 g węglowodany: 237,12g kw. tł. nasycone:31,2 g cukry proste:36,7 1g błonnik: 16,42g sól:5,36g

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	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),twarożek półtłusty ze śmietaną 18% i rzodkiewką(100g),wędlina szynkowa(25g),pomidor(80g) Alergeny:1,7,6,10	Rosół z makaronem(300ml) ziemniaki(250g)kurczak gotowany(180g),sos koperkowy(100g)surówka z kapusty czerwonej z majonezem marchewką i cebulą (150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,3,10	Zsiadłe mleko2%(300ml) ,mus jabłko,banan , wiśnia Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),,sałatka z jajka ,pomidora i kalafiora z jogurtem i koperkiem(150g),polędwica drobiowa(30g) ,Posilek nocny:deser mleczny z ryżem i jabłkiem(150g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6,9,3	Energia2134,81kcal białko 113,84g tłuszcze76,13 g węglowodany 317,74 g kw. tł. nasycone:41,0g cukry proste:33,34g błonnik 63,01g sól:7,02 g
Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),twarożek półtłusty ze śmietaną 18% (100g),wędlina szynkowa(25g),pomidor(80g) Alergeny:1,7,6,10	Rosół z makaronem(300ml) ziemniaki(250g)kurczak gotowany(180g),sos koperkowy(100g)marchewka mini gotowana (150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,	Zsiadłe mleko2%(300ml) ,mus jabłko,banan ,wiśnia Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),,sałatka z jajka ,pomidora i kalafiora z jogurtem i koperkiem(150g),polędwica drobiowa(30g) ,Posilek nocny:deser mleczny z ryżem i jabłkiem(150g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6,9	Energia:2082,88kcal białko: 111,7g tłuszcze:74,09 g węglowodany: 310,98 g kw. tł. nasycone: 41,14g cukry proste: 30,23 g błonnik: 59,98g sól: 6,63g
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),twarożek chudy (100g),wędlina szynkowa(25g),pomidor(80g) Alergeny:1,7,6,10	Rosół z makaronem(300ml) ziemniaki(250g)kurczak gotowany(180g),sos koperkowy(100g)marchewka mini gotowana (150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,	Zsiadłe mleko2%(300ml) ,mus jabłko,banan ,wiśnia Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),,sałatka z jajka ,pomidora i kalafiora z jogurtem i koperkiem(150g),polędwica drobiowa(30g) ,Posilek nocny:deser mleczny z ryżem i jabłkiem(150g) herbata(b/c)	Energia:2035,54kcal białko:112,47 g tłuszcze: 68,69g węglowodany: 310,48 g kw. tł. nasycone: 37,56g cukry proste: 30,23 g błonnik: 59,18g sól: 6,61g

				Alergeny: 1,7,6,9,3	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł.(20g),twarożek chudy (100g),wędlina szynkowa(25g),pomidor(80g)o górek świeży (60g) Alergeny: 1,7,6,10	Rosół z makaronem(300ml) ziemniaki(250g)kurczak gotowany(180g),sos koperkowy(100g) marchewka mini gotowana (150g) woda mineralna(250g) Alergeny: 1,6,9,	Zsiadłe mleko2%(300ml) ,mus jabłko,banan ,wiśnia Alergeny: 7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło(82% tł) (20g),,sałatka z jajka ,pomidora i kalafiora z jogurtem i koperkiem(150g),polędwica drobiowa(30g) ,Posiłek nocny:deser mleczny z ryżem i jabłkiem(150g) herbata(b/c) Alergeny: 1,7,6,9,3	Energia:2040,99cal białko: 112,74 g tłuszcze: 68,73 g węglowodany: 311,78 g kw. tł. nasycone: 37,57g cukry proste: 30,83 g błonnik: 60,19g sól: 6,62g
Płynna wzmocniona	Płatki owsiane na mleku zmiiksowane(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) masło 82% tł.(20g),twarożek półtłusty zmielony ze śmietaną 18% i rozrzedzony mlekiem (100g),wędlina szynkowa zmielona(25g),zblendowany (80g) Alergeny: 1,7,6,10	Rosół z makaronem zmiiksowany(300ml) ziemniaki zmiiksowane(250g)kurczak gotowany zmielony(180g),sos koperkowy(100g)marchewka mini gotowana zmielona(150g) woda mineralna(250g) Alergeny: 1,6,9,	Zsiadłe mleko2%(300ml) ,mus jabłko,banan ,wiśnia Alergeny: 7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) masło(82% tł) (20g),,sałatka z jajka ,pomidora i kalafiora z jogurtem i koperkiem zmiiksowana(150g),polędwica drobiowa zmielona(30g) ,Posiłek nocny:deser mleczny z ryżem i jabłkiem zmiiksowany(150g) herbata(b/c) Alergeny: 1,7,6,9	Energia:2041,84kcal białko: 105,4g tłuszcze:72,06 g węglowodany: 298,76 g kw. tł. nasycone: 38,13g cukry proste: 31,2 g błonnik: 54,77g sól: 6,03g

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(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),wędlina kociewska(50),serek topiony(2szt),sałatka z sałaty lodowej,ogórka i ,pomidora (80g) Alergeny:1,7,6,10	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),kotlet schabowy smażony(130)mizéria z śmietaną18%,maślanką i jogurtem naturalnym(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,	Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką (150g) Alergeny:7,1	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,szynka gotowana(50g)sałata(10g),sałatka z pomidora z koperkiem (80g) Posilek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia: 2359,46 kcal białko:103,8g Tłuszcze: 100,68g węglowodany: 263,47g kw. tł. nasycone:51,75g cukry proste:112,99g błonnik: 29,25g sól:7,04g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),schab Benedykta(30g),serek topiony(2szt),sałatka z sałaty lodowej,ogórka i ,pomidora (80g) Alergeny:1,7,6,10	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),schab gotowany(130g),sos koperkowy(100g)buraczki(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,	Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką (150g) Alergeny:7,1	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,szynka gotowana(50g)sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Posilek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia:2129,72 kcal białko97,57 g tłuszcze:75,94g węglowodany: 263,89g kw. tł. nasycone: 44,99g cukry proste: 10,79 g błonnik: 21,75g sól:7,03g
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),schab benedykta(50),sałatka z sałaty lodowej,ogórka i ,pomidora (80g),kefir (200g) Alergeny:1,7,6,	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),schab gotowany(130g),sos koperkowy(100g),buraczki(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,	Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką (150g) Alergeny:7,1	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,szynka gotowana(50g)sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Posilek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia:2142,00,0kcal białko:102,2g tłuszcze:75,21g węglowodany: 271,04g kw. tł. nasycone: 41,72g cukry proste:18,51 g błonnik: 21,75g sól:6,46g

Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło 82% tł,(20g),schab benedykta(30)serek topiony(2szt 35g),sałatka z sałaty lodowej,ogórka i ,pomidora (80g)kefir (200g) Alergeny:1,7,6,	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250 g),schab gotowany(130g),sos koperkowy(100g),buraczki(1 50g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,	Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką (150g) Alergeny:7,1	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło(82% tł) ,szynka gotowana(50g)sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia:2029,64kcal białko:97,83g tłuszcze:83,6g węglowodany: 229,15g kw. tł. nasycone:47,31g cukry proste:18,99 g błonnik:21,57 g sól:5,97g
Płynna wzmocniona	Zupa mleczna z makaronem zmiksowana(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie namoczone w kawie(70g) masło 82% tł,(20g),schab Benedykta zmielony(30g),serek topiony(2szt),ogórek św zblendowany(40g)pomidor40g zblendowany Alergeny:1,7,6,10	Ryż na rosole zmiksowany(300ml),ziemnia ki zmiksowane rozrzedzone zupą(250g),schab gotowany zmiksowany rozrzedzony(130g),sos koperkowy(100g)buraczki zmielone rozrzedzone zupą150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,	Budyń płynny niskosłodzony z miksowaną truskawką (150g) Alergeny:7,1	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną zmiksowana(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie namoczone w kawie(70g) masło(82% tł) ,szynka gotowana zmielona(50g)sałatka z pomidora z koperkiem zblendowana(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia:2094,71 kcal białko92,37 g tłuszcze:68,73g węglowodany: 256,4g kw. tł. nasycone: 42,94g cukry proste: 9,68 g błonnik: 19,65g sól:5,89,03g

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 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 jarzynowa(300ml) ziemniaki(250g),fasolka po bretońsku (250g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,10	Deser mleczny z truskawką i ryżem (150g) Alergeny:7,	Herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) ,wędlna zielonogórska wieprzowa(25g)polędwica drobiowa(25g)ogórek świeży(50g) Posilek nocny:arbuz(200g), kefir(200g) Alergeny:1,7,6,10,9	Energia: 2274,88 kcal białko: 104,2g tłuszcze: 72,7 g węglowodany: 328,63 g kw. tł.49,67 g cukry proste:36,69g błonnik: 92,64g sól:6,75g
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) szynka konserwowa drobiowa(25g) ,sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem(300ml) ,ziemniaki(250g),pierś z kurczaka gotowana(130g),sos pomidorowo-jarzynowy(100g),marchewka mini gotowana(150g) woda mineralna(250ml)jogurt naturalny 2%(150g) Alergeny:1,6,9,7	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) ,wędlna zielonogórska wieprzowa(25g)polędwica drobiowa(25g)ogórek świeży(50g) Posilek nocny:arbuz(200g), kefir(200g) Alergeny:1,7,6,10,9	Energia: 2073,92 kcal białko: 120,22g tłuszcze: 72,77 g węglowodany: 310,22 g kw. tł. nasycone:44,42 g cukry proste:32,28g błonnik: 76,96g sól: 7,01g
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20),serek wiejski(200g),szynka drobiowa konserwowa(25g) ,sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem(300ml) ,ziemniaki(250g),pierś z kurczaka gotowana(130g),sos pomidorowo-jarzynowy(100g),marchewka mini gotowana(150g) ,jogurt naturalny 2%(150g) , woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	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) wędlna zielonogórska wieprzowa(25g)polędwica drobiowa(25g)ogórek świeży(50g) Posilek nocny:arbuz(200g), kefir(200g)	Energia: 2073,92 kcal białko: 120,22g tłuszcze: 72,77 g węglowodany: 310,22 g kw. tł. nasycone:44,42 g cukry proste:32,28g błonnik: 76,96g sól: 7,01g

				Alergeny: 1,7,6,10,9	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20),serek wiejski(200g),szynka drobiowa konserwowa(25g) ,sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny: 1,7,6,9	Rosół z makaronem(300ml) ,ziemniaki(250g),pierś z kurczaka gotowana(130g),sos pomidorowo-jarzynowy(100g),marchewka mini gotowana(150g) jogurt naturalny 2%(150g) , woda mineralna(250ml) Alergeny: 1,6,9,	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) wędlina zielonogórska wieprzowa(25g)polędwica drobiowa(25g)ogórek świeży(50g) Posiłek nocny:jabłko(150g), kefir(200g) Alergeny: 1,7,6,10,9	Energia: 2050,08 kcal białko: 118,13 g tłuszcze: 75,8 g węglowodany: 294,16 g kw. tł. nasycone:44,66 g cukry proste:34,98g błonnik: 82,92g sól: 7,05g
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) szynka konserwowa drobiowa zmielona(25g) ,sałatka z pomidora z koperkiem zblendowana(100g) Alergeny: 1,7,6,9	Rosół z makaronem miksowany(300ml) ,ziemniaki miksowane(250g),pierś z kurczaka gotowana mielona(130g),sos pomidorowo-jarzynowy miksowany(100g),marchewk amini gotowana miksowana(150g) woda mineralna(250ml)jogurt naturalny 2%(150g) Alergeny: 1,6,9,7	Deser mleczny z truskawką i ryżem zmiksowany(150g) Alergeny: 7,	Zacierka na mleku miksowana(250ml), kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) masło(82% tł) (20g) ,wędlina zielonogórska wieprzowa zmielona(25g)polędwica drobiowa zmielona(25g)ogórek świeży zblendowany(50g) Posiłek nocny:arbuz zblendowany(200g), kefir(200g) Alergeny: 1,7,6,10	Energia: 2023,92 kcal białko: 110,24g tłuszcze: 68,3 g węglowodany: 294,,62 g kw. tł. nasycone:44,42 g cukry proste:30,18g błonnik: 67,03g sól: 6,41g

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

25.06.2024					
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 ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł.(20g),ryba w galarecie(80g),ogonówka parzona(25g),pomidor(80g), Alergeny:1,7,6,10,4	Zupa szpinakowa z makaronem zabelana śmietaną 30%(300g),ziemniaki (250g),gulasz z łopatki wieprzowej z włoszczyzną(250g),sałata z jogurtem naturalnym2%(100g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,,7	Drożdżówka z jabłkiem(100g) ,czereśnie (150g)Alergeny: 1,7,3	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka(25g),pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem(60g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9,3,10	Energia: 2178,89kcal białko:96,94g tłuszcze: 74,18g węglowodany283,43g kw. tł. nasycone:40,13g cukry proste:53,68g błonnik: 24,63g sól: 5,61g
Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł.(20g),ryba w galarecie(80g),ogonówka parzona(25g),pomidor(80g), Alergeny:1,7,6,10,4	Zupa koperkowa z makaronem zabelana śmietaną 18%(300g),ziemniaki (250g),gulasz z łopatki wieprzowej z włoszczyzną(250g),sałata z jogurtem naturalnym2%(100g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,,7	Drożdżówka z jabłkiem(100g) Alergeny:1,7,3	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka(25g),pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem(60g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9,3,10	Energia: 2084,22kcal białko:93,13g tłuszcze:73,74g węglowodany:264,86 g kw. tł. nasycone:40,26g cukry proste:37,17g błonnik: 20,65g sól:6,34g
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g)	Zupa koperkowa z makaronem b/śm(300g),ziemniaki (250g),gulasz z łopatki wieprzowej z włoszczyzną(250g),sałata z	jabłko(150g),mu s banan,brzoskwinia,burak(100g), sok multiwitamina (300ml)	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka(50g),,ogórek świeży(80g)	Energia: 2062,94kcal białko:86,93g tłuszcze:61,52g węglowodany:292,98 g kw. tł. nasycone:35,05 g cukry proste:72,08g błonnik: 23,97g

	masło 82% tł,(20g),ryba w galarecie(80g),ogonówka parzona(25g),pomidor(80g), Alergeny:1,7,6,10,4	jogurtem naturalnym2%(100g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,,7 Alergeny:1,6,9		Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9,3,10	sól:6,62g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło 82% tł,(20g),ryba w galarecie(80g),ogonówka parzona(25g),pomidor(80g), Alergeny:1,7,6,10,4	Zupa koperkowa z makaronem zabieleną śmietaną 18%(300g),ziemniaki (250g),gulasz z łopatki wieprzowej z włoszczyzną(250g),sałata z jogurtem naturalnym2%(100g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,,7	jabłko(150g),muś s banan,brzoskwinia,burak(100g), sok multiwitamina (300ml)	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka(25g),pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem(60g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9,3,10	Energia: 2066,18 kcal białko: 87,68g tłuszcze: 72,23g węglowodany: 268,07g kw. tł. nasycone:38,66 g cukry proste:71,88g błonnik: 27,72g sól:5,96g
Płynna wzmocniona	Płatki owsiane na mleku-miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie zmiękczone kawą (70g) masło 82% tł,(20g),ryba gotowana zmielona(100g),ogonówka parzona zmielona(25g),pomidor zblendowany(80g), Alergeny:1,7,6,10,4	Zupa koperkowa z makaronem zabieleną śmietaną 18%(300g)-miks,ziemniaki zmielone (250g),gulasz z łopatki wieprzowej z włoszczyzną zmielony(250g),marchewka gotowana mielona(100g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,,7	Banan zmiiksowany z jogurtem200g) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną-miks(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie zmiękczone kawą(70g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka zmielona(25g),pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem(60g),ogórek świeży zblendowany(80g) Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9,3,10	Energia: 2014,22kcal białko:89,13g tłuszcze:68,74g węglowodany:211,86 g kw. tł. nasycone:36,26g cukry proste:36,17g błonnik: 18,65g sól:5,34g

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

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),wędlna parówkowa na gorąco (90g)sałatka z pomidora z koperkiem(100g),ketchup(15g) Alergeny:1,7,9	Zupa pomorska (300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(70g),jabłko(150g) ,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Jogurt truskawkowy (150g),wafel ryżowy (1szt) Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),wędlna szynkowa(50g),sałata (10g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2256,44kcal białko:104,97g tłuszcze: 94,62g węglowodany: 251,29g kw. tł. Nasycone: 51,85g cukry proste: 31,6 g błonnik: 40,61g sól:4,91 g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),wędlna parówkowa na gorąco (90g)sałatka z pomidora z koperkiem(100g),ketchup(15g) Alergeny:1,7,9	Zupa pomorska (300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(70g),jabłko(150g) ,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Jogurt truskawkowy (150g),wafel ryżowy (1szt) Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),wędlna szynkowa(50g),sałata (10g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2256,44kcal białko:104,97g tłuszcze: 94,62g węglowodany: 251,29g kw. tł. Nasycone: 51,85g cukry proste: 31,6 g błonnik: 40,61g sól:4,91 g
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),wędlna parówkowa na gorąco (90g)sałatka z pomidora z koperkiem(100g),ketchup(15g) Alergeny:1,7,9	Zupa pomorska (300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(70g),jabłko(150g) ,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Jogurt truskawkowy- (150g),wafel ryżowy1szt Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),wędlna szynkowa(50g),sałata (10g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2256,44kcal białko:104,97g tłuszcze: 94,62g węglowodany: 251,29g kw. tł. Nasycone: 51,85g cukry proste: 31,6 g błonnik: 40,61g sól:4,91 g

Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),wędlina parówkowa na gorąco (90g)sałatka z pomidora z koperkiem(100g),ketchup(15g) Alergeny:1,7,9	Zupa pomorska (300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(70g),jabłko(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Jogurt naturalny (150g),wafel ryżowy (1szt) Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),wędlina szynkowa(50g),sałata (10g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2232,14 kcal białko: 106,46g tłuszcze: 95,30g węglowodany: 235,5 g kw. tł. Nasycone: 52,45g cukry proste 13,6g błonnik:37,46g sól: 4,91g
Płynna wzmocniona	Zupa mleczna z makaronem miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie zmiękczone kawą(70g) masło 82% tł.(20g),wędlina parówkowa miks(90g)sałatka z pomidora z koperkiem-zblendowana(100g),ketchup(15g) Alergeny:1,7,9	Zupa pomorska - miks(300ml),ziemniaki-miks(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej zmikсовany(70g),jabłko(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Jogurt truskawkowy (150g),miks Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem-miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie namoczone w kawie(70g) masło(82% tł) (20g),wędlina szynkowa zmielona(50g),ogórek świeży zblendowany(80g) Posiłek nocny :serek wiejski-miks(200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2049,34kcal białko:91,63g tłuszcze: 89,42g węglowodany: 211,29g kw. tł. Nasycone: 48,25g cukry proste: 12,1g błonnik: 38,61g sól:4,01 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

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),twarożek z rzodkiewką(100g),wędlina szynkowa(30g),pomidor(50g),sałata(10g) Alergeny:1,7,6,10	Zupa grochowa(300g),ziemniaki (250g),skrzydełko pieczone,(180g),kapusta biała gotowana na krótko,słodko kwaśna(150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,,7	Kanapka :pieczywo razowe(30g),masło(5g),sałata(10g)szynka gotowana(10g),pomidor(7),ogórek świeży(7g),,rzodkiewka(5g) Alergeny:1,9,10,6,7	Zacierka na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka (20g),pasztetowa podwędzana(30g),sałatka z ogórka kiszzonego(80g) Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7,6,9	Energia: 2416,66kcal białko:113,55g tłuszcze: 96,19g węglowodany277,77 g kw. tł. nasycone:49,01g cukry proste:16,69g błonnik: 30,64g sól: 7,13g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł.(20g),twarożek ze śmietaną 18% (100g),wędlina szynkowa(30g),pomidor(80g),sałata(10g) Alergeny:1,7,6,10	rosół z makaronem (300g),ziemniaki (250g),skrzydełko pieczone,(180g),buraczki(150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9	Kanapka :pieczywo razowe(30g),masło(5g),sałata(10g)szynka gotowana(10g),pomidor(7),ogórek świeży(7g),,rzodkiewka(5g) Alergeny:1,9,10,6,7	Zacierka na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka (20g),pasztetowa podwędzana(30g),sałatka z ogórka kiszzonego(80g) Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7,6,9	Energia: 2214,53kcal białko:105,99g tłuszcze:89,82g węglowodany:257,48 g kw. tł. nasycone:47,96g cukry proste:10,59g błonnik: 20,76g sól:7,00g
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),twarożek (100g),wędlina szynkowa(30g),pomidor(80g),sałata (10g)	rosół z makaronem (300g),ziemniaki (250g),kurczak gotowany,(180g)sos koperkowy(100g),buraczki(150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9	Kanapka :pieczywo razowe (30g),masło(5g),sałata(10g)szynka gotowana (10g),pomidor(7),ogórek świeży(7g),,rzodkiewka(5g) Alergeny:1,9,10,	Zacierka na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka (50g),,sałatka z ogórka kiszzonego(80g)	Energia: 2094,7kcal białko:110,31g tłuszcze:71,64g węglowodany:258,02 g kw. tł. nasycone:44,08 g cukry proste:13,77g błonnik: 21,31g sól:7,32g

	Alergeny:1,7,6,10		6,7	Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo żytnio-przenne(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł.(20g),twarożek ze śmietaną(100g),wędlina szynkowa(30g),pomidor(80g),sałata(10g) Alergeny:1,7,6,10	rosół z makaronem (300g),ziemniaki (250g),kurczak gotowany,(180g)sos koperkowy(100g),buraczki(150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9	Kanapka :pieczywo razowe (30g),masło(5g),sałata(10g)szynka gotowana (10g),pomidor(7g),ogórek świeży(7g),,rzodkiewka(5g) Alergeny:1,9,10,6,7	Zacierka na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo żytnio-pszenne(70g) pieczywo razowe ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka (50g),,sałatka z ogórka kiszzonego(80g) Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9	Energia: 2142,04 kcal białko: 109,54g tłuszcze: 77,04g węglowodany: 258,52g kw. tł. nasycone:42,86 g cukry proste:13,77g błonnik: 21,31g sól:7,25g
Płynna wzmocniona	Zupa mleczna z ryżem - miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie namoczone w kawie(70g) masło 82% tł.(20g),twarożek ze śmietaną 18%-miks (100g),wędlina szynkowa zmielona(30g),pomidor-zblendowany(80g), Alergeny:1,7,6,10	rosół z makaronem-miks (300g),ziemniaki-miks (250g),pierś z kurczaka gotowana(150g),buraczki-zblendowane(150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9	Jogurt naturalny150g), z miksowaną brzoskwinia(100g) Alergeny:7	Zacierka na mleku-miks(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie namoczone w kawie(70g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka mielona (20g),pasztetowa podwędzana(30g),ogórek świeży zblendowany(60g) Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9	Energia: 2112,13kcal białko:88,99g tłuszcze:69,82g węglowodany:248,48 g kw. tł. nasycone:45,86g cukry proste:11,58g błonnik: 19,86g sól:6,80g

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

	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 6 ziaren(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 zabieleną (300ml),ziemniaki(250g), ryba smażona(130g),surówka z kapusty białej(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,4	Surówka z marchwi i jabłka (150g),owsianka z musem truskawkowym (100g) Alergeny:1	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) Posilek nocny: kefir (200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6	Energia: 2206,07kcal białko:88,43g tłuszcze: 83,81g węglowodany: 285,5g kw. tł. Nasycone: 41,55g cukry proste:36,44 g błonnik: 33,54g sól:5,84g
Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(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)owsianka z musem truskawkowym (100g) Alergeny:1	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: 2115,21kcal białko:85,53g tłuszcze: 77,11g węglowodany: 271,75g 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 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g),,polędwica drobiowa(50g),sałatka z sałaty lodowej papryki i ogórka	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)owsianka z musem truskawkowym (100g) Alergeny:1	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)	Energia: 2081,86kcal 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

	świeżego(80g),serek wiejski(200g) Alergeny:1,7,6,9			herbata(b/c) Alergeny:1,7,6	
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% tł,(20g),serek topiony(2szt),polędwica 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)owsianka z musem truskawkowym (100g) Alergeny:1	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: 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-miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem (250ml) pieczywo pszenno-żytnie namoczone w kawie(70g) masło 82% tł,(20g),serek topiony(2szt),polędwica drobiowa mielona(30g),ogórek świeży zblendowany(80g) Alergeny:1,7,6,9	Ryż na rosole-miks(300ml),ziemniaki-miks (250g), ryba gotowana-miks (130g),sos grecki-miks(,150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,4	Zsiadłe mleko(300ml),zblendowana brzoskwinia (100g) Alergeny:1	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie moczone w herbacie(70g) ,schab Benedykta mielony(50g),pomidor-zblendowany(80g) kefir (200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6	Energia: 2067,21kcal białko:84,63g tłuszcze: 68,12g węglowodany: 267,75g kw. tł. Nasycone: 36,45g cukry proste:3854 g błonnik: 26,94g sól:5,45g

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 + (posiłek 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(300g),makaron (200g),,sos meksykański z mięsem mielonym wieprzowym(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Mus malina,jabłko,banana(100g)Jogurt naturalny(150g), wafelek ryżowy(1 szt) 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: 2141,28kcal białko:90,19g tłuszcze: 72,68g węglowodany: 283,82g kw. tł. nasycone: 40,93 g cukry proste: 29,38g błonnik: 32,37g sól: 6,55 g
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 malina,jabłko,banana(100g)Jogurt naturalny(150g), wafelek ryżowy(1 szt) 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) Posiłek 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)	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 malina,jabłko,banana(100g)Jogurt naturalny(150g), wafelek ryżowy(1 szt) 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)	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:1,7,6,9			Posiłek nocny: surówka z marchwi i jabłka(150g) herbata(b/c)(250ml) 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 malina,jabłko,ba nan(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 malina,jabłko,ba nan(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