

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g) masło 82% tł.(20g),wędlna biała na gorąco(90g),chrzan(10g),schab ze śliwką(30g),sałatka z rzodkiewki ze śmietaną(80g) Alergeny:1,7,	Żurek z jajkiem (1szt)(300ml),ziemniaki(250g) ,kotlet schabowy(130g),buraczki(150 g) kompot niskosłodzony ,wielowocowy(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,	Galaretka z truskawką(150g), wafel ryżowy(1szt),	Zupa mleczna z ryżem(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30 g),pasztet ze śliwką(60g),baleron(30g),,ogórek kiszony(40),pomidor(40) sałatka z kurczaka ,cukinii i sałaty,lodowej (150g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,9	Energia: 2499,80kcal białko:130,08g tłuszcze: 122,29g węglowodany: 216,55g kw. tł. Nasycone:51,03g cukry proste:18,81 g błonnik: 23,64g sól:8,01g
Łatwostrawna	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g),wędlna biała na gorąco(90g),ketchup(15g),schab ze śliwką (30g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,	Zupa koperkowa z makaronem(300ml),ziemniaki(250g), schab gotowany (130g)sos jarzynowy(100),buraczki (150g) kompot niskosłodzony wielowocowy(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,	Galaretka z truskawką(150g), wafel ryżowy(1szt),	Zupa mleczna z ryżem(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30 g),pasztet ze śliwką(60g),baleron(30g),,ogórek kiszony(40),pomidor(40) sałatka z kurczaka ,cukinii i sałaty,lodowej (150g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,9	Energia: 2401,89kcal białko:113,31g tłuszcze: 105,22g węglowodany: 250,71g kw. tł. Nasycone: 48,72g cukry proste:23,08 g błonnik: 27,32g sól:8,68 g
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g),szynka gotowana(50g),schab ze śliwką(30g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,	Zupa koperkowa z makaronem b/śmietany(300ml),ziemniaki (250g), schab gotowany (130g),sos jarzynowy(100g),buraczki(150 g) kompot niskosłodzony wielowocowy(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,	Galaretka z truskawką(150g), wafel ryżowy(1szt),	Zupa mleczna z ryżem(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30 g),polędwica sopocka parzona,,(50g),ogórek świeży(40),pomidor(40) sałatka z kurczaka ,cukinii i sałaty,lodowej (150g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,9	Energia: 2039,48kcal białko:107,35g tłuszcze:68,10g węglowodany: 257,5g kw. tł. Nasycone: 32,59g cukry proste:23,05g błonnik: 25,63g sól5,55 g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g),wędlna biała na gorąco(90g),ketchup(15g),schab	Zupa koperkowa z makaronem(300ml),ziemniaki, (250g),sos jarzynowy(100g) schab gotowany (130g),buraczki(150g) kompot	Galaretka z truskawką(150g), wafel ryżowy(1szt),	Zupa mleczna z ryżem(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30 g),polędwica sopocka	Energia: 2239,39 kcal białko: 110,26g tłuszcze: 85,01g węglowodany: 258,77g kw. tł. Nasycone: 38,87g

	ze śliwką(30g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,	niskosłodzony wieloowocowy(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,		parzona(30g),szynka gotowana(30g),,ogórek świeży(40),pomidor(40) sałatka z kurczaka ,cukinii i sałaty,lodowej (150g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,9	cukry proste 23,37g błonnik:27,68g sól: 6,88g
Ubogo energetyczna	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(50g),schab ze śliwką(30g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Alergeny:1,7,	Zupa koperkowa z makaronem(300ml),ziemniaki(250g), schab gotowany (130g),buraczki(150g) kompot niskosłodzony wieloowocowy(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,	Galaretka z truskawką(150g), wafel ryżowy(1szt),	herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g),wędlina sopočka parzona,(50g),,ogórek świeży(40),pomidor(40) sałatka z kurczaka ,cukinii i sałaty,lodowej (150g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,9	Energia: 1867,17kcal białko: 96,10g tłuszcze:62,12g węglowodany: 239,67g kw. tł. Nasycone: 30,16g cukry proste:23,53g błonnik:24,79g sól: 5,22g

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	<p>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)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami(300g),makaron (200g),,sos meksykański z mięsem mielonym wieprzowym(300g)woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7</p>	<p>Mus malina,jabłko,banan(100g)Jogurt naturalny(150g), wafelek ryżowy(1szt) Alergeny:7</p>	<p>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)</p> <p>Posilek nocny: surówka z marchwi i jabłka(150g) herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,10</p>	<p>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</p>
Łatwostrawna	<p>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)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Zupa ziemniaczana z zacierką(300g),makaron (200g),sos z mięsa mielonego gotowanego z warzywami i koncentratem pomidorowym(300g)woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Mus malina,jabłko,banan(100g)Jogurt naturalny(150g), wafelek ryżowy(1szt) Alergeny:7</p>	<p>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)</p> <p>Posilek nocny: surówka z marchwi i jabłka(150g) herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,10</p>	<p>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</p>
Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	<p>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),</p>	<p>Zupa ziemniaczana z zacierką(300g),makaron (200g),sos z mięsa mielonego gotowanego z warzywami i koncentratem pomidorowym(300g)woda mineralna(250ml)</p>	<p>Mus malina,jabłko,banan(100g)Jogurt naturalny(150g), wafelek ryżowy(1szt) Alergeny:7</p>	<p>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</p>	<p>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</p>

	sałata(10g) Alergeny:1,7,6,9	Alergeny:1,6,9,		świeżego(80g) 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,banan(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
Ubogo energetyczna	,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(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,banan(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) Posiłek nocny: surówka z marchwi i jabłka(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 1849,68kcal białko:72,39g tłuszcze:54,77g węglowodany: 263,41 g kw. tł. nasycone: 31,14g cukry proste:32,36g błonnik: 26,39g sól: 4,97g

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	Zacierka na mleku(300ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło 82% tł,(20g),serek fromage(40g),połędwica sopocka parzona(20g),sałatka z sałaty lodowej,papryki i ogórka świeżego(80g) Alergeny:1,7,6,	Zupa brokułowa z makaronem(300ml), ziemniaki(250g),zraziki drobiowe,duszone nadziewane cukinią i marchewką(140g)sos pieczeniowy(100g),buraczki (150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Kisiel niskosłodzony z jabłkiem(150g), kefir(200g) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml),,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),paprykarz(ryż,ryba gotowana,warzywa ,koncentrat pomidorowy)(100g),ogórek kiszony(60g) Posilek nocny:wiśnia,jabłko,banan(100g) sok z buraczka z jabłkiem (300ml) Alergeny:1,7,4,9	Energia: 2118,91 kcal białko:93,03 g tłuszcze: 65,63g węglowodany: 311,80g kw. tł. nasycone:33,54 g cukry proste:55,22g błonnik: 28,28g sól: 7,53g
Łatwostrawna	Zacierka na mleku(300ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło 82% tł,(20g),serek fromage(40g),połędwica sopocka parzona(20g),sałatka z sałaty lodowej,pomidora i ogórka świeżego)(80g) Alergeny:1,7,6,	Zupa brokułowa z makaronem(300ml), ziemniaki(250g),zraziki drobiowe,duszone nadziewane cukinią i marchewką(140g)sos pieczeniowy(100g),buraczki (150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Kisiel niskosłodzony z jabłkiem(150g) kefir(200g) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml),,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),paprykarz(ryż,ryba gotowana,warzywa ,koncentrat pomidorowy)(100g),ogórek kiszony(60g) Posilek nocny:wiśnia,jabłko,banan(100g) sok z buraczka z jabłkiem (300ml) Alergeny:1,7,4,9	Energia: 2123,44 kcal białko: 93,69g tłuszcze:65,67 g węglowodany: 312,04g kw. tł. nasycone:33,55 g cukry proste:55,14g błonnik: 28,87g sól: 7,91g
Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zacierka na mleku(300ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło 82% tł,(20g),serek fromage(40g),połędwica	Zupa koperkowa z ryżem bez śmietany(300ml),ziemniaki (250g)filet z kurczaka gotowany(130g),sos jarzynowy(100g),buraczki (150g)	Kisiel niskosłodzony z jabłkiem(150g) kefir(200g) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml),,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g)	Energia: 2055,91 kcal białko: 90,07g tłuszcze:54,88 g węglowodany: 322,68g kw. tł. nasycone:31,38 g cukry proste:55,17g

	<p>sopocka parzona(20g),sałatka z sałaty lodowej,pomidora i ogórka świeżego)(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>		<p>masło(82% tł)(20g),paprykarz(ryż,ryba gotowana,warzywa ,koncentrat pomidorowy)(100g),ogórek kiszony(60g)</p> <p>Posiłek nocny:wiśnia,jabłko,banan(100g) sok z buraczka z jabłkiem (300ml)</p> <p>Alergeny:1,7,4,9</p>	<p>błonnik: 27,81g sól: 7,35g</p>
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Zacierka na mleku(300ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło 82% tł,(20g),serek fromage(40g),połędwica sopocka parzona(20g),sałatka z sałaty lodowej,pomidora i ogórka świeżego)(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Zupa koperkowa z ryżem bez śmietany(300ml),ziemniaki (250g)filet z kurczaka gotowany(130g),sos jarzynowy(100g),buraczki (150g)</p> <p>woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Kisiel niskosłodzony z jabłkiem(150g) kefir(200g) Alergeny:7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszką manną(250ml),,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł)(20g),paprykarz(ryż,ryba gotowana,warzywa ,koncentrat pomidorowy)(100g),ogórek kiszony(60g)</p> <p>Posiłek nocny:wiśnia,jabłko,banan(100g) sok z buraczka z jabłkiem (300ml)</p> <p>Alergeny:1,7,4,9</p>	<p>Energia: 2055,91 kcal białko: 90,07g tłuszcze54,88 g węglowodany: 322,68g kw. tł. nasycone:31,38 g cukry proste:55,17g błonnik: 27,81g sól: 7,35g</p>
Ubogo energetyczna	<p>kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło 82% tł,(20g),serek fromage(40g),połędwica sopocka parzona(20g),sałatka z sałaty lodowej,pomidora i ogórka świeżego)(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Zupa koperkowa z ryżem bez śmietany(300ml),ziemniaki (250g)filet z kurczaka gotowany(130g),sos jarzynowy(100g),buraczki (150g)</p> <p>woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Kisiel niskosłodzony z jabłkiem(150g)</p>	<p>„kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł)(20g),paprykarz(ryż,ryba gotowana,warzywa ,koncentrat pomidorowy)(100g),ogórek kiszony(60g)</p> <p>Posiłek nocny:wiśnia,jabłko,banan(100g) sok z buraczka z jabłkiem (300ml)</p> <p>Alergeny:1,7,4,9</p>	<p>Energia: 1792,93kcal białko:77,51g tłuszcze: 49,03g węglowodany:283,18 g kw. tł. nasycone:27,72 g cukry proste:55,17 g błonnik: 26,85g sól:7,62g</p>

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	<p>Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g) szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),pomidor(40g),ogórek świeży(40)</p> <p>Alergeny:1,7,</p>	<p>Zupa fasolowa(300g),ziemniaki (250g)pieczeń rzymska z warzywami z łoptki mielonej(140g),sos pieczeniowy(100g),surówka z kapusty czerwonej(150g),woda mineralna (250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7,3</p>	<p>Jogurt brzoskwiniowy (150g) ,wafel ryżowy(1szt) Alergeny:.,7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250g) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) ,masło(82% tł) (20g),pasta z jajka ze szczypiorkiem(60g),szynka z piersi indyka(25g)rzodkiewka(50g)</p> <p>Posiłek nocny: .mus malina,jabłko,banan(100g),herbata b/c,(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,3,10</p>	<p>Energia: 2323,36kcal białko: 98,32g tłuszcze:79,54g węglowodany:312,82g kw. tł. nasycone: 39,87g cukry proste: 41,13g błonnik:39,42g sól:6,12g</p>
Łatwostrawna	<p>Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g) szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),pomidor(40g),ogórek świeży(40)</p> <p>Alergeny:1,7,</p>	<p>Ryż na rosole(300g),ziemniaki (250g)pieczeń rzymska z warzywami z łopatki mielonej(140g),sos pieczeniowy(100g),marchewka gotowana(150g),woda mineralna (250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,,3</p>	<p>Jogurt brzoskwiniowy (150g) ,wafel ryżowy(1szt) Alergeny:.,7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250g) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) ,masło(82% tł) (20g),pasta z jajka ze szczypiorkiem(60g),szynka z piersi indyka(25g)pomidor(80g)</p> <p>Posiłek nocny: .mus malina,jabłko,banan(100g),herbata b/c,(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,3,10</p>	<p>Energia: 2078,58 kcal białko: 85,23g tłuszcze: 73,31g węglowodany:277,87 g kw. tł. nasycone:37,99 cukry proste: 37,95g błonnik: 27,43g sól: 5,55g</p>
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	<p>Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g) szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),pomidor(40g),ogórek świeży(40)</p>	<p>Ryż na rosole(300g),ziemniaki (250g)klops gotowany (80g),sos jarzynowy(100g),marchewka gotowana(150g),woda mineralna (250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,,3</p>	<p>Jogurt naturalny(150g) banan(150g),wafel ryżowy(1szt) Alergeny:.,7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250g) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) ,masło(82% tł) (20g),,szynka z piersi indyka(50g)pomidor(80g)</p> <p>Posiłek nocny: .mus</p>	<p>Energia: 2077,03 kcal białko: 89,05g tłuszcze: 72,96g węglowodany: 278,15g kw. tł. nasycone:44,7g cukry proste: 34,1g błonnik: 25,6g sól: 4,91g</p>

	Alergeny:1,7,			malina,jablko,banan(100g),serek homogenizowany naturalny(150g)herbata b/c,(250ml) Alergeny:1,7,6,9	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g) szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),pomidor(40g),ogórek świeży(40) Alergeny:1,7,	Ryż na rosole(300g),ziemniaki (250g)klops gotowany (80g),sos jarzynowy(100g),marchewka gotowana(150g),woda mineralna (250ml) Alergeny:1,6,9,,3	Jogurt naturalny(150g), wafel ryżowy(1szt),jabłko(150g) Alergeny:,,7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250g) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g),masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka(50g)pomidor(80g) Posiłek nocny: .mus malina,jablko,banan(100g),mandarynka (150g),serek homogenizowany naturalny(150g),herbata b/c,(250ml) Alergeny:1,7,6,9	Energia: 2089,37 kcal białko: 89,1g tłuszcze: 73,3g węglowodany: 274,93 kw. tł. nasycone: 44,65g cukry proste: 38,03g błonnik: 28,32g sól: 4,92g
Ubogo energetyczna	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g) szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),pomidor(40g),ogórek świeży(40) Alergeny:1,7,	Ryż na rosole(300g),ziemniaki (250g)klops gotowany (80g),sos jarzynowy(100g),marchewka gotowana(150g),woda mineralna (250ml) Alergeny:1,6,9,,3	Jogurt naturalny(150g), wafel ryżowy(1szt) Alergeny:,,7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250g) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g),masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka(50g)pomidor(80g) Posiłek nocny: .mus malina,jablko,banan(100g),herbata b/c,(250ml) Alergeny:1,7,6,9	Energia: 1833,02kcal białko:74,78g tłuszcze:62,93g węglowodany:243,64g kw. tł. nasycone: 36,28g cukry proste: 22,6 g błonnik:23,71g sól:5,14g

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 pochod

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	<p>Zupa mleczna z makaronem(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)</p> <p>Alergeny:1,7,6</p>	<p>Zupa jarzynowa(300g),ziemniaki (250g),ryba smażona(130g),surówka z kapusty kiszonej(150g)</p> <p>woda mineralna(250g)</p> <p>Alergeny:1,6,9,,7,3,4</p>	<p>Owsianka z truskawką(100g) ,wafel ryżowy(1szt) Alergeny:1,</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem(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),ogórek kiszony(30),pomidor(40g)</p> <p>Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml)</p> <p>Alergeny: 1,7.6,9</p>	<p>Energia: 2188,10kcal białko: 96,06g tłuszcze: 78,97g węglowodany:280,24 g kw. tł. nasycone:39,57g cukry proste:25,12g błonnik: 27,28g sól: 6,75g</p>
Łatwostrawna	<p>Zupa mleczna z makaronem(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)</p> <p>Alergeny:1,7,6</p>	<p>Manna na rosole(300g),ziemniaki (250g),ryba smażona(130g),sos koperkowy(100g) ,marchewka gotowana (150g)</p> <p>woda mineralna(250g)</p> <p>Alergeny:1,6,9,,7,3,4</p>	<p>Owsianka z truskawką(100g) ,wafel ryżowy(1szt) Alergeny:1,</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka (20g),pasztetowa podwędzana(30g),ogórek kiszony(30),pomidor(40g)</p> <p>Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml)</p> <p>Alergeny: 1,7.6,9</p>	<p>Energia: 2155,61kcal białko:94,43g tłuszcze:77,35g węglowodany:270,51g kw. tł. nasycone:39,77 g cukry proste:27,71g błonnik: 23,25g sól:5,65g</p>
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	<p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),twarożek(80g),polędwica</p>	<p>Manna na rosole(300g),ziemniaki (250g),ryba gotowana(130g),sos koperkowy(100g) ,marchewka gotowana (150g)</p> <p>woda mineralna(250g)</p>	<p>Owsianka z truskawką(100g) ,jogurt naturalny(150g), wafel ryżowy(1szt) Alergeny:1,7</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka (50g),ogórek kiszony(30g),pomidor(40g)</p>	<p>Energia:2055,83kcal białko:97,96g tłuszcze:63,72g węglowodany:283,93 g kw. tł. nasycone:37,06g cukry proste:35,67g błonnik:23,13g sól:5,47g</p>

	ca sopocka parzona(30g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny: 1,7,6	Alergeny: 1,6,9,4		Posiłek nocny:kefir(200g),banan(150g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),twarożek(80g),południowa sopocka parzona(30g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny: 1,7,6	Manna na rosole(300g),ziemniaki (250g),ryba gotowana(130g),sos koperkowy(100g) ,marchewka gotowana (150g) woda mineralna(250g) Alergeny: 1,6,9,4	Owsianka z truskawką(100g,jogurt naturalny(150g)) ,wafel ryżowy(1szt) Alergeny: 1,7	Zupa mleczna z ryżem(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka (50g),ogórek kiszony(30g),pomidor(40g) Posiłek nocny:kefir(200g),jabłko(150g)herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9	Energia: 2131,04 kcal białko: 111,15g tłuszcze:68,54g węglowodany: 271,05g kw. tł. nasycone:40,09 g cukry proste:36,12g błonnik: 23,71g sól:5,56g
Ubogo energetyczna	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),twarożek(60g),południowa sopocka parzona(30g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny: 1,7,6	Manna na rosole(300g),ziemniaki (250g),ryba gotowana(130g),sos koperkowy(100g) ,marchewka gotowana (150g) woda mineralna(250g) Alergeny: 1,6,9,4	Owsianka z truskawką(100g) ,wafel ryżowy(1szt) Alergeny: 1,	Zupa mleczna z ryżem(250g),herbata(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka (50g),ogórek kiszony(30g),pomidor(40g) Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9	Energia: 1837,32 kcal białko:97,36g tłuszcze:60,2g węglowodany: 227,81g kw. tł. nasycone:34,6 g cukry proste:27,96g błonnik:20,98g sól:5,01

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	<p>Płatki owsiane na mleku(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),wędlina kociewska(40),serek topiony(2szt),pomidor (80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,10</p>	<p>Krupnik(300g),makaron (200g),klops gotowany(70g),sos pomidorowo-jarzynowy(300g)kompot niskosłodzony, wieloowocowy(250ml) Alergeny:1,6,9,3</p>	<p>Jogurt naturalny(150g), mus maracuja,jabłko, banan(100g) Alergeny:7,</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło(82% tł) ,wędlina szynkowa(50g)sałatka z sałaty lodowej ,pomidora i ogórka świeżego(80g)</p> <p>Posilek nocny:serek wiejski(200g)</p> <p>herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,10</p>	<p>Energia: 2364,16 kcal białko:102,6g Tłuszcze: 86,17g węglowodany: 288,96g kw. tł. nasycone:49,75g cukry proste:25,13g błonnik: 48,66g sól:8,1g</p>
Łatwostrawna	<p>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(30g),serek topiony(2szt),pomidor (80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Krupnik(300g),makaron (200g),klops gotowany(70g),sos pomidorowo-jarzynowy(300g)kompot niskosłodzony, wieloowocowy(250ml) Alergeny:1,6,9,3</p>	<p>Jogurt naturalny(150g), mus maracuja,jabłko, banan(100g) Alergeny:7,</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło(82% tł) ,wędlina szynkowa(50g)sałatka z sałaty lodowej ,pomidora i ogórka świeżego(80g)</p> <p>Posilek nocny:serek wiejski(200g)</p> <p>herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,10</p>	<p>Energia:2285,77kcal białko:101,06 g tłuszcze:79,17g węglowodany: 288,76g kw. tł. nasycone: 46,6g cukry proste:25,07 g błonnik: 48,68g sól:8,3g</p>
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	<p>Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),schab</p>	<p>Krupnik(300g),makaron (200g),klops gotowany(70g),sos pomidorowo-jarzynowy(300g)kompot niskosłodzony, wieloowocowy(250ml) Alergeny:1,6,9,3</p>	<p>Jogurt naturalny(150g), mus maracuja,jabłko, banan(100g) Alergeny:7,</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło(82% tł) ,wędlina szynkowa(50g)sałatka z sałaty lodowej ,pomidora i ogórka</p>	<p>Energia:2208,85kcal białko:99,57g tłuszcze:71,84g węglowodany: 287,45g kw. tł. nasycone: 40,95g cukry proste: 24,58 g błonnik: 48,68g sól:7,03g</p>

	benedykta(50),pomidor (80g) Alergeny:1,7,6,			świeżego(80g) Posiłek nocny:serek wiejski(200g) 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 graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),schab benedykta(50),pomidor (80g) Alergeny:1,7,6,	Krupnik(300g),makaron (200g),klops gotowany(70g),sos pomidorowo-jarzynowy(300g)kompot niskosłodzony, wieloowocowy(250ml) Alergeny:1,6,9,3	Jogurt naturalny(150g), mus maracuja,jabłko, banan(100g) Alergeny:7,	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło(82% tł) ,wędlina szynkowa(50g)sałatka z sałaty lodowej ,pomidora i ogórka świeżego(80g) Posiłek nocny:serek wiejski(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia:2208,85kcal białko:99,57g tłuszcze:71,84g węglowodany: 287,45g kw. tł. nasycone: 40,95g cukry proste: 24,58 g błonnik: 48,68g sól:7,03g
Ubogo energetyczna	Herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),schab benedykta(50),pomidor (80g) Alergeny:1,7,6,	Krupnik(300g),makaron (200g),klops gotowany(70g),sos pomidorowo-jarzynowy(300g)kompot niskosłodzony, wieloowocowy(250ml) Alergeny:1,6,9,3	,mus maracuja,jabłko, banan (100g)	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło(82% tł) ,wędlina szynkowa(50g)sałatka z sałaty lodowej ,pomidora i ogórka świeżego(80g) Posiłek nocny:serek wiejski(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 1759,85 kcal białko:78,43g tłuszcze 60,37g węglowodany: 223,77g kw. tł. nasycone: 33,97g cukry proste: 22,82g błonnik: 45,47g sól: 6,16g

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	<p>Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g)ser gouda(40g),polędwica sopocka ,parzona(20g),sałata(10g),ogórek świeży(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki(250g)udko pieczone(180g)surówka z kapusty pekińskiej (150g) ,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Kisiel z brzoskwinia (150g)</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),szynka gotowana(50g)pomidor(80g) Posilek nocny: owsianka z truskawką (100g) sok z pomarańczy z jabłkiem (300 ml) Alergeny:1,7,6,10,9</p>	<p>Energia: 2295,85 kcal białko:92,86g tłuszcze:88,26g węglowodany: 286,86 g kw. tł. nasycone:42,69g cukry proste: 54,11 g błonnik: 22,6g sól: 6,65 g</p>
Łatwostrawna	<p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g)ser gouda(20g),polędwica sopocka parzona(40g),sałata(10g),ogórek świeży(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki(250g)udko pieczone(180g),buraczki (150g) ,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Kisiel z brzoskwinia (150g)</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),szynka gotowana(50g)pomidor(80g) Posilek nocny: owsianka z truskawką (100g) sok z pomarańczy z jabłkiem (300 ml) Alergeny:1,7,6,10,9</p>	<p>Energia:2230,7kcal białko:90,83 g tłuszcze:79,68g węglowodany: 294,42 g kw. tł. nasycone:39,46g cukry proste:51,34 g błonnik: 22,10g sól:6,3 g</p>
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	<p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g),polędwica sopocka parzona(50g),sałata (10g),ogórek (80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki(250g)udko gotowane(180g),buraczki (150g) ,sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Kisiel z brzoskwinia (150g)</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),szynka gotowana(50g)pomidor(80g) Posilek nocny: owsianka z truskawką (100g) sok z pomarańczy z jabłkiem</p>	<p>Energia:2264,51kcal białko:100,7 g tłuszcze79,14g węglowodany: 298,81 g kw. tł. nasycone:38,84g cukry proste: 52,31 g błonnik: 22,86g sól:6,39 g</p>

				(300 ml) Alergeny:1,7,6,10,9	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g),polędwica sopocka parzona(50g),sałata(10g) ,ogórek(80g) Alergeny:1,7,6,	Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki(250g)udko gotowane(180g),buraczki (150g) ,sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z brzoskwinia (150g)	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),szynka gotowana(50g)pomidor(80g) Posiłek nocny: owsianka z truskawką (100g) sok z pomarańczy z jabłkiem (300 ml) Alergeny:1,7,6,10,9	Energia:2264,51kcal białko:100,7 g tłuszcze79,14g węglowodany: 298,81 g kw. tł. nasycone:38,84g cukry proste: 52,31 g błonnik: 22,86g sól:6,39 g
Ubogo energetyczna	Herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g),polędwica sopocka parzona(50g),sałata(10g),,ogórek(80g) Alergeny:1,7,6,	Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki(250g)udko gotowane(180g),buraczki (150g) ,sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z brzoskwinia (150g)	Herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),wędlina szynkowa(50g),pomidor(80g) Posiłek nocny: owsianka z truskawką (100g),herbata b/c(250ml) Alergeny:1,7,6,10,9	Energia: 1859,44 kcal białko:84,86g tłuszcze:71,15g węglowodany: 227,1g kw. tł. nasycone:33,92 g cukry proste:21,31g błonnik:21,02g sól:5,54 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	<p>Zupa mleczna z ryżem(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło82% tłuszczu(20g)serek fromage(40g),połudwica drobiowa(20g),sałatka z sałaty lodowej, papryki i ogórka świeżego(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,,9,6</p>	<p>Manna na rosole(300ml)ziemniaki(250 g)fasolka po bretońsku(300g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,10</p>	<p>kefir(200g) Alergeny:7,</p>	<p>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)</p> <p>surówka z marchwi i jabłka(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml),</p> <p>Alergeny:1,7,6</p>	<p>Energia: 2392,57 kcal białko:95,6g tłuszcze:110,57 g węglowodany:277,88g kw. tł. nasycone:48,85g cukry proste:41,06g błonnik: 41,05g sól:7,49g</p>
Łatwostrawna	<p>Zupa mleczna z ryżem(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło82% tłuszczu(20g)serek fromage(40g),połudwica drobiowa(20g),sałatka z sałaty lodowej, i ogórka świeżego(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,,9,6</p>	<p>Manna na rosole(300g)ziemniaki(250g) schab gotowany(130g)marchewka mini gotowana(150g),sos jarzynowy(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,</p>	<p>jabłko(150g) kefir(200g) Alergeny:7,</p>	<p>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)</p> <p>Posilek nocny:surówka z marchwi i jabłka(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml),</p> <p>Alergeny:1,7,6</p>	<p>Energia: 2020,3 kcal białko:94,52g tłuszcze: 73,42g węglowodany: 270,68g kw. tł. nasycone38,34 g cukry proste:57,68g błonnik: 28,21g sól: 7,96g</p>
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	<p>Zupa mleczna z ryżem(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło82% tłuszczu(20g),połudwica drobiowa(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g)</p>	<p>Manna na rosole(300g)ziemniaki(250g) schab gotowany(130g)marchewka mini gotowana(150g),sos jarzynowy(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,</p>	<p>jabłko(150g) kefir(200g) Alergeny:7,</p>	<p>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)</p>	<p>Energia:2007,89 kcal białko:98,82g tłuszcze:67,01g węglowodany: 277,5g kw. tł. nasycone:37,72 g cukry proste: 55,04g błonnik: 28,21g sól:7,63g</p>

	Alergeny:1,7,,9,6			Posiłek nocny:)surówka z marchwi i jabłka(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml), Alergeny:1,7,6	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z ryżem(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło82% tłuszczu(20g)serek fromage(40g),połędwica drobiowa(20g),sałatka z sałaty lodowej, i ogórka świeżego(80g) Alergeny:1,7,,9,6	Manna na rosole(300g)ziemniaki(250g) schab gotowany(130g)marchewka mini gotowana(150g),sos jarzynowy(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	jabłko(150g) 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)surówka z marchwi i jabłka(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml), Alergeny:1,7,6	Energia: 2020,3 kcal białko:94,52g tłuszcze: 73,42g węglowodany: 270,68g kw. tł. nasycone38,34 g cukry proste:57,68g błonnik: 28,21g sól: 7,96g
Ubogo energetyczna	Zupa mleczna z ryżem(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło82% tłuszczu(20g),połędwica drobiowa(50g),sałatka z sałaty lodowej, i ogórka świeżego(80g) Alergeny:1,7,,9,6	Manna na rosole(300g)ziemniaki(250g) schab gotowany(130g)marchewka mini gotowana(150g),sos jarzynowy(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir(200g) Alergeny:7,	,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:surówka z marchwi i jabłka(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml), Alergeny:1,7,6	Energia: 1735,67 kcal białko: 86,53 g tłuszcze: 58,57g węglowodany:238,86 g kw. tł. nasycone: 32,64g cukry proste:46,94g błonnik:24,64g sól: 7,11 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	<p>Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g),wędlna podwawelska na gorąco(90g),ketchup(15g),sałatka z sałaty i ogórka świeżego(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,,6,</p>	<p>Barszcz ukraiński(300ml), kasza gryczana na sypko(200g)zraziki duszone z mięsa mielonego wieprzowego(80g),sos pieczeniowy(150g)surówka z kapusty białej,i marchewki z olejem(150g)woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,3</p>	<p>„jogurt naturalny(150g) Alergeny:7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszką manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),pasta z jajka i makreli w sosie pomidorowym (50g)wędlna szynkowa(20g),ogórek kiszony(60g) „Posilek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g),wafelek ryżowy1szt herbata(b/c)</p> <p>Alergeny:1,7,,6,10,4,3</p>	<p>Energia:2475,13 kcal białko:113,01 g tłuszcze:109,5g węglowodany:230,01 g kw. tł. nasycone:52,19g cukry proste:13,44g błonnik 31,96g sól:5,68g</p>
Łatwostrawna	<p>Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g),wędlna podwawelska na gorąco(90g),ketchup(15g),sałatka z sałaty i ogórka świeżego(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,,6,</p>	<p>Zupa ziemniaczana z zacierką,(300ml), kasza jęczmienna na sypko(200g)zraziki duszone z mięsa mielonego wieprzowego(80g),sos pieczeniowy(150g)marchewka gotowana(150g)woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,3</p>	<p>Mandarynka (150g),jogurt naturalny(150g) Alergeny:7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszką manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),pasta z jajka i makreli w sosie pomidorowym (50g)wędlna szynkowa(20g),ogórek kiszony(60g) „Posilek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g),wafelek ryżowy1szt herbata(b/c)</p> <p>Alergeny:1,7,,6,10,4,3</p>	<p>Energia:21,72 kcal białko:90,38 g tłuszcze:106,05g węglowodany:191,65g kw. tł. nasycone:51,58g cukry proste:14,63 błonnik :18,52g sól:5,08 g</p>
Łatwostrawna z ograniczeniem Tłuszczu	<p>Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml)</p>	<p>Zupa ziemniaczana z zacierką,(300ml), kasza jęczmienna na sypko(200g)klops gotowany</p>	<p>Mandarynka(150g)Jogurt naturalny(150g) Alergeny:7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszką manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g)</p>	<p>Energia:2026,18 kcal białko: 86,12g tłuszcze:88,59g węglowodany: 224,16 g</p>

	<p>pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g),wędlna podwawelska na gorąco(90g),ketchup(15g),sałatka z sałaty i ogórka świeżego(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,,6,</p>	<p>z mięsa mielonego wieprzowego(80g),sos pomidorowy(150g)marchewka gotowana(150g)woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,3</p>	<p>pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),wędlna szynkowa(50g),ogórek kiszony(60g) ,Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g),wafelek ryżowy1szt herbata(b/c)</p> <p>Alergeny:1,7,,6,10,</p>	<p>kw. tł. nasycone: 48,03g cukry proste:26,92 g błonnik:21,27g sól: 5,02g</p>	
<p>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g),wędlna podwawelska na gorąco(90g),ketchup(15g),sałatka z sałaty i ogórka świeżego(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Zupa ziemniaczana z zacierką,(300ml), kasza jęczmienna na sypko(200g)klops gotowany z mięsa mielonego wieprzowego(80g),sos pomidorowy(150g)marchewka gotowana(150g)woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,3</p>	<p>Mandarynka (150g), jogurt naturalny(150g) Alergeny:7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszką manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),pasta z jajka i makreli w sosie pomidorowym (50g)wędlna szynkowa(20g),ogórek kiszony(60g) ,Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g),wafelek ryżowy1szt herbata(b/c)</p> <p>Alergeny:1,7,,6,10,4,3</p>	<p>Energia:2402,11 kcal białko: 95,23g tłuszcze: 97,38 g węglowodany: 280,62 g kw. tł. nasycone:50,39g cukry proste: 18,60g błonnik: 25,85g sól: 7,61g</p>
<p>Ubogo energetyczna</p>	<p>kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g),połędwica drobiowa(50g),sałatka z sałaty i ogórka świeżego(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Zupa ziemniaczana z zacierką,(300ml), kasza jęczmienna na sypko(200g)klops gotowany z mięsa mielonego wieprzowego(80g),sos pomidorowy(150g)marchewka gotowana(150g)woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,3</p>	<p>Mandarynka (150g),</p>	<p>Zupa mleczna z kaszką manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),wędlna szynkowa(50g),ogórek kiszony(60g) ,Posiłek nocny:jabłko(150g),wafelek ryżowy1szt herbata(b/c)</p> <p>Alergeny:1,7,,6,10,</p>	<p>Energia:1781,48 kcal białko: 62,25g tłuszcze: 57,34 g węglowodany: 255,40 g kw. tł. nasycone: 28,68g cukry proste: 24,16g błonnik: 26,72g sól: 6,4g</p>

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	<p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),twarożek z rzodkiewką(100g),wędlina sopocka parzona(20g),sałata(10g),pomidor(50g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem (300ml,),ziemniaki(250g) , pierś z kurczaka duszona w sosie marchewkowo-porowym(200g),buraczki (150g) woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem(120g) Alergeny:1,3,7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),pasta,mięсна z łopatki wieprzowej z warzywami(100g),ogórek świeży(80g)</p> <p>sałatka z kalafiora i pomidora z sosem jogurtowym z koperkiem(150g) herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9</p>	<p>Energia: 2376,97kcal białko: 120,89g tłuszcze:71,68g węglowodany:303,67g kw. tł. nasycone: 43,41 g cukry proste:34,48:g błonnik 27,18g sól:5,84g</p>
Łatwostrawna	<p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),twarożek (100g),wędlina sopocka parzona(20g),sałata(10g),pomidor(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem (300ml,),ziemniaki(250g) , pierś z kurczaka duszona w sosie marchewkowo-porowym(200g),buraczki (150g) woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem(120g) Alergeny:1,3,7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),pasta,mięсна z łopatki wieprzowej z warzywami(100g),ogórek świeży(80g)</p> <p>sałatka z kalafiora i pomidora z sosem jogurtowym z koperkiem(150g) herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9</p>	<p>Energia: 2379,57kcal białko:120,96g tłuszcze:79,70 g węglowodany:304,1 g kw. tł. nasycone: 43,42 g cukry proste: 34,94g błonnik:27,19g sól:5,89g</p>
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	<p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),twarożek bez śmietany (100g),wędlina</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem (300ml,),ziemniaki(250g) , pierś z kurczaka gotowana(130g),sos koperkowy(100g),buraczki (150g) woda mineralna(250ml)</p>	<p>Mus wiśnia jabłko,banan(100g),jogurt naturalny(150g) Alergeny:7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),pasta,mięсна z łopatki wieprzowej z warzywami(100g),ogórek</p>	<p>Energia: 2020,20kcal białko:109,76 g tłuszcze:65,58 g węglowodany:256,97 g kw. tł. nasycone: 38,27 g cukry proste: 23,56g błonnik: 25,84g sól:4,36 g</p>

	<p>sopocka parzona(20g),sałata(10g),pomidor(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Alergeny:1,6,9,</p>		<p>świeży(80g)</p> <p>sałatka z kalafiora i pomidora z sosem jogurtowym z koperkiem(150g) herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9</p>	
<p>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),twarożek z rzodkiewką(100g),wędlina sopocka parzona(20g),sałata(10g),pomidor(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem (300ml,),ziemniaki(250g) , pierś z kurczaka duszona w sosie marchewkowo-porowym(200g),buraczki (150g) woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7</p>	<p>Mus wiśnia jabłko,banan(100g),jogurt naturalny(150g)</p> <p>Alergeny:7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),pasta,mięсна z łopatki wieprzowej z warzywami(100g),ogórek świeży(80g)</p> <p>sałatka z kalafiora i pomidora z sosem jogurtowym z koperkiem(150g) herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9</p>	<p>Energia: 2175,07kcal białko:119,80g tłuszcz:77,84 g węglowodany:258,51 g kw. tł. nasycone:43,43 g cukry proste: 24,59g błonnik: 27,4g sól:5,34 g</p>
<p>Ubogo energetyczna</p>	<p>herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),twarożek (100g),wędlina sopocka parzona(20g),sałata(10g),pomidor(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem (300ml,),ziemniaki(250g) , pierś z kurczaka gotowana(130g),sos koperkowy(100g),buraczki (150g) woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Mus wiśnia jabłko,banan(100g),jogurt naturalny(150g)</p> <p>Alergeny:7</p>	<p>kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),pasta,mięсна z łopatki wieprzowej z warzywami(100g),ogórek świeży(80g)</p> <p>sałatka z kalafiora i pomidora z sosem jogurtowym z koperkiem(150g) herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9</p>	<p>Energia: 1780,44 kcal białko:100,73 g tłuszcz:60,34 g węglowodany:218,50 g kw. tł. nasycone: 35,12 g cukry proste: 23,56g błonnik: 24,12g sól:3,68g</p>

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