

07.11.2024					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),galaretka drobiowa(70g),wędlina szynkowa(25g),sałata 10g,,ogórek świeży 80g Alergeny:1,7,6,10	Zupa koperkowa z ryżem zabielaną śmietaną 18% (300ml), ziemniaki (250g),schab pieczony ze śliwką(130g),kapusta czerwona gotowana na krótko(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,7	Banan 150g,jogurt truskawkowy(150g) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g), sałatka z ryżu i kurczaka z warzywami(kapusta pekińska,cebula,ogórek konserwowy,kukurydza) z sosem majonezowo-ketchupowym(150g),wędlina zielonogórska (25g) Posilek nocny mus brzoskwinia,jabłko,dynia(100g), wafelek ryżowy1szt herbata(b/c) Alergeny:1,7,6,3,,10	Energia 2294,70 kcal białko111,78 g tłuszcze:69,41g węglowodany 324,79 g kw. tł. nasycone: 34,24 g cukry proste: 50,23g błonnik 34,32g sól:5,5 g
Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),galaretka drobiowa(70g),wędlina szynkowa(25g),sałata 10g,,ogórek świeży 80g Alergeny:1,7,6,10	Zupa koperkowa z ryżem zabielaną śmietaną 18%(300ml),ziemniaki (250g),schab gotowany (130g), sos pietruszkowy(100g)marchewka mini gotowana (150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Banan 150g, jogurt truskawkowy(150g) Alergeny:7,	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),,wędlina zielonogórska(50g),,pomidor 80g Posilek nocny mus brzoskwinia,jabłko,dynia(100g), wafelek ryżowy1szt,jogurt naturalny(150g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6,3,,10	Energia:2110,87 kcal białko: 115,00 g tłuszcze: 65,5 g węglowodany: 285,71 g kw. tł. nasycone: 40,01g cukry proste: 44,74 g błonnik: 48,27g sól: 6,26g
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),galaretka drobiowa(70g),wędlina szynkowa(25g),sałata 10g,,ogórek	Zupa koperkowa z ryżem bez śmietany (300ml),ziemniaki (250g),schab gotowany(130g),sos pietruszkowy(100g),marchewka mini gotowana (150g) woda mineralna(250ml)	Banan150g, kefir 200g ,Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g)wędlina zielonogórska(50g),pomidor(80g) Posilek nocny:	Energia:2110,87 kcal białko: 115,00 g tłuszcze: 65,5 g węglowodany: 285,71 g kw. tł. nasycone: 40,01g cukry proste: 44,74 g błonnik: 48,27g sól: 6,26g

	świeży 80g Alergeny:1,7,6,10	Alergeny:1,6,9,7		musbrzoskwinia,jabłko,dynia(100g), wafelek ryżowy 1szt,jogurt naturalny(150g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł.(20g),galaretka drobiowa(70g),wędlina szynkowa(25g),sałata 10g,,ogórek świeży 80g Alergeny:1,7,6,10	Zupa koperkowa z ryżem bez śmietany (300ml),ziemniaki (250g),schab gotowany(130g)sos pietruszkowy(100g),marche wka mini gotowana (150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Mandarynka (150g),kefir 200g ,Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło(82% tł) (20g),wędlina zielonogórska(50g),pomidor(80g) Posiłek nocny: musbrzoskwinia,jabłko,dynia(100g), wafelek ryżowy 1szt,jogurt naturalny(150g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6	Energia: 2091,27 kcal białko: 114,14g tłuszcze: 67,39 g węglowodany: 246,24 g kw. tł. nasycone: 39,98g cukry proste: 30,77g błonnik: 50,39g sól: 6,21g
Płynna wzmocniona	Płatki owsiane na mleku(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno- żytnie(70g),rozmoczone w kawie,masło 82% tł,(20g) pierś z kurczaka gotowana100g ,zmielona wędlina szynkowa30g)zmielona,pomidor zblendowany(100g), Alergeny:1,7,6,10	Zupa koperkowa z ryżem b/śm(300ml) zmiksowany,ziemniaki(250g) zmiksowane,schab gotowany130g gotowany zmiksowany(80g) sos jarzynowy zmiksowany (100g),marchewka gotowana zmiksowana(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Banan zblendowany 200g,kefir 200g Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) ,rozmoczone w kawie masło(82% tł) (20g) wędlina zielonogórska(50g),zmielona,ogórek świeży zblendowany100g Posiłek nocny:mus 100g,sok z buraczka i jabłka300ml Alergeny:1,7,6,9,10	Energia: 2052,98 kcal białko:108,37 g tłuszcze:68,14 g węglowodany 263,73 g kw. tł. nasycone: 41,43 g cukry proste: 24,11 g błonnik: 27,38g sól:5,53 g

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

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna(mleko2%) z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł.(20g),serek fromage(40g)szynka śniadaniowa(20g)sałata10,sałatka z pomidora z koperkiem (100g) Alergeny:1,7,	Barszcz ukraiński(300g),ziemniaki (250g.),ryba smażona (130g),bukiet warzyw z masłem i bułką tartą(brokul kalafior,marchewka(150g) woda mineralna250ml Alergeny:1,6,9,7,3,4	Bułka kajzerka1/2 z masłem sałatą,szynką gotowaną i pomidorem Alergeny:7,1,9,10,6	Zacierka na mleku 2%(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),ser edamski 25g,półdwica drobiowa(30g),ogórek kiszony(80g) Posilek nocny:,herbata b/c(250ml),serek homogenizowany naturalny(150g) Alergeny: 1,7.6,9,	Energia: 2497,41kcal białko: 114,96g tłuszcze: 90,13g węglowodany307,09 g kw. tł. nasycone: 29,63 g cukry proste:20,75g błonnik: 34,76g sól: 5,96g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł.(20g),serek fromage(40g)szynka śniadaniowa(20g)sałata10,sałatka z pomidora z koperkiem (100g) Alergeny:1,7,	Zupa marchwianka zabieleną śmietaną 18%(300g),makaron b/jz twarogiem półtłustym) i miksowaną truskawką(300g) ,woda mineralna250ml Alergeny:1,6,9,7	Bułka kajzerka1/2 z masłem sałatą,szynką gotowaną i pomidorem Alergeny:7,1,9,10,6	Zacierka na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),paprykarz(ryba gotowana,włoszczyzna,ryż koncentrat pomidorowy)80g)półdwica drobiowa25g,ogórek kiszony80g) Posilek nocny:,herbata b/c(250ml),serek homogenizowany naturalny(150g) Alergeny: 1,7.6,9,4	Energia: 2270,84 kcal białko: 107,1g tłuszcze:73,9g węglowodany: 288,59 g kw. tł. nasycone: 30,43 g cukry proste:21,4g błonnik: 21,78g sól:6,99g

Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna (mleko2%)z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),szynka śniadaniowa(50g)sałata10,sałatka z pomidora z koperkiem (100g) Alergeny:1,7,	Zupa marchwianka b/śm(300g),makaron b/jz twarogiem chudym i miksowaną truskawką(300g) ,woda mineralna250ml Alergeny:1,6,9,7	Bułka kajzerka1/2 z masłem sałatą,szynką gotowaną i pomidorem Alergeny:7,1,9,10,6	Zacierka na mleku 2%(250g),kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml)Pieczywo pszenno-żytnie(70g)pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło(82% tł) (20g),paprykarz(ryba gotowana,włoszczyzna,ryż koncentratpomidorowy)80g)polędwica drobiowa25g),ogórek kiszony80g Posiłek nocny:,herbata b/c(250ml),serek homogenizowany naturalny(150g) Alergeny: 1,7.6,9,4	Energia: 2162,08 kcal białko: 106,87g tłuszcze:62,72g węglowodany:287,16 g kw. tł. nasycone:26,18 g cukry proste:21,43g błonnik: 21,78g sól:6,64g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna(mleko2%) z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo graham (90g) masło 82% tł,(20g),serek fromage(40g)szynka śniadaniowa(20g)sałata10,sałatka z pomidora z koperkiem (100g) Alergeny:1,7,	Zupa marchwianka(300g),makaron b/jz twarogiem półtłustym i miksowaną truskawką(300g) ,woda mineralna250ml Alergeny:1,6,9,7	Kromka pieczywa razowego z masłem sałatą,szynką gotowaną i pomidorem Alergeny:7,1,9,10,6	Zacierka na mleku 2%(250g),kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo razowe (90g) masło(82% tł) (20g),paprykarz(ryba gotowana,włoszczyzna,ryż koncentratpomidorowy)80g)polędwica drobiowa25g),ogórek kiszony80g) Posiłek nocny:,herbata b/c(250ml),serek homogenizowany naturalny(150g) Alergeny: 1,7.6,9,4	Energia: 2225,31 kcal białko: 104,99g tłuszcze: 75,52g węglowodany: 274,17 g kw. tł. nasycone:29,57 g cukry proste:21,17g błonnik: 27,44g sól:6,84g
Płynna wzmocniona	Zupa mleczna(mleko2%) z ryżem(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),szynka śniadaniowa(50g)zmiksowana,, pomidor zblendowany (100g) Alergeny:1,7,	Zupa marchwianka(300g), miks ziemniaki (250g) zmiksowane,mięso z kurczaka 180gzmiksowane ,marchewka gotowana (130gzmiksowana sok (b/c) ,jabłko,marchew,brzoskwinia (300ml) Alergeny:1,6,9,	Deser mleczny z ryżem i jabłkiem (150g),miks Alergeny:7	Zacierka na mleku 2%(250g)miks,kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło(82% tł) (20g),polędwica drobiowa (50g) zmiksowana,,rybagotowana 100gzmielona ,pomidor(80g) zblendowany Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9,4	Energia: 1807,69 kcal białko: 112,3g tłuszcze: 55,19g węglowodany: 286,77g kw. tł. nasycone:34,28g cukry proste:56,84 g błonnik: 56,12g sól: 4,16g

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

09.11.2024					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),serek topiony(50g),miód pszczeli(25g),pomidor (100g) Alergeny:1,7,	Zupa grochowa(300g),makaron (200g) gulasz drobiowy z warzywami(300g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (150g)	Płatki owsiane na mleku(250g),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 świeży(80g) Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7,.6	Energia: 2394,66kcal białko: 104,72g tłuszcze: 74,33g węglowodany320,62 g kw. tł. nasycone: 42,39 g cukry proste:23,43 g błonnik: 27,53g sól: 7,01g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),serek topiony(50g),miód pszczeli(25g),pomidor (100g) Alergeny:1,7,	Zupa ziemniaczana z zacierką(300g),makaron (200g) gulasz drobiowy z warzywami(300g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (150g)	Płatki owsiane na mleku(250g),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 świeży(80g) Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6	Energia: 2218,55 kcal białko: 91,86g tłuszcze:70,79g węglowodany: 300,60 g kw. tł. nasycone: 41,7 g cukry proste:27,24g błonnik: 20,46g sól:6,39g
Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),wędlna szynkowa(50g),miód pszczeli(25g),pomidor (100g)	Zupa ziemniaczana z zacierką(300g),makaron (200g) gulasz drobiowy z warzywami(300g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (150g)	Płatki owsiane na mleku(250g),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 świeży(80g) Posilek nocny:kefir(200g),herbata	Energia: 2124,5 kcal białko: 92,71g tłuszcze:61,03g węglowodany:299,07 g kw. tł. nasycone:33,62 g cukry proste:26,52g błonnik: 20,46g sól:5,44g

	Alergeny:1,7,6,10			b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł.(20g),wędlina szynkowa(50g),jabłko(150g),po midor (100g) Alergeny:1,7,6,10	Zupa ziemniaczana z zacierką(300g),makaron (200g) gulasz drobiowy z warzywami(300g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (150g)	Płatki owsiane na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),połędwica sopocka parzona(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6	Energia: 2102,0 kcal białko: 93,04g tłuszcze: 61,42g węglowodany: 294,82 g kw. tł. nasycone:33,67 g cukry proste:34,62g błonnik: 22,65g sól:5,44g
Płynna wzmocniona	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie słonecznikiem(30g) masło 82% tł.(20g),wędlina szynkowa(50g)zmiksowana,,po midor zblendowany (100g) Alergeny:1,7,6,10	Zupa ziemniaczana z zacierką(300g), miks makaron (200g) zmiksowany z gulaszem ,gulasz drobiowy z warzywami(300g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony,z miksowany (150g)	Płatki owsiane na mleku(250g)miks,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło(82% tł) (20g),połędwica sopocka parzona(50g) zmiksowana,,ogórek świeży zblendowany(80g) Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6	Energia: 1893,75 kcal białko: 87,89g tłuszcze: 57,37g węglowodany: 256,18g kw. tł. nasycone:32,35g cukry proste:26,45 g błonnik: 16,42g sól: 4,29g

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

10.11.2024					
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 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(30g) wędlina zielonogórska20g,sałata10g,pomidor 80g Alergeny:1,7,6,9,10	Manna na rosole(300ml),ziemniaki (250g),kotlet schabowy(130g),surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Galaretka z tartym jabłkiem (150g)	Zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),pasztet ze śliwką 80g,ogonówka parzona(20g),sałatka z ogórka kiszzonego70g Posilek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6,	Energia:2257,15kcal białko:94,83g tłuszcze: 94,83g węglowodany: 260,41g kw. tł. Nasycone:48,19g cukry proste: 40,16 g błonnik: 18,24g sól:6,21 g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(30g) wędlina zielonogórska20g,sałata10g,pomidor 80g,kefir(200g) Alergeny:1,7,6,9,10	Manna na rosole(300ml),ziemniaki(250g),schab gotowany(130g),sos koperkowy(100g),buraczki (150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Galaretka z tartym jabłkiem(150g)	Zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona30g),serek twarogowy deliser 34g,sałatka z ogórka kiszzonego70g Posilek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2155,94 kcal białko:101,42 g tłuszcze: 74,24g węglowodany: 227,17 g kw. tł. Nasycone: 44,01g cukry proste 49,96g błonnik:20,67g sól: 6,43g
Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(30g) wędlina zielonogórska20g,sałata10g,pomidor 80g,kefir(200g)	Manna na rosole(300ml),ziemniaki(250g),schab gotowany(130g),sos koperkowy (100g),buraczki(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Galaretka z tartym jabłkiem (150g)	Zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),ogórek kiszony 70g Posilek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g),banan(150g) herbata(b/c),250ml	Energia: 2126,78 kcal białko: 100,07g tłuszcze: 63,98g węglowodany: 303,55g kw. tł. Nasycone: 37,22g cukry proste 56,23g błonnik:22,26g sól: 6,89g

	Alergeny:1,7,6,9,10			Alergeny:1,7,6	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(30g) wędlinazielonogórska20g,sałata10g,pomidor 80g,kefir(200g) Alergeny:1,7,6,9,10	Manna na rosole(300ml),ziemniaki(250g),schab gotowany(130g) sos koperkowy (100g),buraczki(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Galaretka z tartym jabłkiem(150g)	Zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham(90g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona30g),serek twarogowy deliser 34g,sałatka z ogórka kiszzonego70g Posiłek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2100,95 kcal białko: 99,44g tłuszcze: 75,64g węglowodany: 260,23g kw. tł. Nasycone:44,10g cukry proste 49,94g błonnik:24,74g sól: 6,17g
Płynna wzmocniona	Zupa mleczna z makaronem(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło 82%tł(20g)szynka gotowana(50g)zmiksowana,pomidor100g zblendowany Alergeny:1,7,6,9,10	Manna na rosole(300ml)(miks),ziemniaki miks(200g)schab gotowany(130g) zmiksowany z sosem(180g),sos koperkowy (100g)buraczki zmiksowane(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Jabłko pieczone zblendowane 150g kefir(200g) Alergeny:7	Zacierka na mleku(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) moczone w kawie masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g)miks,,banan(150g)zblendowane Posiłek nocny :jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 1910,15kcal białko: 94,61g tłuszcze:64,99g węglowodany: 256,36g kw. tł. Nasycone: 28,49g cukry proste 23,68g błonnik:18,94g sól: 4,71g

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

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g),wędlina podwawelska na gorąco(90g),ketchup(15g),sałatk a z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem b/j(300ml),ziemniaki(250g),ud ko pieczone(180g),surówka z kapusty czerwonej z marchewką i olejem(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Surówka z marchwi i jabłka (150g)	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),polędwica sopocka parzona(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia:2237,53kcal białko:94,13g tłuszcze: 97,09g węglowodany: 249,76g kw. tł. Nasycone:44,83g cukry proste: 30,54 g błonnik: 21,22g sól:6,0 g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g),wędlina podwawelska na gorąco(90g),ketchup(15g),sałatk a z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem b/j(300ml),ziemniaki(250g) ,udko pieczone(180g),,marchewka gotowana mini(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Surówka z marchwi i jabłka (150g)	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),polędwica sopocka parzona(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2287,94 kcal białko:98,03 g tłuszcze: 95,41g węglowodany: 265,21 g kw. tł. Nasycone: 45,07g cukry proste 30,88g błonnik:24,49g sól: 6,36g
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g),szynka gotowana(50g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9,10	Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki(250g),udko gotowane(180g),sos koperkowy (100g),marchewka mini gotowana(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Surówka z marchwi i jabłka (150g)	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),polędwica sopocka parzona(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata(b/c),250ml	Energia: 2193,26 kcal białko: 104,06g tłuszcze: 84,42g węglowodany: 262,74 g kw. tł. Nasycone: 41,26g cukry proste 31,24g błonnik:24,01g sól: 6,0g

				Alergeny:1,7,6	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(40g) pieczywo razowe 6 ziaren(60g) masło 82% tł.(20g),wędlina podwawelska na gorąco(90g),ketchup(15g),sałatk a z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem b/j(300ml),ziemniaki(250g),ud ko gotowane(180g) sos koperkowy (100g),marchewka mini gotowana(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Surówka z marchwi i jabłka (150g)	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(30g) pieczywo graham(60g) masło(82% tł) (20g),polędwica sopocka parzona(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata(b/c),250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2341,45 kcal białko: 107,84g tłuszcze: 96,9g węglowodany: 262,24g kw. tł. Nasycone:45,2g cukry proste 30,98g błonnik:30,98g sól: 6,33g
Płynna wzmocniona	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło 82%tł(20g)szynka gotowana(50g)zmiksowana,pomi dor100g zblędowany Alergeny:1,7,6,9,10	Rosół z makaronem b/j(300ml)(miks),ziemniakimi ks(200g),udko gotowane zmiksowane z sosem(180g),sos koperkowy (100g)marchewka gotowana zmiksowane(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir(200g) Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) moczone w kawie masło(82% tł) (20g),polędwica sopocka parzona(50g)miks,,ogórek świeży(80g)zblędowany Posiłek nocny :jogurt naturalny(150g) herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 1871,8kcal białko: 109,03g tłuszcze:56,66g węglowodany: 240,26g kw. tł. Nasycone: 23,82g cukry proste 31,07g błonnik:16,62g sól: 5,8g

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 kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),serek wiejski (200g)szynka z piersi indyka 20g,sałatka z pomidora z koperkiem (100g) Alergeny:1,7,6,9	Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami(300g),makaron b/j z sosem meksykańskim(łopatka mielona,fasolka szparagowa,kukurydza,marchewka,groszek zielony,koncentrat pomidorowy) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,	Deser mleczny z ryżem i jabłkiem (150g) Alergeny:7	Kasza jęczmienna na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny:,herbata b/c(250ml),serek homogenizowany naturalny(150g) Alergeny: 1,7.6,9,10	Energia: 2389,63kcal białko: 104,72g tłuszcze: 98,17g węglowodany357,14 g kw. tł. nasycone: 52,89 g cukry proste:26,45 g błonnik: 65,34g sól: 6,41g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),serek wiejski (200g)szynka z piersi indyka 20g,sałatka z pomidora z koperkiem (100g) 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,	Deser mleczny z ryżem i jabłkiem (150g) Alergeny:7	Kasza jęczmienna na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny:serek homogenizowany naturalny(150g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9,10	Energia: 2211,36 kcal białko: 105,63g tłuszcze:90,44g węglowodany: 316,27 g kw. tł. nasycone: 53,38 g cukry proste:43,61g błonnik: 58,18g sól:6,68g

Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł.(20g),szynka z piersi indyka 60g,sałatka z pomidora z koperkiem (100g) 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,	Deser mleczny z ryżem i jabłkiem (150g) Alergeny:7	Kasza jęczmienna na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:serek homogenizowany naturalny(150g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9,10	Energia: 2101,11 kcal białko: 103,94g tłuszcze:76,22g węglowodany:315,72 g kw. tł. nasycone:45,12 g cukry proste:43,34g błonnik: 58,18g sól:5,58g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło 82% tł.(20g),szynka z piersi indyka(20g serek wiejski(200g),sałatka z pomidora z koperkiem (100g) 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,	Deser mleczny z ryżem i jabłkiem (150g) Alergeny:7	Kasza jęczmienna na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:serek homogenizowany naturalny(150g,herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9,10	Energia: 2061,69 kcal białko: 102,01g tłuszcze: 81,96g węglowodany: 300,6 g kw. tł. nasycone:45,31 g cukry proste:43,34g błonnik: 62,26g sól:5,22g
Płynna wzmocniona	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie słonecznikiem(30g) masło 82% tł.(20g),szynka z piersi indyka(50g)zmiksowana,,pomidor zblendowany (100g) Alergeny:1,7,	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,	Deser mleczny z ryżem i jabłkiem (150g),miks Alergeny:7	Kasza jęczmienna na mleku(250g)miks,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g) zmiksowana,,ogórek świeży zblendowany(80g) Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9,10	Energia: 2048,7 kcal białko: 102,17g tłuszcze: 78,95g węglowodany: 302,47g kw. tł. nasycone:46,93g cukry proste:36,04 g błonnik: 55,8g sól: 4,93g

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 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g),serek fromage 40g,półdewica drobiowa(30g),sałatka z sałaty lodowej papryki i ogórka świeżego(80g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa brokułowa z makronem zabieleną śmietaną 18% (300ml),ziemniaki(250g) roladki drobiowe duszone,nadziewane cukinią i marchewką(180g)sos pieczeniowy(100g),surówka z kapusty czerwonej z olejem,marchewką i cebulą(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	jabłko(150g) jogurt naturalny(150g) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem (30g),schab Benedykta(50g),sałatka z rzodkiewki ze śmietaną 18%(80g) Posilek nocny: mus jabłko,banan,(100g),wafel ryżowy 1szt herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2231,3kcal białko:108,99g tłuszcze: 86,99g węglowodany: 256,64g kw. tł. Nasycone: 44,84g cukry proste:29,91g błonnik: 30,64g sól:6,49g
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 fromage 40g,półdewica drobiowa(30g),sałatka z sałaty lodowej i ogórka świeżego(80g),jogurt naturalny(150g) Alergeny:1,7,6,9	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g) roladki drobiowe duszone,nadziewane cukinią i marchewką(180g)sos pieczeniowy(100g) sałata z jogurtem(100g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	jabłko (150g)jogurt naturalny(150g) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem (30g),schab Benedykta(50g),pomidor(80g) Posilek nocny: mus jabłko,banan (100g),wafel ryżowy 1szt herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2071,19kcal białko:100,11g tłuszcze: 75,26g węglowodany: 253,55g kw. tł. Nasycone: 39,72g cukry proste:21,46 g błonnik: 23,76g sól:6,82g
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),,półdewica drobiowa(50g),sałatka z sałaty lodowej i ogórka świeżego(80g),serekwiejski(200 g)Alergeny:1,7,6,9	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g) pierś z kurczaka gotowana(130g)sos koperkowy(100g) sałata z jogurtem(100g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	jabłko (150g)jogurt naturalny(150g) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem (30g),schab Benedykta(50g),dżem niskosłodzony(25g),pomidor(80g) Posilek nocny: mus jabłko banan,(100g),wafel ryżowy 1szt herbata(b/c)250mlAlergeny:1,7,6	Energia: 2045,77kcal białko:106,39g tłuszcze: 64,43g węglowodany: 265,11g kw. tł. Nasycone: 39,69g cukry proste:29,68g błonnik: 43,84g sól:6,62 g

Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło 82% tł.(20g),serek fromage 40g,półdewica drobiowa(30g),sałatka z sałaty lodowej i ogórka świeżego(100g) serek wiejski(200g) Alergeny:1,7,6,9	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g)roladki drobiowe duszone,nadziewane cukinią i marchewką(180g)sos pieczeniowy(100g)sałata z jogurtem(100g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	jabłko (150g)jogurt naturalny(150g) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem (90g),schab Benedykta(50g),pomidor(100g) Posiłek nocny: mus jabłko,banan, 100g,wafel ryżowy1szt herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2109,96kcal białko:83,71g tłuszcze: 82,28g węglowodany: 264,0g kw. tł. Nasycone: 43,66g cukry proste:22,98g błonnik: 44,84g sól:6,96 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 fromage zmielony40g,półdewica drobiowa mielona(30g),ogórek świeży zblendowany(80g) Alergeny:1,7,6,9	Ryż na rosole(300ml)zmiksowany,zie mniaki (250g)zmiksowane pierś z kurczaka gotowanazmiksowana z sosem(130g)sos koperkowy(100g) marchewka gotowana150g zmiksowana,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Jabłko pieczone zblendowane (150g)jogurt naturalny(150g) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml)zmiksowana herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie moczone w herbacie(70g),schab Benedykta mielony(50g),pomidor- zblendowany(80g) Posiłek nocny: kefir (200g),mus jabłko,banan (100g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2072,75kcal białko:116,88g tłuszcze: 75,32g węglowodany: 237,35g kw. tł. Nasycone: 41,72g cukry proste:35,21 g błonnik: 21,82g sól:5,81g

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

14.11.2024					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),szynka gotowana(50g),sałata10g,ogórek świeży 40g,papryka 40g Alergeny:1,7,,9,6,10	Zupa pomidorowa z makaronem b/j zabieleną śmietaną 18%(300ml), ziemniaki (250g),zraziki duszone z łopatki wieprzowej mielonej(80g),sos pieczeniowy(100g),marchewka gotowana z kukurydzą (150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,7,3	biskopki(3szt), banan(150g) Alergeny:3,7,1	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),sałatka z kalafiora,jajka i pomidora z sosem jogurtowym z koperkiem 90g),ogonówka parzona (30g) ,Posilek nocny: serek wiejski(200g),wafelek ryżowy1szt herbata(b/c) Alergeny:1,7,,6,3	Energia2284,43 kcal białko 100,76 g tłuszcze:83,76g węglowodany:296,7 g kw. tł. nasycone: 45,04g cukry proste:21,57g błonnik 48,68g sól:6,73 g
Łatwostrawna	ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),szynka gotowana(50g),sałata 10g,ogórek świeży 80g Alergeny:1,7,,9,6,10	Zupa pomidorowa z makronem b/jzabieleną śmietaną 18%(300ml),ziemniaki (250g),zraziki duszone z łopatki wieprzowej mielonej80g),sos pieczeniowy(100g),marchewka gotowana (150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,7,3	biskopki(3szt), banan(150g) Alergeny:3,7,1	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),sałatka z kalafiora,jajka i pomidora z sosem jogurtowym z koperkiem 90g),ogonówka parzona (30g) ,Posilek nocny: serek wiejski(200g),wafelek ryżowy1szt herbata(b/c) Alergeny:1,7,,6,3	Energia2219,13 kcal białko8 98,72g tłuszcze:82,98g węglowodany:291,2 g kw. tł. nasycone: 44,63g cukry proste:20,25g błonnik 46,33g sól:6,32 g
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),szynka gotowana(50g),sałata 10g,ogórek świeży 80g Alergeny:1,7,,9,6,10	Zupa pomidorowa z makronem b/j b/śm(300ml),ziemniaki (250g),klops gotowany z łopatki wieprzowej mielonej80g),sos jarzynowy(100g),marchewka gotowana (150g) woda mineralna(250ml)	,banan(150g),jo gurt naturalny 150g Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),,ogonówka parzona (50g) ,Posilek nocny: serek wiejski(200g),wafelek ryżowy1szt	Energia2179,18 kcal białko 99,37 g tłuszcze:76,88g węglowodany:288,09 g kw. tł. nasycone: 45,37g cukry proste:19,49g błonnik 46,39g sól:6,54 g

		Alergeny:1,6,9,,3		herbata(b/c)	
				Alergeny:1,7,,6,3	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),szynka gotowana(50g),sałata10g,ogórk świeży 40g,papryka 40g Alergeny:1,7,,9,6,10	Zupa pomidorowa z makaronem b/j zabiela śmietaną 18%(300ml), ziemniaki (250g),zraziki duszone z łopatki wieprzowej mielonej(80g),sos pieczeniowy(100g),marchew ka gotowana z kukurydzą (150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,7,3	Jabłko pieczone(150g, wafel ryżowy 1szt	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),sałatka z kalafiora,jajka i pomidora z sosem jogurtowym z koperkiem 90g),ogonówka parzona (30g) ,Posiłek nocny: serek wiejski(200g),wafelek ryżowy1szt herbata(b/c) Alergeny:1,7,,6,3	Energia2284,43 kcal białko 100,76 g tłuszcze:83,76g węglowodany:296,7 g kw. tł. nasycone: 45,04g cukry proste:21,57g błonnik 48,68g sól:6,73 g
Płynna wzmocniona	ryż na mleku(250ml) miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) moczone w kawie masło 82% tł.(20g),szynka gotowana(50g) zmielona,ogórek świeży zblendowany 80g Alergeny:1,7,,9,6,10	Zupa pomidorowa z makronem b/jzabiela śmietaną 18%(300ml),miks ,ziemniaki (250g) miks,klops gotowany80g) zmiksowany,sos (100g),miks marchewka gotowana (150g) miks woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,7,3	banan(150g) zmiksowany	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) zmiksowane masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona (60g) zmielona ,Posiłek nocny: serek wiejski(200g),zmiksowany herbata(b/c) Alergeny:1,7,,6,3	Energia 1948,76 kcal białko8 88,72g tłuszcze:73,98g węglowodany:274,2 g kw. tł. nasycone: 41,63g cukry proste:18,25g błonnik 44,23g sól:5,3 g
				Alergeny:1,7,,6,3	

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	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 zabelana (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),,połędwica drobiowa(50g),sałatka z sałaty lodowej papryki i ogórka świeżego(80g),serek wiejski(200g) Alergeny:1,7,6,9	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g), ryba gotowana (130g),sos grecki(,150g),banan(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,4	Surówka z marchwi i jabłka (150g)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) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6	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
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło 82% tł.(20g),serek topiony(2szt),połędwica drobiowa(30g),sałatka z sałaty lodowej i ogórka świeżego(80g) serek wiejski(200g) Alergeny:1,7,6,9	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g), ryba gotowana (130g),sos grecki(,150g),jabłko(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,4	Surówka z marchwi i jabłka (150g)owsianka z musem truskawkowym (100g) Alergeny:1	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem (90g),schab Benedykta(50g),pomidor(80g) posiłek nocny: 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),połędwica 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),zb lendowana 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)posiłek nocny: 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 łubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne.

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g)jajko gotowane(60g)wędlina szynkowa(30g,pomidor 100g Alergeny:1,7,3,6	Zupa pomorska zabieleną śmietaną 18%(300ml) ziemniaki(250g) klops gotowany(80g) jabłko(150g),jogurt naturalny(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Deser mleczny z ryżem i jabłkiem (150g),wafel ryżowy 1szt Alergeny:7	Płatki owsiane na mleku(250ml), kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) szynka śniadaniowa(50g),ogórek świeży(50g) Posilek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml) Alergeny:1,7,6	Energia: 2170,80 kcal białko: 101,3 g tłuszcze: 87,6 g węglowodany: 336,76 g kw. tł. nasycone:56,55 g cukry proste:50,96g błonnik: 55,98g sól: 7,26g
Łatwostrawna	Zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),jajko gotowane(60g),wędlina szynkowa 30g,pomidor(100g Alergeny:1,7,3,6	Zupa pomorska zabieleną śmietaną 18%(300ml) ziemniaki(250g) klops gotowany(80g) jabłko(150g),jogurt naturalny(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Deser mleczny z ryżem i jabłkiem (150g),wafel ryżowy 1szt Alergeny:7	Płatki owsiane na mleku(250ml), kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) szynka śniadaniowa(50g),ogórek świeży(50g) Posilek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml) Alergeny:1,7,6	Energia: 2170,80 kcal białko: 101,3 g tłuszcze: 87,6 g węglowodany: 336,76 g kw. tł. nasycone:56,55 g cukry proste:50,96g błonnik: 55,98g sól: 7,26g
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g)wędlina szynkowa(50g))dżem wiśniowy-1szt (25g),pomidor(100g) Alergeny:1,7,6	Zupa pomorska bez śmietany(300ml) ziemniaki(250g) klops gotowany(80g) jabłko(150g),jogurt naturalny woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Deser mleczny z ryżem i jabłkiem (150g),wafel ryżowy 1szt Alergeny:7	Płatki owsiane na mleku(250ml), kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) szynka śniadaniowa(50g),ogórek świeży(50g) Posilek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml)	Energia: 2026,72 kcal białko: 99,36g tłuszcze: 74,06 g węglowodany: 333,91g kw. tł. nasycone:46,70g cukry proste:52,18g błonnik:55,81g sól:6,21g

				Alergeny:1,7,6	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł,(20)wędlna szynkowa(30g),jajko gotowane(60g),pomidor(100g) Alergeny:1,7,6,3	Zupa pomorska zabieleną śmietaną 18%(300ml) ziemniaki(250g) klops gotowany(80g) jabłko(150g),jogurt naturalny(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Deser mleczny z ryżem i jabłkiem (150g),wafel ryżowy 1szt Alergeny:7	Płatki owsiane na mleku(250ml), kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo z razowe(90g) masło(82% tł) (20g) szynka śniadaniowa(50g),ogórek świeży(50g) Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml) Alergeny:1,7,6	Energia: 2140,21 kcal białko: 116,20g tłuszcze: 84,77g węglowodany: 319,96 g kw. tł. nasycone: 53,38 g cukry proste: 46,78 g błonnik: 82,55g sól: 7,31g
Płynna wzmocniona	Zacierka na mleku(250ml)(miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno- żytnie(70g),moczone w kawie masło 82% tł,(20)twarożek półtłusty100g zmiksowany,zielonogórska20g ,zmielone18%(120g),pomidor (100g)zblendowany Alergeny:1,7,6	Zupa pomorska(300ml)zmiksowa ne ziemniaki(250g),zmiksowa ne klops gotowany(80g) zmiksowany jabłko(150g),zblendowane woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Deser mleczny z ryżem i jabłkiem (150g),zmiksow any Alergeny:7	Płatki owsiane na mleku(250ml),miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) moczone w kawie masło(82% tł) (20g) szynka śniadaniowa(50g) zmiksowana,ogórek świeży(50g),zblendowany Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml) Alergeny:1,7,6	Energia: 2020,05 kcal białko: 111,25g tłuszcze: 78,85g węglowodany: 310,66 g kw. tł. nasycone: 51,15 g cukry proste: 52,22 g błonnik: 51,72 g sól: 5,39g

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