

## Od 26 października 2023 do 4 listopada 2023, Dieta podstawowa

Dzień	26 października 2023 Czwartek	27 października 2023 Piątek	28 października 2023 Sobota	29 października 2023 Niedziela	30 października 2023 Poniedziałek	31 października 2023 Wtorek	1 listopada 2023 Środa	2 listopada 2023 Czwartek	3 listopada 2023 Piątek	4 listopada 2023 Sobota
<b>Śniadanie/II śniadanie</b>	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml(zboża zawierające <b>gluten, orzechy, orzeszki ziemne, soja, sezam, seler, mleko</b> ), Szynka mozaikowa NIK-POL 40g, Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Mandarynka 70g, Herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, jaja, gorczyca, mleko</b> ), Pasta z tuńczyka i twarogu 60g( <b>ryba, soja, mleko</b> ), Pomidor 50g, Rukola 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Połędwica z pasieki NIK-POL 50g, Mix salat 10g, Pomidorki cherry 20g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Pasta z makreli w pomidorach i twarogu z dodatkiem oleju roślinnego 60g( <b>ryba, zboża</b> zawierające <b>gluten, mleko, jaja, seler, soja, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki</b> ), Rukola 10g, Pomidor 50g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Szynka z pasieki NIK-POL 40g, Ogórek świeży 50g, Roszponka 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Pomarańcza 130g, Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Pasta z twarogu i natki pietruszki 70g( <b>mleko</b> ), Pomidor 50g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa mleczna z zacierką 350ml(zboża zawierające <b>gluten, jaja, mleko</b> ), Galaretka drobiowa 150g( <b>seler</b> ), Cytryna 10g, Sałata zielona 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Mus jabłko, cynamon, kasza jaglana Tymbark 100g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Dżem 25g, Jabłko 100g, Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Sałatka jarzynowa 150g( <b>jaja, mleko, seler</b> ), Pomidor 50g, Rukola 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Piecówka z Bobrownik NIK-POL 40g, Pomidor 50g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml
<b>Obiad/ Podwieczorek</b>	Zupa z cukinii z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, seler, mleko, jaja</b> ), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g(110g/40g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z tłuszczem 200g, Surówka z buraka i jabłka z olejem roślinnym 120g, Brokuł 50g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Zupa fasolowa z warzywami 350ml(zboża zawierające <b>gluten, seler, mleko</b> ), Filet z morszczuka smażony 100g(zboża zawierające <b>gluten, ryba, jaja</b> ), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g( <b>seler, gorczyca</b> ), Ziemniaki z tłuszczem 200g, Jabłko 100g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Zupa solferino 350ml(zboża zawierające <b>gluten, seler, mleko</b> ), Gulasz wieprzowy gotowany 150g(80g/70g)(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kasza jęczmienna 200g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Sałatka z pomidorów ze śmietaną 120g( <b>mleko</b> ), Kalafior 50g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Krupnik z kaszy jęczmiennej 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, seler</b> ), Pieczeń ze schabu 100g(75g/25g)(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Ziemniaki z tłuszczem 200g, Sałatka z pomidorów ze śmietaną 120g( <b>mleko</b> ), Kalafior 50g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, soja, seler</b> ), Makaron 200g(zboża zawierające <b>gluten, jaja, soja</b> ), Szynka wieprzowa, mielona, duszona z sosem warzywno-pomidorowym 150g(80g/70g)(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Sałata zielona z olejem roślinnym 80g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Zupa makaronowa bez zabelania 350ml(zboża zawierające <b>gluten, seler, jaja</b> ), Gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 150g(90g/60g)(zboża zawierające <b>gluten, seler</b> ), Ziemniaki z tłuszczem 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem roślinnym 120g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, seler</b> ), Pulpet gotowany wieprzowo-drobiowy w sosie warzywno-pomidorowym 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja, seler</b> ), Kasza jęczmienna z olejem roślinnym 200g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Sałatka z buraka i jabłka z olejem roślinnym 120g, Brokuł 50g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Pomidorowa z ryżem i ciecierzycą 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, seler</b> ), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100/50)(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Ziemniaki z tłuszczem 200g, Marchew zagęszczana z dodatkiem oleju roślinnego 120g(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Barszcz czerwony z ziemniakami i ciecierzycą 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, seler</b> ), Makaron ze szpinakiem i serem z dodatkiem oleju roślinnego 350g(250g/100g) (zboża zawierające <b>gluten, jaja, soja, mleko</b> ), Gruszka 120g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Zupa pieczarkowa 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, seler</b> ), Bitka ze schabu w sosie własnym 140g(90g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Kasza gryczana 200g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Sałata zielona z olejem roślinnym 100g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )
<b>Kolacja/Posilek nocny</b>	Połodwica z pasieki NIK-POL 50g, Papryka 50g, Rukola 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Miód 25g, Kawa zabeliana 250ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> )	Pasta jajeczna 80g( <b>jaja, mleko</b> ), Jogurt owocowy 100g( <b>mleko</b> ), Sałata zielona 10g, Papryka czerwona 30g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Udziec z indyka w galarecie, Łukosz 50g( <b>soja, mleko, seler, gorczyca</b> ), Roszponka 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Jabłko 100g, Kakao 250ml(zboża zawierające <b>gluten, soja, mleko</b> )	Szynka mozaikowa NIK-POL 50g, Sałata zielona 10g, Jabłko 120g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kawa zabeliana 250ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> )	Kielbasa żywiecka ze spiżarni NIK-POL 30g, Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kakao 250ml(zboża zawierające <b>gluten, soja, mleko</b> )	Indyk z pasieki NIK-POL 40g, Papryka świeża 30g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kakao 250ml(zboża zawierające <b>gluten, soja, mleko</b> )	Tatrzaska z Zapiecka NIK-POL 40g, Ogórek świeży 60g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kawa zabeliana 250ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> )	Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 80g( <b>ryba, soja, mleko</b> ), Roszponka 10g, Jogurt naturalny 100g( <b>mleko</b> ), Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Pasta z ryby, śledź w sosie pomidorowym z dodatkiem twarogu 60g( <b>ryba, zboża</b> zawierające <b>gluten, soja, mleko, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki</b> ), Sałata zielona 10g, Papryka konserwowa 30g( <b>dwutlenek siarki, siarczyny, gorczyca, seler</b> ), Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kakao 250ml(zboża zawierające <b>gluten, soja, mleko</b> )	Ser żółty 10g( <b>mleko</b> ), Jajko gotowane 50g( <b>jaja</b> ), Rukola 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kawa zabeliana 250ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Kiwi 60g