

**Dieta podstawowa (1)**

<b>Śniadanie/II śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z ryżem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Polędwica z pasieki NIK-POL 50g, Papryka świeża 50g, Ogórek świeży 30g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb żytni, razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, seler</b> ), Kotlet mielony z łopatki wieprzowej smażony 100g(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z kapusty białej z olejem roślinnym 140g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Tatrzaska drobiowa z Zapiecka NIK-POL 40g, Pomidor 50g, Pasta z twarogu z koperkiem 50g( <b>mleko</b> ), Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kakao 250ml(zboża zawierające <b>gluten, soja, mleko</b> ), Jabłko 150g

**Dieta łatwostrawna (2)**

<b>Śniadanie/II śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z ryżem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Polędwica z pasieki NIK-POL 50g, Sałata zielona 10g, Pomidor 50g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, jaja, soja, seler</b> ), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 120g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Tatrzaska drobiowa z Zapiecka 60g, Pomidor 50g, Pasta z twarogu z koperkiem 50g( <b>mleko</b> ), Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kakao 250ml(zboża zawierające <b>gluten, soja, mleko</b> ), Jabłko 120g

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Polędwica z pasieki NIK-POL 60g, Sałata zielona 10g, Pomidor 30g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Jogurt naturalny Skyr 150g( <b>mleko</b> ), Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, soja, jaja, seler</b> ), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 100g, Herbata 250ml	Tatrzaska drobiowa z Zapiecka NIK-POL 40g, Pomidor 30g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Pasta z twarogu z koperkiem 30g( <b>mleko</b> )

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Polędwica z pasieki NIK-POL 60g, Sałata zielona 10g, Pomidor 30g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Jogurt naturalny Skyr 150g( <b>mleko</b> ), Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, soja, jaja, seler</b> ), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 120g, Herbata 250ml, Kanapka z jajkiem, pomidorem i margaryną 70g(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> )	Tatrzaska drobiowa z Zapiecka NIK-POL 50g, Pomidor 50g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Pasta z twarogu z koperkiem 50g( <b>mleko</b> )

**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Polędwica z pasieki NIK-POL 60g, Sałata zielona 10g, Pomidor 30g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Bułka grahamka 80g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Jogurt naturalny Skyr 150g( <b>mleko</b> )+otręby owsiane 20g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, jaja, soja, seler</b> ), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 120g, Herbata 250ml, Kanapka z wędliną, pomidorem i margaryną 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> )	Tatrzaska drobiowa z Zapiecka NIK-POL 50g, Pomidor 50g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Bułka grahamka 80g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Pasta z twarogu z koperkiem 40g( <b>mleko</b> )

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kwasów tłuszczowych (7)**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Polędwica z pasieki NIK-POL 80g, Sałata zielona 10g, Pomidor 30g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Chleb razowy 120g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Jogurt SKYR naturalny 150g( <b>mleko</b> ), Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem bez zabielenia 350ml(zboża zawierające <b>gluten, jaja, soja, seler</b> ), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 120g, Herbata 250ml	Tatrzaska drobiowa z Zapiecka NIK-POL 60g, Pomidor 50g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Chleb razowy 120g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Pasta z twarogu z koperkiem 30g( <b>mleko</b> )

**Dieta bogatobiałkowa (9)**

<b>Śniadanie/II śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z ryżem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Polędwica z pasieki NIK-POL 60g, Sałata zielona 10g, Pomidor 30g, Jogurt Skyr 150g( <b>mleko</b> ), Masło 10g( <b>mleko</b> ), Bułka grahamka 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, jaja, soja, seler</b> ), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 120g, Kompot 250ml( <b>seler</b> ), Kanapka z wędliną, pomidorem i margaryną 70g (zboża zawierające <b>gluten</b> )	Tatrzaska drobiowa z Zapiecka NIK-POL 70g, Pomidor 50g, Pasta z twarogu z koperkiem 40g( <b>mleko</b> ), Margaryna Rama 100% Roślinna 10g, Bułka grahamka 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Jabłko 120g

**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)**

<b>Śniadanie/II śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczerek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z ryżem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Polędwica z pasieki NIK-POL 60g, Sałata zielona 10g, Pomidor 30g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Jogurt wymieszany truskawkowy 135g( <b>mleko</b> ), Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem bez zabielenia 350ml(zboża zawierające <b>gluten, jaja, soja, seler</b> ), Pulpet drobiowy gotowany 150g(110/40) (zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki 200g, Surówka z marchwi i jabłka 140g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Szynka wiejska NIK-POL 70g, Pomidor 50g, Margaryna Rama 100% Roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 120g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Dżem 25g

**Dieta bezmleczna (11)**

<b>Śniadanie/II śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczerek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa z ryżem bez zabielenia 350ml(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Polędwica z pasieki NIK-POL 80g, Sałata zielona 10g, Margaryna Rama 100% Roślinna 20g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem bez zabielenia 350ml(zboża zawierające <b>gluten, jaja, soja, seler</b> ), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 150g, Jabłko 100g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Tatrzaska drobiowa z Zapiecka NIK-POL 50g, Pomidor 50g, Margaryna Rama 100% Roślinna 20g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Dżem 25g

**Dieta papkowata (12)**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja</b>
Zupa z ryżem 350ml(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Schab gotowany 40g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Bułka pszenna 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, jaja soja, seler</b> ), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Mus owocowy 200g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Zupa ziemniaczana 350ml(zboża zawierające <b>gluten, seler</b> ), Mięso z ud kurczaka gotowane 50g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Bułka pszenna 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kakao 250ml(zboża zawierające <b>gluten, soja, mleko</b> )

**Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji - płynna wzmocniona (14)**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja</b>
Zupa z ryżem 350ml(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Schab gotowany 40g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Bułka pszenna 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, soja, jaja, seler</b> ), Pulpet wieprzowo-drobiowy gotowany w sosie 150g(120g/30g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Mus owocowy 100g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Zupa ziemniaczana 350ml(zboża zawierające <b>gluten, seler</b> ), Mięso z fileta drobiowego gotowane 130g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Bułka pszenna 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kakao 250ml(zboża zawierające <b>gluten, soja, mleko</b> )

**Dieta bezglutenowa (11)**

<b>Śniadanie/II śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczerek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z ryżem 350ml( <b>mleko</b> ), Polędwica z pasieki NIK-POL 80g, Sałata zielona 10g, Pomidor 30g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb bezglutenowy, jasny 120g( <b>soja, sezam</b> ), Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem bezglutenowym 350ml( <b>mleko, seler</b> ), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 150g(100g/50g)( <b>jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 150g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Tatrzaska drobiowa z Zapiecka 70g, Pomidor 50g, Margaryna Rama 100% Roślinna 10g, Chleb bezglutenowy, jasny 120g( <b>soja, sezam</b> ), Herbata 250ml, Mus owocowy 100g

**Dieta wegetariańska (11)**

<b>Śniadanie/II śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczerek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z ryżem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Serek wiejski 200g( <b>mleko</b> ), Sałata zielona 10g, Pomidor 30g, Margaryna Rama 100% Roślinna 10g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, jaja, soja, seler</b> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą gotowany 200g(zboża zawierające <b>gluten, seler</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego i koperku 200g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 150g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Sałatka wiosenna 180g( <b>mleko</b> ), Margaryna Rama 100% Roślinna 10g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Pomidor 50g

**Dieta niskobiałkowa (10)**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Sałatka z ryżu i warzyw z oliwą 200g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Sałata zielona 10g, Margaryna Rama 100% Roślinna 10g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Jabłko 80g, Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, soja, jaja, mleko, seler</b> ), Kopytka bez twarogu 350g(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Sałatka z pomidorów z olejem roślinnym 130g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Pomidor 50g, Roszponka 10g, Margaryna Rama 100% Roślinna 10g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Kisiel o smaku truskawkowym 200g(zboża zawierające <b>gluten, soja, mleko, orzechy laskowe</b> )

**Dieta ubogoenergetyczna 1200kcal (8)**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Polędwica z pasieki NIK-POL 70g, Sałata zielona 10g, Margaryna Rama 100% Roślinna 10g, Chleb razowy 60g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Jogurt naturalny 100g( <b>mleko</b> )+siemię lniane 10g, Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem bez zabielenia 350ml(zboża zawierające <b>gluten, soja, jaja, seler</b> ), Pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany bez sosu 100g(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki 120g, Sałatka z pomidorów z olejem roślinnym 100g, Ogórek 100g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Tatrzaska drobiowa z Zapiecka 60g, Pomidor 50g, Margaryna Rama 100% Roślinna 10g, Chleb razowy 60g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Papryka świeża 50g

**Dieta podstawowa dzieci (P1)**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z ryżem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Polędwica z pasieki NIK-POL 50g, Sałata zielona 10g, Pomidor 50g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, jaja, soja, seler</b> ), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 120g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Tatrzaska drobiowa z Zapiecka 60g, Pomidor 50g, Pasta z twarogu z koperkiem 50g( <b>mleko</b> ), Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kakao 250ml(zboża zawierające <b>gluten, soja, mleko</b> ), Jabłko 120g

**Dieta podstawowa dzieci (P1) 70%**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z ryżem 245ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Polędwica z pasieki NIK-POL 35g, Sałata zielona 7g, Pomidor 35g, Masło 7g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 175ml	Zupa pomidorowa z makaronem 245ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, jaja, soja, seler</b> ), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 105g(70g/35g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 84g, Kompot 175ml( <b>seler</b> )	Tatrzańska drobiowa z Zapiecka 42g, Pomidor 35g, Pasta z twarogu z koperkiem 35g( <b>mleko</b> ), Masło 7g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kakao 175ml(zboża zawierające <b>gluten, soja, mleko</b> ), Jabłko 84g

**Dieta podstawowa dzieci (P1) 50%**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z ryżem 175ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Polędwica z pasieki NIK-POL 25g, Sałata zielona 5g, Pomidor 25g, Masło 5g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 125ml	Zupa pomidorowa z makaronem 175ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, jaja, soja, seler</b> ), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 75g(50g/25g) (zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 60g, Kompot 125ml( <b>seler</b> )	Tatrzańska drobiowa z Zapiecka 30g, Pomidor 25g, Pasta z twarogu z koperkiem 25g( <b>mleko</b> ), Masło 5g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kakao 125ml(zboża zawierające <b>gluten, soja, mleko</b> ), Jabłko 60g

**Dieta łatwostrawna dzieci (P2)**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z ryżem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Polędwica z pasieki NIK-POL 50g, Sałata zielona 10g, Pomidor 50g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, jaja, soja, seler</b> ), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 120g, Kompot 250ml( <b>seler</b> )	Tatrzańska drobiowa z Zapiecka 60g, Pomidor 50g, Pasta z twarogu z koperkiem 50g( <b>mleko</b> ), Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kakao 250ml(zboża zawierające <b>gluten, soja, mleko</b> ), Jabłko 120g

**Dieta łatwostrawna dzieci (P2) 70%**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z ryżem 245ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Polędwica z pasieki NIK-POL 35g, Sałata zielona 7g, Pomidor 35g, Masło 7g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 175ml	Zupa pomidorowa z makaronem 245ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, jaja, soja, seler</b> ), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 105g(70g/35g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 84g, Kompot 175ml( <b>seler</b> )	Tatrzańska drobiowa z Zapiecka 42g, Pomidor 35g, Pasta z twarogu z koperkiem 35g( <b>mleko</b> ), Masło 7g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kakao 175ml(zboża zawierające <b>gluten, soja, mleko</b> ), Jabłko 84g

**Dieta łatwostrawna dzieci (P2) 50%**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z ryżem 175ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Polędwica z pasieki NIK-POL 25g, Sałata zielona 5g, Pomidor 25g, Masło 5g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 125ml	Zupa pomidorowa z makaronem 175ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, jaja, soja, seler</b> ), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 75g(50g/25g) (zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 60g, Kompot 125ml( <b>seler</b> )	Tatrzańska drobiowa z Zapiecka 30g, Pomidor 25g, Pasta z twarogu z koperkiem 25g( <b>mleko</b> ), Masło 5g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Kakao 125ml(zboża zawierające <b>gluten, soja, mleko</b> ), Jabłko 60g

**Dieta podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji (C1)**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja</b>
Zupa mleczna z ryżem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Polędwica z pasieki NIK-POL 60g, Sałata zielona 10g, Pomidor 30g, Jogurt Skyr 150g( <b>mleko</b> ), Masło 10g( <b>mleko</b> ), Bułka grahamka 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, jaja, soja, seler</b> ), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 120g, Kompot 250ml( <b>seler</b> ), Kanapka z wędliną, pomidorem i margaryną 70g (zboża zawierające <b>gluten</b> )	Tatrzańska drobiowa z Zapiecka NIK-POL 70g, Pomidor 50g, Pasta z twarogu z koperkiem 40g( <b>mleko</b> ), Margaryna Rama 100% Roślinna 10g, Bułka grahamka 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Jabłko 120g

**Dieta łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji (C2)**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja</b>
Zupa mleczna z ryżem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Polędwica z pasieki NIK-POL 60g, Sałata zielona 10g, Pomidor 30g, Jogurt Skyr 150g( <b>mleko</b> ), Masło 10g( <b>mleko</b> ), Bułka grahamka 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, jaja, soja, seler</b> ), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 120g, Kompot 250ml( <b>seler</b> ), Kanapka z wędliną, pomidorem i margaryną 70g (zboża zawierające <b>gluten</b> )	Tatrzańska drobiowa z Zapiecka NIK-POL 70g, Pomidor 50g, Pasta z twarogu z koperkiem 40g( <b>mleko</b> ), Margaryna Rama 100% Roślinna 10g, Bułka grahamka 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Jabłko 120g

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji (C3)**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja</b>
Polędwica z pasieki NIK-POL 100g, Sałata zielona 10g, Pomidor 30g, Jogurt Skyr 150g( <b>mleko</b> ), Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, jaja, soja, seler</b> ), Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 170g(120g/50g)(zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 120g, Herbata 250ml, Kanapka z wędliną, pomidorem i margaryną 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> )	Tatrzańska drobiowa z Zapiecka NIK-POL 100g, Pomidor 50g, Margaryna Rama 100% Roślinna 20g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Pasta z twarogu z koperkiem 60g( <b>mleko</b> )

## Wartości odżywcze:

### Dieta podstawowa

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2022,85	77,8	64,24	23,73	280,11	250,69	51,87	29,42	2323,65	5,8

### Dieta łatwostrawna

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2027,8	81,35	59,65	23,61	292,76	268,19	52,16	24,57	2319,25	5,78

### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1725,75	86,16	64,14	20,78	197,78	172,63	22,58	25,17	1900,75	4,73

### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2024,9	97,12	77,29	23,87	230,95	201,72	27,28	29,24	2185,6	5,44

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2004,55	99,95	77,76	19,39	230,29	204,48	25,56	25,81	2376,8	5,9

### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kwasów tłuszczowych

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2053,05	97,76	79,37	17,02	233,81	203,81	27,05	30	2452,2	6,09

### Dieta bogatobiałkowa

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2241,82	114,06	65,95	24,18	304,1	273,5	58,88	30,59	2699,54	6,73

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2001,35	91,86	39,6	13,67	320,32	297,12	46,71	23,19	2831,65	7,06

### Dieta bezmleczna

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2017,45	75,08	67,42	16,31	283,1	256,77	45,21	26,32	2634,35	6,56

### Dieta papkowata

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2036,05	78,97	61,44	20,29	295,13	272,15	45,81	22,98	1691,75	4,21

### Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji - płynna wzmocniona

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2074,7	103,12	64,21	20,37	270,66	250,01	40,36	20,65	1702,45	4,24

### Dieta bezglutenowa

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2030,25	76,57	67,64	20,72	277,79	250,31	53,8	27,7	2859,65	7,11

**Dieta wegetariańska**

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2012,51	72,39	67,1	20,89	280,49	243,88	52,36	36,62	2389,09	5,92

**Dieta niskobiałkowa**

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2078,7	43,95	71,63	11,61	315,94	291,61	30,56	24,33	1392,9	3,43

**Dieta ubogoenergetyczna 1200kcal**

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1225,43	68,48	42,95	12,28	139,46	119,62	23,06	19,84	1825,63	4,57

**Dieta podstawowa dzieci**

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2007,8	81,35	59,65	23,61	287,76	263,19	47,16	24,57	2319,25	5,78

**Dieta podstawowa dzieci 70%**

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1405,46	56,94	41,75	16,53	201,43	184,23	33,01	17,2	1623,48	4,05

**Dieta podstawowa dzieci 50%**

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1003,9	40,67	29,82	11,8	143,88	131,6	23,58	12,28	1159,63	2,89

**Dieta łatwostrawna dzieci**

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2007,8	81,35	59,65	23,61	287,76	263,19	47,16	24,57	2319,25	5,78

**Dieta łatwostrawna dzieci 70%**

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1405,46	56,94	41,75	16,53	201,43	184,23	33,01	17,2	1623,48	4,05

**Dieta łatwostrawna dzieci 50%**

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1003,9	40,67	29,82	11,8	143,88	131,6	23,58	12,28	1159,63	2,89

**Dieta podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji**

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2241,82	114,06	65,95	24,18	304,1	273,5	58,88	30,59	2699,54	6,73

**Dieta łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji**

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2241,82	114,06	65,95	24,18	304,1	273,5	58,88	30,59	2699,54	6,73

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji**

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2159,9	126,28	73,01	25,49	245,82	214	29,79	31,81	3262,4	8,13

\* substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zaznaczono pogrubionym drukiem w odniesieniu do załącznika

\* możliwe odchylenia +/- 10 %