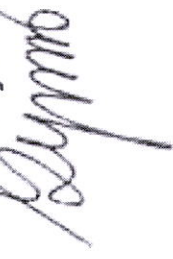


Dieta podstawowa

| | | | | | | | | | |
|---|--|--|--|---|---|---|---|---|--|
| Środa 24.04.2024 r. | Czwartek 25.04.2024 r. | Piątek 26.04.2024 r. | Sobota 27.04.2024 r. | Niedziela 28.04.2024 r. | Poniedziałek 29.04.2024 r. | Wtorek 30.04.2024 r. | Środa 01.05.2024 r. | Czwartek 02.05.2024 r. | Piątek 03.05.2024 r. |
| Śniadanie/II Śniadanie | Śniadanie | Śniadanie | Śniadanie | Śniadanie | Śniadanie | Śniadanie | Śniadanie | Śniadanie | Śniadanie |
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, sałata lodowa 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta jajeczna 80g (jaja, mleko), rozszonka, papryka, herbata 250ml | Zupa jaglana 350ml (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta jajeczna 80g (jaja, mleko), rozszonka, papryka, herbata 250ml | Zupa mączna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, sałata masłowa herbata 250ml | Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), galaretki drobiowa 150g (seler), cytryna 10g, rukola 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml | Zupa mleczna z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z twarogu z natką pietruszki 60g (mleko), papryka 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml | Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), jajka, chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 50g (jaja), sos chrzanowy 100g (zboża zawierające gluten, mleko), papryka 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml | Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 50g (jaja), sos chrzanowy 100g (zboża zawierające gluten, mleko), papryka 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml | Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml |
| Obiad/ Podwieczorek | Obiad/ Podwieczorek | Obiad/ Podwieczorek | Obiad/ Podwieczorek | Obiad/ Podwieczorek | Obiad/ Podwieczorek | Obiad/ Podwieczorek | Obiad/ Podwieczorek | Obiad/ Podwieczorek | Obiad/ Podwieczorek |
| Zupa gryskowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gotowana 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, marchewka z groszkiem 120g, sałata lodowa 10g (zboża zawierające gluten), kompot 250 (seler), | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), kollet mielony wieprzowy smażony 90g (zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, kompot 250ml | Zupa pomidorowa z ryżem i ciecierzycą 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko, seler), makaron twarogiem 250g (zboża zawierające gluten, mleko), mix sałat z dodatkiem oleju roślinnego 70g, kompot 250ml (seler), | Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z białej kapusty i marchewki 125g (mleko, jaja), kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g, kompot 250ml (seler) | Rosół z makaronem 350 (zboża zawierające gluten, mleko, seler), udko drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, rozszonka 10g, kompot 250ml (seler), | Fasolowa ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bitka wieprzowa w sosie gotowana 110g (80g/30g), (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałata z buraka i jabłka 120g, rukola 10g, kompot 250ml (seler) | Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet wieprzowy gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja), surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (seler) | Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), ryż z jabłkami, prążonymi i cynamonem 300g, kompot 250 ml (seler), sos budyńowy (mleko) 100ml, mandarynka 70g | Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego, surówka z kapusty kiszzonej 100g, plasty buraka 50g, kompot 250ml (seler) | Zupa pieczarkowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), ryba pieczona 100 g warzywa po grecku 150g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rozszonka 10g, kompot 250ml (seler), |
| Kolacja/ II Kolacja | Kolacja/ II Kolacja | Kolacja/ II Kolacja | Kolacja/ II Kolacja | Kolacja/ II Kolacja | Kolacja/ II Kolacja | Kolacja/ II Kolacja | Kolacja/ II Kolacja | Kolacja/ II Kolacja | Kolacja/ II Kolacja |
| Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), kompot 250ml (mleko), kakao 250ml (mleko), | Szynka 50g (soja, mleko, seler, gorczyca), masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 100g (mleko, jaja), seler, pomidor 50g, kawa zbożowa zabieleną 250ml (mleko), | Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 150g, (seler, mleko, jaja), kakao 250ml (mleko), pomidor 50g | Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 60g (zboża zawierające gluten, soja, sezam, mleko, jaja, ryba, gorczyca dwutlenek siarki), ogórek świeży 50g, kawa zabieleną 250ml (mleko), Kiwi 80g | Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 25g, pomidor 50g, kakao 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jablko 100g | Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 25g, pomidor 50g, herbata 250ml (mleko), Jogurt naturalny 100g(mleko) | Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, pomarańcza 120g | Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, rukola 10g, kawa zabieleną (zboża zawierające gluten, mleko) 250ml, mandarynka 70g | Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 25g, papryka 50g, kakao 250ml (mleko), kiwi 80g | Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 25g, papryka 50g, kakao 250ml (mleko), kiwi 80g |

DIETETYK KLINICZNY

mgr Paulina Szymula



- * substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zaznaczono pogrubionym drukiem w odniesieniu do załącznika
- * możliwe odchylenia +/- 10 %
- * kuchnia zastrzega sobie prawo do możliwości wymiany potrawy, składnika lub produktu z powodu przyczyn niezależnych od niej – sytuacje losowe

mgr inż.
MARIOLA BŁACHWORZĄNSKA
DIETETYK

Dieta łatwostrawna

| | | | | | | | | | | |
|------------------------|---|--|--|--|---|---|--|---|---|---|
| Środa 24.04.2024 r. | Czwartek 25.04.2024 r. | Piątek 26.04.2024 r. | Sobota 27.04.2024 r. | Niedziela 28.04.2024 r. | Poniedziałek 29.04.2024 r. | Wtorek 30.04.2024 r. | Środa 01.05.2024 r. | Czwartek 02.05.2024 r. | Piątek 03.05.2024 r. | |
| Śniadanie/II Śniadanie | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 25g, rozszponka, pomidor 50g, herbata 250ml | Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 25g, rozszponka, pomidor 50g, herbata 250ml | Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml | Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), galarełka drobiowa 150g (seler), cytryna 10g, rukola 10g, herbata 250ml | Zupa mleczna z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z twarogu z natką pietruszki 60g (mleko), sałata masłowa 10g, herbata 250ml | Zupa mleczna z makaronem (zboża zawierające gluten, mleko), pulpet wieprzowy gotowany 150g (80g/30g), (zboża zawierające gluten, jaja) marchewka mini gotowana 100g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (seler) | Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), pulpet wieprzowy gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja) marchewka mini gotowana 100g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (seler) | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml | Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml | Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twaróg w plasterkach 10g, pomidor 50g, herbata 250ml |
| Obiad/ Podwieczorek | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), zrazik mielony wieprzowy gotowany 90g (zboża zawierające gluten, jaja, seler), ryż 200g, ziemniaki z dodatkami oleju 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, kompot 250ml | Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron z twarogiem 250g (zboża zawierające gluten, mleko), kompot 250ml, mix sałat 10g, (seler), | Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), udko pieczone 100g, ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200g, surówka z selera i buraka 120g, roszonek 10g, kompot 250ml (seler), | Rosół z makaronem 350 (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bitka wieprzowa w sosie 110g (80g/30g), (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałata z buraka i jabłka 120g, rukola 10g kompot 250ml (seler) | Ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bitka wieprzowa w sosie 110g (80g/30g), (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałata z buraka i jabłka 120g, rukola 10g kompot 250ml (seler) | Zupa ryżowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet wieprzowy gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja) marchewka mini gotowana 100g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (seler) | Zupa mleczna z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200ml, zielona z siemieniem lnianym 100g, plasterki buraka 50g, kompot 250ml (seler) | Barszcz czerwonony z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), ryż z jabłkami prازیonymi i cynamonem 300g, sos budyniowy 100ml (mleko), kompot 250 ml (seler), mandaryna 70g | Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200ml, zielona z siemieniem lnianym 100g, plasterki buraka 50g, kompot 250ml (seler) | Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), ryba pieczona 100g warzywa po grecku 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200ml, rozszponka 10g, kompot 250ml (seler), |
| Kolacja/ II Kolacja | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twaróg 50g (mleko), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), jabłko 100g | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałata jarzynowa 150g, (seler, mleko, jaja), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), mus owocowo-warzywny 100g | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 60g (zboża zawierające gluten, soja, sezam, mleko, jaja, ryba, gorczyca dwutlenek siarki), mix sałat 10g, kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Kiwi 80g | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 25g, herbata 250ml, pomidor 50g (seler), cytryna 10g, kakao 250ml (mleko), Jabłko 100g | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 25g, herbata 250ml, pomidor 50g (seler), cytryna 10g, kakao 250ml (mleko), pomarańcza 120g | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 25g, herbata 250ml, pomidor 50g (seler), cytryna 10g, kakao 250ml (mleko), kompot 250ml (seler) | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (seler), mandaryna 70g | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (seler), mandaryna 70g | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 25g, pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), kiwi 80g | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 25g, pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), kiwi 80g |

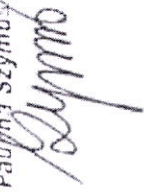
* substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zaznaczono pogrubionym drukiem w odniesieniu do załącznika

* możliwe odchylenia +/- 10 %

*Kuchnia zastrzega sobie prawo do możliwości wymiany potrawy, składnika lub produktu z powodu przyczyn niezależnych od niej – sytuacje losowe

DIETETYK KLINICZNY

mgr Paulina Szymba



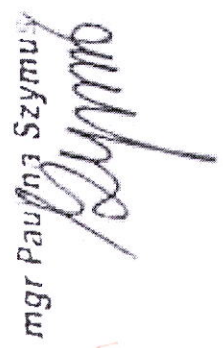
mgr inż. ANETA DUBOWA
D I E T E T Y K

Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa

| | Środa 24.04.2024 r. | Czwartek 25.04.2024 r. | Piątek 26.04.2024 r. | Sobota 27.04.2024 r. | Niedziela 28.04.2024 r. | Poniedziałek 29.04.2024 r. | Wtorek 30.04.2024 r. | Środa 01.05.2024 r. | Czwartek 02.05.2024 r. | Piątek 03.05.2024 r. | |
|------------------------|--|---|---|---|---|--|--|--|--|---|--|
| Śniadanie/II Śniadanie | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, sałata lodowa 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, sałata lodowa 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta jajeczna 80g (jaja, mleko), rozszponka, papryka, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), galaretki drobiowa 150g (selel), cytryna 10g, rukola 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z pietruszki 60g (mleko), papryka 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 50g (jaja), sos chizzanoowy 100g (zboża zawierające gluten, mleko), papryka 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 50g (jaja), sos chizzanoowy 100g (zboża zawierające gluten, mleko), papryka 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twaróg w plastkach 50g (mleko), mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml |
| Obiad/ Podwieczorek | Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), ryż 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), ryż brązowy 200g, marchewka z groszkiem 120g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g, herbata 250ml | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), zrazik mielony wieprzowy gotowany 90g (zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju 200g, buraczki na cieple 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, herbata 250ml | Zupa pomidorowa z ryżem i ciecierzycą 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko, seler), makaron pełnoziarnisty z twarogiem 250g (zboża zawierające gluten, mleko), mix sałat z dodatkiem oleju roślinnego 70g, herbata 250ml | Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z białej kapusty i marchewki 125g (mleko, jaja), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml | Rosół z makaronem 350 (zboża zawierające gluten, seler, mleko, udko wieprzowe 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, rozszponka 10g, herbata 250ml | Fasolowa ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bika wieprzowa, w sosie 110g (80g/30g), (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałatka z buraka i jabłka 120g, rukola 10g, herbata 250ml | Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet wieprzowy gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja) surówka z czerwoną kapustą 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, herbata 250ml | Zupa ogórkowa z ziemniakami i fasolą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), risotto z kurczakiem i warzywami 300g, rukola 10g herbata 250ml | Barszcz czerwonony z ziemniakami i fasolą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), risotto z kurczakiem i warzywami 300g, rukola 10g herbata 250ml | Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego, surówka z kapusty kiszzonej 100g, plasterki buraka 50g, herbata 250ml | Zupa pieczarkowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), ryba pieczona 100 g warzywa po grecku 150g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego, surówka 200ml, rozszponka 10g, herbata 250ml |
| Kolacja/ II Kolacja | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser zółty 50g (mleko), papryka 50g, herbata 250ml | Szynka 50g (soja, mleko, seler, gorczyca), masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), pomidor 50g, kawa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 150g, (seler, mleko, jaja), herbata 250ml | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 60g (zboża zawierające gluten, soja, sezam, mleko, jaja, ryba, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek świeży 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko), kiwi 80g | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor 50g, herbata 250ml | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor 50g, herbata 250ml | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml, mandarynka 70g | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor 50g, kawa zabieleną 250ml, mandarynka 70g | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser zółty 50g (mleko), papryka 50g, herbata 250ml |

* substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zaznaczono pogrubionym drukiem w odniesieniu do załącznika
 * możliwe odchylenia +/- 10 %
 * Kuchnia zastrzega sobie prawo do możliwości wymiany potrawy, składnika lub produktu z powodu przyczyn niezależnych od niej – sytuacje losowe

DIETETYK KLINICZNY

mgr Paulina Szymba


mgr inż. 
 Diety i Żywność

Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów 4 posiłkowa

| | Środa 24.04.2024 r. | Czwartek 25.04.2024 r. | Piątek 26.04.2024 r. | Sobota 27.04.2024 r. | Niedziela 28.04.2024 r. | Poniedziałek 29.04.2024 r. | Wtorek 30.04.2024 r. | Środa 01.05.2024 r. | Czwartek 02.05.2024 r. | Piątek 03.05.2024 r. | |
|------------------------|--|---|---|---|--|--|---|---|--|---|---|
| Śniadanie/II Śniadanie | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, sałata lodowa 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, sałata lodowa 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta jajeczna 80g (jaja, mleko), rozszponka, papryka, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), galaretki drobiowa 150g (seler), cytryna 10g, rukola 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z twarogu z natką pietruszką 60g (mleko), papryka 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 50g (jaja), sos chrzanowy 100g (zboża zawierające gluten, mleko), papryka 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 50g (jaja), sos chrzanowy 100g (zboża zawierające gluten, mleko), papryka 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twaróg w plasterach 50g (mleko), mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml |
| Obiad/ Podwieczorek | Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), potrawka drobiowa 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), ryż brązowy 200g, marchewka z ziemniaki z groszkiem 120g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g, herbata 250ml | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), zrazik mielony wieprzowy gotowany 90g (zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, herbata 250ml | Zupa pomidorowa z ryżem i ciecierzycą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), zrazik makaron pełnoziarnisty z twarogiem 250g (zboża zawierające gluten, mleko), ryż marchewka z ziemniaki z dodatkiem oleju 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, herbata 250ml | Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), surowka z białej kapusty i marchewki 125g (mleko, jaja), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml | Rosół z makaronem 350 (zboża zawierające gluten, seler), udko pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surowka z kapusty pekińskiej 120g, herbata 250ml | Fasolowa ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bitka wieprzowa w sosie 110g (80g/30g) (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałata z buraki i jabłka 120g, rukola 10g, herbata 250ml | Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet wieprzowy gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja) surowka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, herbata 250ml | Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), risotto (ryż brązowy) z kurczakiem i warzywami 300g, rukola 10g herbata 250ml | Barszcz czerwonony z ziemniakami i fasolą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), risotto (ryż brązowy) z kurczakiem i warzywami 300g, rukola 10g herbata 250ml | Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego, surowka z kapusty kiszzonej 100g, plasterki buraka 50g, herbata 250ml | Zupa pieczarkowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), ryba pieczona 100 g warzywa po grecku 150g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rozszponka 10g, herbata 250ml |
| Kolacja/ II Kolacja | Kanapka z jajkiem, pomidorem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, mleko, jaja) | kanapka z szynką ogórkiem zielonym i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, mleko) | kanapka z tuńczykiem, sałata zieloną, pomidorem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, ryba) | kanapka z wędliną, jajkiem, koperkiem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, jaja) | kanapka z wędliną, pomidorem, sałata i margaryną 120g (zboża zawierające gluten) | kanapka wędlina, pomidorem, sałata i margaryną 120g (zboża zawierające gluten) | kanapka z wędliną, jajkiem, koperkiem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, jaja) | kanapka z wędliną, jajkiem, koperkiem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, jaja) | kanapka z pastą z twarogu, ogórkiem zielonym i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, mleko) | kanapka z pastą z twarogu, ogórkiem zielonym i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, mleko) | kanapka z tuńczykiem, sałata zieloną, pomidorem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, ryba) |
| | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), papryka 50g, herbata 250ml | Szynka 50g (soja, mleko, seler, gorczyca), masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), pomidor 50g, kawa zabieleną 250ml (mleko), | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałata jarzynowa 150g, (seler, mleko, jaja), herbata 250ml | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 60g (zboża zawierające gluten, soja, sezam, mleko, jaja, ryba, gorczyca dwutiennek starki), ogórek świeży 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko), | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor 50g, herbata 250ml | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor 50g, herbata 250ml | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor 50g, herbata 250ml | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko), | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko), | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), papryka 50g, herbata 250ml |
| | jabłko 100g | mus owocowo-warzywny 100g | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor 50g, herbata 250ml | Jabłko 100g | Jogurt naturalny 100g (mleko) | Jogurt naturalny 100g (mleko) | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor 50g, herbata 250ml | Jogurt naturalny 100g (mleko) | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko), | Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko), | kiwi 80g |
| | | mandarynka 70g | | | | pomarańcza 120g | | Jogurt naturalny 100g (mleko) | mandarynka 70g | | |

mgr inż.
Magdalena Dymarska
Dietetyk

| | | | | | | | | | | |
|--|-------------|----------------------------|---------------------------|--|-------------|------------------------------|-----------------|-------------------------------|----------------|----------|
| | Jabłko 100g | (mleko), mandarynka 70g | mus owocowo-warzywny 100g | gluten, soja, sezam, mleko, jaja, ryba, gorczyca dwutlenek siarki mix salat 10g, , kawa zabieleną 250ml (mleko), kiwi 80g | Jabłko 100g | Jogurt naturalny 100g(mleko) | pomarańcza 120g | Jogurt naturalny 100g (mleko) | mandarynka 70g | kiwi 80g |
|--|-------------|----------------------------|---------------------------|--|-------------|------------------------------|-----------------|-------------------------------|----------------|----------|

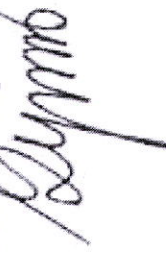
* substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zaznaczono pogrubionym drukiem w odniesieniu do załącznika

* możliwe odchylenia +/- 10 %

*kuchnia zastrzega sobie prawo do możliwości wymiany potrawy, składnika lub produktu z powodu przyczyn niezależnych od niej – sytuacji losowe

DIETETYK KLINICZNY

mgr Paulina Szymul



Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczy

| | | | | | | | | | | |
|------------------------|--|---|--|---|--|--|---|--|--|--|
| Środa 24.04.2024 r. | Czwartek 25.04.2024 r. | Piątek 26.04.2024 r. | Sobota 27.04.2024 r. | Niedziela 28.04.2024 r. | Poniedziałek 29.04.2024 r. | Wtorek 30.04.2024 r. | Środa 01.05.2024 r. | Czwartek 02.05.2024 r. | Piątek 03.05.2024 r. | |
| Śniadanie/II Śniadanie | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka 50g, soja, masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml | Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, dzem 25g, rozspzonka, pomidor 50g, herbata 250ml | Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml | Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, galaretki drobiowa 150g (seler), cytryna 10g, rukola 10g, herbata 250ml | Zupa mleczna z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, pasta z twarogu z natką pietruszki 60g (mleko), sałata masłowa 10g, herbata 250ml | Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, soja), margaryna RAMA roślinna 15g, galaretki drobiowa 150g (seler), cytryna 10g, pomidor 50g, herbata 250ml | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, sałatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), sałata lodowa 10g, herbata 250 ml | Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml | Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), ryba pieczona 100 g warzywa po grecku 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rozspzonka 10g, kompot 250ml (seler), | Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, dzem 25g, pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), |
| Obiad/ Podwieczorek | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), zrazik mielony wieprzowy gotowany 90g (zboża zawierające gluten, seler), ryż 200g, mini marchewka 120g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g, kompot 250 (seler), rukola 10g, kompot 250ml | Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron z twarogiem 250g (zboża zawierające gluten, mleko), mix oleju roślinnego 70g, kompot 250ml (seler), | Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy gotowany 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler, surowka z jabłką 120g, kompot 250ml) | Resol z makaronem 350 (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bitka pieczona 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surowka z seler i jabłką 120g, rozspzonka 10g, kompot 250ml (seler), | Ziemiaczana 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bitka wieprzowa w sosie 110g (80g/30g), (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałatka z buraka i jabłką 120g, kompot 250ml (seler) | Zupa ryżowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet wieprzowy gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja) marchewka mini gotowana 100g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (seler) | Barszcz czerwonony z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), ryż z jabkami prażonymi i cynamonem 300g, sos budyniowy 100ml (mleko), kompot 250 ml (seler), mandarynka 70g | Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego, sałata zielona z siemieniem lnianym 100g, plasterki buraka 50g, kompot 250ml (seler) | Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego, sałata zielona z siemieniem lnianym 100g, plasterki buraka 50g, kompot 250ml (seler) | Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), ryba pieczona 100 g warzywa po grecku 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rozspzonka 10g, kompot 250ml (seler), |
| Kolacja/ II Kolacja | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, twaróg 50g (mleko), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), jabłko 100g | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, sałatka jarzynowa 150g, (seler, mleko, jaja), kakao 250ml (mleko), pomidor 50g, mus owocowo-warzywny 100g | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka 50g, pomidor 50g, kakao 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka 50g, pomidor 50g, kakao 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), makrele w pomidorach 60g (zboża zawierające gluten, soja, sezam, mleko, jaja, ryba, gorczyca, dwutlenek siarki), mix sałat 10g, pomidor 50g, kawa zabieliąca 250ml (mleko), | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka 50g, pomidor 50g, kakao 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, dzem 25g, pomidor 50g, herbata 250ml | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, galaretki drobiowa 150g (seler), cytryna 10g, kakao 250ml (mleko), pomarańcza 120g | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka 50g, pomidor 50g, rukola 10g, herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g (mleko) | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka 50g, pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), mandarynka 70g | Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, dzem 25g, pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), kiwi 80g |

