

## Dieta podstawowa

	Środa 03.07.2024 r.	Czwartek 04.07.2024 r.	Piątek 05.07.2024 r.	Sobota 06.07.2024 r.	Niedziela 07.07.2024 r.	Wtorek 09.07.2024 r.	Środa 10.07.2024 r.	Czwartek 11.07.2024 r.	Piątek 12.07.2024 r.	
Śniadanie/II 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 kaszą jaglaną 350ml (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta jajeczna 70g (jaja, mleko), rozszponka 10g, papryka 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z twarogu i turyzka 70g (mleko, ryby), papryka 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), jajka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), jajka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 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 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 (zboża zawierające gluten, mleko), ryba pieczona 100g, warzywa po grecku 150g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, rozszponka 10g, kompot 250ml (seler),	Zupa mleczna z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), ryba pieczona 100g, warzywa po grecku 150g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, rozszponka 10g, kompot 250ml (seler),
Obiad/ Podwieczorek	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler), mleko, gotowana 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g, marchewka z groszkiem 120g, sałata lodowa 10g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (seler),	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler) zrazik wieprzowy pieczony 90g (zboża zawierające gluten, mleko), jajka, ziemniaki z dodatkiem oleju 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem i ciecierzycą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron twarogiem i dodatkiem oleju roślinnego 250g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g, kompot 250ml (seler),	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 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, jaja, seler), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, rozszponka 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 budyniowy (mleko) 100ml, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (seler)	Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), ryż z jabłkami prażonymi i cytryną 300g, dodatkiem oleju roślinnego 300g, kompot 250 ml (seler), sos budyniowy (mleko) 100ml, mandarynka 70g	Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka gotowany w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego, surówka z kapusty kiszzonej 100g, plasterki buraka 50g, kompot 250ml (seler)	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), ryba pieczona 100g, warzywa po grecku 150g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rozszponka 10g, kompot 250ml (seler),
Kolacja/ II Kolacja	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser zółty 50g (mleko), papryka 50g, kakao 250ml (mleko), jabłko 100g	Szynka 50g (soja, mleko, seler, gorczyca), masło 10g (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), pomidor 50g, kawa zbożowa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałata 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 70g (zboża zawierające gluten, soja, sezam, mleko, jaja, ryba, gorczyca dwutlenek siarki), ogórek świeży 50g, kawa zabieleną 250ml (mleko), Pomarańcza 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor 50g, herbata 250ml (mleko), jogurt naturalny 100g (mleko)	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dżem galaretki drobiowa 150g (seler), cytryna 10g, kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające mleko), arbuż 100g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, jabłko 80g	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), szynka 50g, papryka 50g, kakao 250ml (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dżem 50g, papryka 50g, kakao 250ml (mleko),



**Dieta łatwostrawna**

	Środa 03.07.2024 r.	Czwartek 04.07.2024 r.	Piątek 05.07.2024 r.	Sobota 06.07.2024 r.	Niedziela 07.07.2024 r.	Poniedziałek 08.07.2024 r.	Wtorek 09.07.2024 r.	Środa 10.07.2024 r.	Czwartek 11.07.2024 r.	Piątek 12.07.2024 r.	
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, sałata lodowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jagłaną 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 50g, rozszponka 10g, 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 zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z twarogu i tuńczyka 70g (mleko, ryby), sałata masłowa 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), udziec z indyka w galarecie 50g, rukola 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), pasta z twarogu i tuńczyka 70g (mleko, ryby), sałata masłowa 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (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 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 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 50g, pomidor 50g, herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, marchewka), gotowana 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler, ryż 200g, mini marchewka 120g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g, kompot 250ml	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), zrazik wieprzowy pieczony 90g (zboża zawierające gluten, mleko), dodatkiem oleju roślinnego 250g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g, kompot 250ml (seler),	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron z twarogiem i dodatkiem oleju roślinnego 250g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g, kompot 250ml (seler),	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z marchewki i jabłka 120g (mleko, jaja), sałata lodowa 10g, dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (seler)	Rosół z makaronem 350 (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z seler i jabłka 120g, rozszponka 10g, kompot 250ml (seler),	Ziemiaczana 350ml (zboża zawierające gluten, 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), 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 czerwony z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), ryż z jabłkami prażonymi i cynamonem z dodatkiem oleju roślinnego 300g, sos budyniowy 100ml (mleko), kompot 250 ml (seler), mandarynka 70g	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), ryż z jabłkami prażonymi i cynamonem z dodatkiem oleju roślinnego 300g, sos budyniowy 100ml (mleko), kompot 250 ml (seler), mandarynka 70g	Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka gotowany w sosie pieczącym 100 g warzywa po grecku 150g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rozszponka 10g, kompot 250ml (seler),	Zupa szpinakowa 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, kompot 250ml (seler),
Kolacja/ II Kolacja	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twaróg 50g (mleko), kakao 250ml (mleko), jabłko 100g	Szynka 50g (soja, mleko, seler, gorczyca), pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałata jarzynowa 150g, pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), arbuź 100g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), Jabłko 100g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 50g, herbata 250ml, pomidor 50g (mleko),	Jabłko 100g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, pomidor 50g (mleko),	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, kawa zabieleną 250ml (mleko),	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, kawa zabieleną 250ml (mleko),	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 50g, 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 – sytuacji losowe



dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów - 3 posiłki

	Środa 03.07.2024 r.	Czwartek 04.07.2024 r.	Piątek 05.07.2024 r.	Sobota 06.07.2024 r.	Niedziela 07.07.2024 r.	Poniedziałek 08.07.2024 r.	Wtorek 09.07.2024 r.	Środa 10.07.2024 r.	Czwartek 11.07.2024 r.	Piątek 12.07.2024 r.	
Śniadanie/II Śniadanie	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, sałata lodowa 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, sałata lodowa 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta jajeczna 90g (jaja, mleko), rozspanka, papryka, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), udziec z indyka w galarecie 80g, rukola 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z twarogu i turczyka 90g (mleko, ryby), papryka 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 60g (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 60g (jaja), sos chrzanowy 100g (zboża zawierające gluten, mleko), papryka 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ryba 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), papryka 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 groszkiem 120g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g, herbata 250ml	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), zrazik wieprzowy pieczony 90g (zboża zawierające gluten, seler, 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, seler, mleko, seler), makaron pełnoziarnisty z twarogiem i dodatkiem oleju roślinnego 250g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z białej kapusty i marchewki 125g (mleko, jaja), sałata lodowa 10g, dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Rosół z makaronem 350 (zboża zawierające gluten, jaja, seler), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, herbata 250ml	Fasoliowa ziemniakami 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, herbata 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet wieprzowy gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja), surówka z czerwonnej kapusty 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 z dodatkiem oleju roślinnego 300g, rukola 10g herbata 250ml	Barszcz czerwonony z ziemniakami i fasolą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), kurczakiem i warzywami z dodatkiem oleju roślinnego 300g, rukola 10g herbata 250ml	Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka gotowany w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, surówka z kapusty kiszzonej 100g, plasty buraka 50g, herbata 250ml	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), ryba pieczona 100 g warzywa po grecku 150g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rozspanka 10g, herbata 250ml
Kolacja/ II Kolacja	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), papryka 50g, herbata 250ml  jabłko 100g	Szynka 80g (soja, mleko, seler, gorczyca), masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), pomidor 50g, kawa zabielenia 250ml (mleko),  mandarynka 70g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatką jarzynowa 150g, (seler, mleko, jaja), pomidor 50g, herbata 250ml  arbut 100g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 90g (zboża zawierające gluten, soja, sezam, mleko, jaja, ryba, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek świeży 10g, kawa zabielenia 250ml (mleko),  pomarańcza 80g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, pomidor 50g, herbata 250ml  Jabłko 100g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml  Jogurt naturalny 100g(mleko)	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, pomidor 50g, herbata 250ml  Jogurt naturalny 100g(mleko)	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, pomidor 50g, herbata 250ml  arbut 100g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, pomidor 50g, herbata 250ml  jabłko 100g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, rukola 10g, kawa zabielenia 250ml,  mandarynka 70g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), papryka 50g, herbata 250ml  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



Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów 4 posiłkowa

	Środa 03.07.2024 r.	Czwartek 04.07.2024 r.	Piątek 05.07.2024 r.	Sobota 06.07.2024 r.	Niedziela 07.07.2024 r.	Poniedziałek 08.07.2024 r.	Wtorek 09.07.2024 r.	Środa 10.07.2024 r.	Czwartek 11.07.2024 r.	Piątek 12.07.2024 r.
Śniadanie/II Śniadanie	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, sałata lodowa 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, sałata lodowa 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta jajeczna 90g (jaja, mleko), rozspanka 10g, papryka 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), udziec z indyka w galarecie 80g, rukola 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z twarogu i tuńczyka 90g (mleko, ryby), papryka 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 60g (jaja), sos chrzanowy 100g (zboża zawierające gluten, mleko), papryka 50g, sałata masowa 10g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 60g (jaja), sos chrzanowy 100g (zboża zawierające gluten, mleko), papryka 50g, sałata masowa 10g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 60g (jaja), sos chrzanowy 100g (zboża zawierające gluten, mleko), papryka 50g, sałata masowa 10g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 60g (jaja), sos chrzanowy 100g (zboża zawierające gluten, mleko), papryka 50g, sałata masowa 10g, 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 grozkiem 120g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g, herbata 250ml	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), zrazik wieprzowy pieczony 90g (zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 250g 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, herbata 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem i ciecierzycą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron pełnoziarnisty z twarogiem i dodatkiem oleju roślinnego 250g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 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, mleko, jaja, seler), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, rozspanka 10g, 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 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 czerwonnej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, herbata 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet wieprzowy gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja) surówka z czerwonnej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, herbata 250ml	Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka gotowany w sosie pieczonym 100 g warzywa po grecku 150g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rozspanka 10g, herbata 250ml	Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka gotowany w sosie pieczonym 100 g warzywa po grecku 150g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rozspanka 10g, herbata 250ml
Kolacja/ II Kolacja	Kanapka z jajkiem, pomidorem i margaryną 120g(zboża zawierające gluten, 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, pomidorem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, mleko)	kanapka z wędliną, jajkiem, koperkiem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, jaja)	kanapka wędliną, 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 tuńczykiem, sałata zieloną, pomidorem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, ryba)	kanapka z tuńczykiem, sałata zieloną, pomidorem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, ryba)
	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser zółty 50g (mleko), papryka 50g, herbata 250ml	Szynka 80g (soja, mleko, seler, gorczyca), masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), pomidor 50g, kawa zabielenia 250ml (mleko), mandarynka 70g	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałata jarzynowa 150g, (seler, mleko, jaja), pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 90g (zboża zawierające gluten, soja, sezam, mleko, jaja, ryba, gorczyca dwutlenek siarki), ogórek świeży 10g, kawa zabielenia 250ml (mleko),	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, rukola 10g, kawa zabielenia250ml (zboża zawierające gluten, mleko),	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, rukola 10g, kawa zabielenia250ml (zboża zawierające gluten, mleko),	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, rukola 10g, papryka 50g, herbata 250ml
	jablko 100g	mandarynka 70g	arbuż 100g	Jablko 100g	Jablko 100g	Jogurt naturalny 100g(mleko)	arbuż 100g	jablko 100g	kiwi 80g	kiwi 80g



Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa

Środa 03.07.2024 r.	Czwartek 04.07.2024 r.	Piątek 05.07.2024 r.	Sobota 06.07.2024 r.	Niedziela 07.07.2024 r.	Wtorek 09.07.2024 r.	Środa 10.07.2024 r.	Czwartek 11.07.2024 r.	Piątek 12.07.2024 r.	
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, ryba, soja, miodowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml Jogurt owocowy 100g (mleko)	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser zółty 50g (mleko), sałata roszpionka 10g, pomidor 50g, herbata 250ml Jogurt owocowy 100g (mleko)	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml Jogurt naturalny 100g (mleko)	Zupa mleczna z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z twarogu i tuńczyka 90g (mleko, ryby), sałata masłowa 10g, herbata 250ml Jogurt naturalny 100g (mleko)	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), udziec 80g, rukola 10g, herbata 250ml Jogurt owocowy 100g (mleko)	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (zboża zawierające gluten), masło jarzynowa 150g (mleko), szynka 10g (mleko), sałata lodowa 10g, herbata 250ml Jogurt owocowy 100g (mleko)	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (zboża zawierające gluten), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (zboża zawierające gluten), masło jarzynowa 150g (mleko), szynka 10g (mleko), sałata lodowa 10g, herbata 250ml Jogurt naturalny 100g (mleko)	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml Jogurt owocowy 100g (mleko)	Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), twaróg w plasterkach 50g (mleko), masło 10g (mleko), mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml Jogurt naturalny 100g (mleko)
Obiad/ Podwieczorek	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), zrazik wieprzowy pieczony 90g (zboża zawierające gluten, seler, ryż), ziemniaki z dodatkiem oleju 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, kompot 250ml kanapka wędliną, sałata i margaryna 120g (zboża zawierające gluten, mleko)	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron z twarogiem i dodatkiem oleju roślinnego 250g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki i jabłka 120g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (seler), kanapka z jajkiem, sałata i margaryna 120g (zboża zawierające gluten, mleko)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z marchewki i jabłka 125g (mleko, jaja), kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (seler), kanapka wędliną, pomidorem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, mleko)	Rosół z makaronem 350 (zboża zawierające gluten, jaja, seler, mleko, jaja, seler), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z seler i jabłka 120g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (seler), rozszponka 10g, kanapka wędliną, pomidorem, sałata i margaryną 120g (zboża zawierające gluten)	Ziemiakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bitka w sosie 110g (80g/30g), (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałata z buraka i jabłka 120g, rukola 10g kompot 250ml (seler) kanapka z wędliną, pomidorem, sałata i margaryną 120g (zboża zawierające gluten)	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet wieprzowy gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja), mni marchewka 100g, sałata lodowa 10g ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (seler) kanapka z wędliną, jajkiem, koperkiem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, jaja)	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka gotowany 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) kanapka z pastą z twarogu, sałata i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, mleko)	Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka gotowany 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) kanapka z pastą z twarogu, sałata i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, mleko)	Szpinakowa 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, kompot 250ml (seler), kanapka z tuńczykiem, sałata zieloną, pomidorem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, ryba)
Kolacja/ II Kolacja	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twarożek 50g (mleko), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), kawa zabieliana 250ml	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g (soja), sałata gorczyca, masło 10g (mleko), pomidor 50g, kawa zabieliana 250ml	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, pomidor 50g, kakao 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), kawa zabieli 250ml	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, pomidor 50g, herbata 250ml (mleko), kawa zabieli 250ml	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, pomidor 50g, kakao 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), kawa zabieli 250ml	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, pomidor 50g, herbata 250ml, kawa zabieli 250ml	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, pomidor 50g, herbata 250ml, kawa zabieli 250ml	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, rukola 10g, kawa zabieliana 250 ml	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser zółty 50g (mleko), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), kawa zabieli 250ml

MARCELIA BURY-DWYZDRAŃSKA  
D I E T Y K





Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

	Środa 03.07.2024 r.	Czwartek 04.07.2024 r.	Piątek 05.07.2024 r.	Sobota 06.07.2024 r.	Niedziela 07.07.2024 r.	Poniedziałek 08.07.2024 r.	Wtorek 09.07.2024 r.	Środa 10.07.2024 r.	Czwartek 11.07.2024 r.	Piątek 12.07.2024 r.	
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, rozspzonka 10g, szynka 50g, soja, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, dżem 50g, soja, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglaną, 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, rozspzonka 10g, szynka 50g, soja, 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, masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, udziec z indyka w galarecie 50g, 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 i turczyka 70g (mleko, ryby), herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka 50g, mix masłowa 10g, herbata 250ml	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 kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, pomidor 50g, mix sałat 10g, herbata 250ml	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 ryżem 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, pomidor 50g, mix sałat 10g, herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler mleko), potrawka drobiowa 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), ryż 200g, mini marchewka 120g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g, kompot 250 (seler),	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), zrazik wieprzowy pieczony 90g (zboża zawierające gluten), ryż 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 i dodatkami oleju roślinnego 250g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g, kompot 250ml (seler),	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z marchewki i jabłka 120g (mleko, jaja), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkami oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (seler)	Rosół z makaronem 350 (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200g, surówka z seleri i jabłka 120g, rozspzonka 10g, kompot 250ml (seler),	Ziemiaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler), bitka wieprzowa w sosie 110g (80g/30g) (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałatka z buraka i jabłka 120g, rukola, 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 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)	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka gotowany w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten), 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 gotowany w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten), 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, seler), 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), jablko 100g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna (soja, mleko, seler, gorczyca), pomidor 50g, margaryna RAMA roślinna 15g, kawa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, soja, sezam, mleko, jaja, ryba, gorczyca dwutlenek siarki), mix sałat 10g, pomidor 50g, kawa zabieleną 250ml (mleko), pomarańcza 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, mleko), jablko 100g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka 50g, pomidor 50g, kakao 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jablko 100g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, dżem 50g, pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, galaretką drobiowa 150g (seler), herbata 250ml, cytryna 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko, zboża zawierające), arbuz 100g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, jablko 100g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, mandarynka 70g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka 50g, sałata zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, dżem 50g, 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