

Dieta podstawowa	
	<p>Czwartek 22.08.2024 r.</p> <p>Śniadanie/II Śniadanie</p> <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), szynka z tuszyciem 50g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler), pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g(mleko), chleb razowy 100g(zboże zawierające gluten), Herbata 250ml</p>
	<p>Piątek 23.08.2024 r.</p> <p>Zupa mleczna z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, mleko), dzem 50g, ogórek zielony 50g, mix sałat 10g, masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250m</p>
	<p>Sobota 24.08.2024 r.</p> <p>Zupa mleczna z kaszą mąną 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), udziec z indyka w galarecie 50g (seler, mleko), ogórek świeży 50g, rukola10g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml</p>
	<p>Niedziela 25.08.2024 r.</p> <p>Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), szynka z tuszyciem 50g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler), sałata zielona 10g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml</p>
	<p>Poniedziałek 26.08.2024 r.</p> <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Dzem 50g, Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml</p>
	<p>Wtorek 27.08.2024 r.</p> <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), szynka z poleđwicą premium 50g (zboża zawierające gluten, gorczyca, seler, jaja, mleko), masło 10g(mleko), ogórek świeży 50g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g Herbata 250ml</p>
	<p>Środa 28.08.2024 r.</p> <p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml(mleko), Pasta z twarogu i natki pietruszki 70g (mleko), Pomidor 50g, sałata lodowa 10g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml</p>
	<p>Czwartek 29.08.2024 r.</p> <p>Zupa mleczna z zacierką 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko), udziec z indyka w galarecie 50g (seler, mleko), rozspanka 10g, ogórek świeży 50g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250m</p>
	<p>Piątek 30.08.2024 r.</p> <p>Zupa mleczna z kaszą mąną 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Sałatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), Rukola 10g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250m</p>
	<p>Sobota 31.08.2024 r.</p> <p>Zupa mleczna z kukurydzianymi płatkami 350ml (mleko), poleđwica Ani 50g (zboża zawierające gluten, jaja mleko, orzeszki ziemnie, seler, gorczyca, sezam) 50g, Mix sałat 10g, Pomidor 50g Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml</p>
Obiad/ Podwieczorek	<p>Zupa ryżowa bez zablania 350ml (seler), Pieczeń ryżynska w sosie pomidorowym 150g (zboża zawierające gluten, jaja), Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g(mleko), Rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)</p> <p>Zupa fasolowa z warzywami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), ryba pieczona 100g(zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, 100g(seler, gorczyca), Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, sałata zielona 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), Makaron 200g (zboża zawierające gluten, jaja, soja), topatka wieprzowa, mielona, duszona z sosem warzywno pomidorowym 150g (80g/70g)(zboża zawierające gluten), mix sałat z warzywami z dodatkiem oleju roślinnego 100g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten,</p> <p>Zupa z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), schab pieczony 130g(90g/40g) (zboża zawierające gluten), Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z białej kapusty i marchewki 120g (mleko, jaja) rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)</p> <p>Pomidorowa z makaronem i ciecierczą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g (100/50)(zboża zawierające gluten, mleko), Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g, ryż z dodatkami oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g(zboża zawierające gluten, mleko), Rozspanka 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten,</p> <p>Zupa pieczarkowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Birtka ze schabu gotowana w sosie własnym 140g(90g/50g) (zboża zawierające gluten, mleko), Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, mleko), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem roślinnym 120g, Rukola 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)</p> <p>Zupa krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, seler, jaja), Gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 150g(90g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem roślinnym 120g, Rukola 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)</p> <p>Zupa szpinakowa 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Pulpet gotowany drobiowy w sosie warzywno pomidorowym 150g(100g/50g) (zboża zawierające gluten, jaja, seler), Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, rozspanka 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Makaron z serem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (250g/100g) (zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko), mix sałat z dodatkiem oleju roślinnego 70g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)</p> <p>Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz wieprzowy gotowany 150g (90g/60g)(zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), Surówka z czerwonej kapusty 120g, rozspanka 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)</p>

Kolaćaj/ II Kolaćaj	Schab z kija 50g, Papryka 50g, Masto 10g (mleko), Chleb pszenno- żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielaana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), arbuź 100g	Pasta jajeczna 70g (jaja, mleko), pomidor 50g Masto 10g(mleko), Chleb pszenno- żytni 100g zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g (mleko)	Szynka wędzarcza z kija 50g, pomidor 50g, Masto 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt owocowy 100g(mleko)	poledwica z pasieki 50g, masto 10g(mleko), ogórek świeży 50g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielaana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 120g	Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 70g (ryba, soja, mleko), ogórek świeży 50g Masto 10g(mleko), Chleb pszenno- żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g (mleko)	Ser żółty 50g(mleko), pomidor 50g, Masto 10g (mleko) Chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten) Kakao 250ml (mleko) Kiwi 70g	Szynka wędzarcza z kija 50g, Papryka świeża 50g, Masto 10g (mleko), Chleb pszenno- żytni 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabielaana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) pomarańcza 130g	szynka wieprzowa biała extra 50g, ogórek świeży 50g, masto 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielaana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g	dżem 50g, papryka czerwona 50g Masto 10g(mleko), Chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kakao 250ml (mleko) Jogurt naturalny 100g (mleko)	Pasta z ryby z twarogiem 70g(ryba, zboża zawierające gluten, soja, mleko, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek świeży 50g masto 10g(mle ko), chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten), kakao 250 ml (mleko) mus owocowo- warzywny 100g
------------------------	---	--	--	--	---	---	--	--	---	--

* 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

	Czwartek 22.08.2024 r.	Piątek 23.08.2024 r.	Sobota 24.08.2024 r.	Niedziela 25.08.2024 r.	Poniedziałek 26.08.2024 r.	Wtorek 27.08.2024 r.	Środa 28.08.2024 r.	Czwartek 29.08.2024 r.	Piątek 30.08.2024 r.	Sobota 31.08.2024 r.		
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), szynka z tuszcykiem 50g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler), pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, mleko), dżem 50g, pomidor 50g, mix sałat 10g, masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), udziec z indyka w galarecie 50g (seler, mleko), rukola 10g, masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml(mleko), szynka z tuszcykiem 50g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler), sałata zielona 10g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Dżem 50g, Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), polewica premium 50g (zboża zawierające gluten, gorczyca, seler, jaja, mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml(mleko), Pasta z twarogu i natki pietruszki 70g (mleko), Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z zacierką 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko), udziec z indyka w galarecie 50g (seler, mleko), Rukola 10g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Sałata jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), Rukola 10g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), polewica Ani 50g (zboża zawierające gluten, jaja mleko, orzeszki ziemie, seler, gorczyca, seler), Rukola 10g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Gulasz ziemniaczany 150g (zboża zawierające gluten, seler), Mieszanka z serem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (250g/100g) (zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko), mix sałat z dodatkiem oleju roślinnego 70g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz wieprzowy 150g gotowany 150g (90g/60g) (90g/60g)(zboża zawierające gluten), Kasa jęczmienna z dodatkiem oleju 200g(roslinnego)
Obiad/ Podwieczorek	Zupa ryżowa bez zablania 350ml (seler), Pieczeń trzynieńska w sosie pomidorowym 150g (110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g(mleko), Rukola 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa grycikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), ryba pieczona 100g(zboża zawierające gluten, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, sałata zielona 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), Makaron 200g (zboża zawierające gluten, jaja, soja), łopatakie wleprzowa, mielona, duszona z sosem warzywno pomodoro wym 150g (80g/70g)(zboża zawierające gluten), mix sałat z warzywami z dodatkiem oleju roślinnego 100g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten,	Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), schab pieczony 130g(90g/40g) (zboża zawierające gluten), Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selerą i jabka 120g (mleko, jaja) rukola 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g (100/50)(zboża zawierające gluten, mleko), surówka z dodatkiem oleju roślinnego 200g, ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g(zboża zawierające gluten, mleko), Rozspinka 10g Kompot 250ml(zboża zawierające gluten,	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Bika ze schabu gotowana w sosie własnym 140g(90g/50g) (zboża zawierające gluten, mleko), Kasa jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), mix sałat z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, seler, jaja), Gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 150g(90g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchewki i jabka 120g, (mleko), Rukola 10g Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa szpinakowa 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Pulpet gotowany wieprzowo drobiowy w sosie warzywno pomidorowym 150g(100g/50g) (zboża zawierające gluten, jaja, seler), ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), Sałata z buraka i jabka z olejem roślinnym 120g, mix sałat 10g Kompot 250ml (zboża	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Makaron z serem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (250g/100g) (zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko), mix sałat z dodatkiem oleju roślinnego 70g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz wieprzowy 150g gotowany 150g (90g/60g)(zboża zawierające gluten), Kasa jęczmienna z dodatkiem oleju 200g(roslinnego)		

Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów - 3 posiłki

	Czwartek 22.08.2024 r.	Piątek 23.08.2024 r.	Sobota 24.08.2024 r.	Niedziela 25.08.2024 r.	Poniedziałek 26.08.2024 r.	Wtorek 27.08.2024 r.	Środa 28.08.2024 r.	Czwartek 29.08.2024 r.	Piątek 30.08.2024 r.	Sobota 31.08.2024 r.
Śniadanie/II Śniadanie	szynka z tuszczykiem 80g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler) , pomidor 50g, masło 10g(mleko), chleb razowy 100g(zboże zawierające gluten), Herbata 250ml	Twardo w plasterkach 80g; Ogórek świeży 50g, mix salat 10g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler) , ogórek zielony 50g, rukola 10g, masło 10g (mleko) , Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , herbata 250ml	szynka z tuszczykiem 80g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler) , sałata zielona 10g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	jajko gotowane 60g (jaja) , Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g (mleko) , Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	połędwica premium 80g (zboża zawierające gluten, gorczyca, seler, jaja, mleko) , Ogórek świeży 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Pasta z twarogu i natki pietruszki 70g (mleko) , Pomidor 50g, sałata lodowa 10g, masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler) , roszponka 10g, Masło 10g (mleko) , ogórek świeży 50g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Sałotka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler) , Rukola 10g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	połędwica Ani 80g (zboża zawierające gluten, jaja mleko, orzeszki ziemne, seler, gorczyca, sezam) , Mix salat 10g, Pomidor 50g Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Zupa ryżowa bez zabielania 350ml (seler) , Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g (110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja) , Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g(mleko), Rukola 10g, Herbata 250ml	Zupa fasolowa z warzywami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), ryba pieczona 100g(zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, 100g(seler, gorczyca), Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, sałata zielona 10g, Herbata 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), Filet Makaron 200g (zboża zawierające gluten) , jaja, soja), toperka wieprzowa, mielona, duszona z sosem warzywno pomidoro wym 150g (80g/70g)(zboża zawierające gluten) , mix salat z warzywami z dodatkiem oleju roślinnego 100g, Herbata 250ml	Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler) , schab pieczony 130g(90g/40g) (zboża zawierające gluten) , Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z białej kapusty i marchewki 120g (mleko, jaja) Rukola 10g, Herbata 250ml	Pomidorowa z makaronem i ciecierzą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy w sosie własnym 150g (zboża zawierające gluten) , Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Kasza jęczmienna 200g (zboża zawierające gluten) , surówka z rosolinowego 200g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g(mleko), Roszponka 10g Herbata 250ml	Zupa pieczarkowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler) , Bika ze schabu gotowana w sosie własnym 140g(100g/40g) (zboża zawierające gluten, mleko) , Kasza jęczmienna 200g (zboża zawierające gluten) , surówka z czerwonej kapusty 120g, mix salat 10g, Herbata 250ml	Zupa krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, seler, jaja) , Gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 150g(100g/50g) (zboża zawierające gluten, seler) , Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem roślinnym 120g, rukola 10g, Herbata 250ml	Zupa szpinakowa 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Pulpet gotowany wiewprzowodrobiow y w sosie warzywnopomidor o wym 150g(100g/50g) (zbo za zawierające gluten, jaja, seler) , ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten) , Sałotka z buraka i jabka z olejem roślinnym 120g, mix salat 10g Herbata 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Gulasz wieprzowy gotowany 150g (100g/50g)(zboża zawierające gluten) , Kasza jęczmienna 350g (250g/100g) (zboża zawierające gluten) , Surówka z czerwonej kapusty 120g, rosponka 10g, Herbata 250ml	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko) , Gulasz wieprzowy gotowany 150g (100g/50g)(zboża zawierające gluten) , Kasza jęczmienna 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z czerwonej kapusty 120g, rosponka 10g, Herbata 250ml
Kolacja/ II Kolacja	Schab z kija 80g, Masło 10g (mleko), papyrka 50g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielana 250ml(zboża zawierające gluten,	Pasta jajeczna 70g(jaja, mleko), pomidor 50g Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , Herbata 250ml,	Szynka wędzarska z kija 80g Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , Herbata 250ml, Jogurt naturalny	połędwica z pasieki 80g, Masło 10g(mleko), ogórek świeży 50g, Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , Kawa zabielana 250ml	Pasta z tunczyka, twarogu i koperku 70g(ryba, soja, mleko), ogórek świeży 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten)	Ser zółty 50g(mleko), pomidor 50g, Masło 10g (mleko) Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , Kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten)	Szynka wędzarska z kija 80g Papyrka 50g, Masło 10g (mleko) , Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabielana 250ml	szynka wieprzowa biała extra 80g, Ogórek świeży 60g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , Kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten)	Ser zółty 50g papyrka czarna 50g Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , Kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko)	Pasta z ryby z twarogiem 70g(ryba, zboża zawierające gluten, soja, mleko, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek świeży 50g, masło 10g(mleko), chleb razowy 100g

DIETA DOKONANIE WYKONANIE

	mleko), arbuź 100g	Jogurt naturalny 100g(mleko)	100g(mleko)	(zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 120g	gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g (mleko)	gluten, mleko), Kiwi 70g	(zboża zawierające gluten, mleko) pomarańcza 130g	gluten), Kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g	Jogurt naturalny 100g (mleko)	(zboża zawierające gluten), Herbata 250 ml młs. owocowo- warzywny 100g
--	-----------------------	---------------------------------	-------------	--	---	-----------------------------	---	---	-------------------------------------	---

* 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 BURZYDOWICZ-ROSIŃSKA
D I P T A S T Y K

Dieta z ograniczeniem laktoprzewajalnych węglowodanów- 4 posiłki

	Czwartek 22.08.2024 r.	Piątek 23.08.2024 r.	Sobota 24.08.2024 r.	Niedziela 25.08.2024 r.	Poniedziałek 26.08.2024 r.	Wtorek 27.08.2024 r.	Środa 28.08.2024 r.	Czwartek 29.08.2024 r.	Piątek 30.08.2024 r.	Sobota 31.08.2024 r.
Śniadanie/II Śniadanie	szynka z tuszczykiem 80g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler) , pomidor 50g, sałata lodowa 10g, masło 10g(mleko), chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Twaróg w plasterkach 80g, Ogórek świeży 50g, mix sałat 10g, masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250m	udziec z indyka w galarecie 80 (mleko, seler) , ogórek świeży 50g, rukola 10g Masło 10g (mleko) , Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , herbata 250ml	szynka z tuszczykiem 80g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler) , sałata zielona	jajko gotowane 60g (mleko) , Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g (mleko) , Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	połędwica premium 80g (zboża zawierające gluten, gorczyca, seler, jaja, mleko) , Ogórek świeży 50g, Masło 100g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Pasta z twarogu i natki pietruszki 70g (mleko) , Pomidor 50g, sałata lodowa10g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler) , roszponka 10g, ogórek świeży 50g, Masło 10g (mleko) , Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250m	Salatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), Rukola 10g, Masło 10g (mleko), Chleb Razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250m	połędwica Ani 80g (zboża zawierające gluten, jaja mleko, orzeszki ziemne, seler, gorczyca, sezam) , Mix sałat 10g, Pomidor 50g Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Zupa ryżowa bez zabielania 350ml (seler), Pieczeń trzynaśca w sosie pomidorowym 150g (110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemiaki z dodatkiem oleju roslinnego 200g, buraczki 120g(mleko), Rukola 10g, Herbata 250ml	Zupa fasolowa z warzywami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), ryba pieczona 100g(zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roslinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemiaki z dodatkiem oleju roslinnego 200g, sałata zielona 10g, Herbata 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), Makaron pehnozianisty 200g (zboża zawierające gluten) , jaja, soja, zawierające gluten, Lopatka wędzowana, mielona, duszona z sosem warzywno pomidoro wym 150g (80g/70g)(zboża zawierające gluten) , mix sałat z warzywami z dodatkiem oleju roslinnego 100g, Herbata 250ml	Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), schab pieczony 130g(90g/40g) (zboża zawierające gluten) , Ziemiaki z dodatkiem oleju roslinnego 200g, surówka z białej kapusty i marchewki 120g (mleko, jaja) , rukola 10g, Herbata 250ml	Pomidorowa z makaronem i ciecierzą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), schab pieczony 130g(90g/40g) (zboża zawierające gluten) , Ziemiaki z dodatkiem oleju roslinnego 200g, surówka z białej kapusty i marchewki 120g surówka z marchewki z jabłkiem	Zupa pieczarkowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Bika ze schabu gotowana w sosie własnym 140g(90g/50g) (zboża zawierające gluten, mleko) , Kasza jęczmienna 200g (zboża zawierające gluten), surówka z czerwonej kapusty 120g, mix sałat 10g, Herbata 250ml	Zupa krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, seler, jaja), Gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 150g (100g/50g) (zboża zawierające gluten, seler) , Ziemiaki z dodatkiem oleju roslinnego 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem roslinnym 120g, rukola 10g, Herbata 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Pulpet gotowany w przwodrobrow y w sosie warzywnopomidor o wym 150g(100g/50g) (zbo za zawierające gluten, jaja, seler) , ziemniaki z dodatkiem oleju roslinnego 200g (zboża zawierające gluten), Sałata z buraka i jabka z olejem roslinnym 120g, mix sałat 10g Herbata 250ml	Baraszc czerwony z ziemniakami i fasolą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Makaron pehnozianisty z serem i dodatkiem oleju roslinnego 350g (250g/100g) (zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko) , mix sałat z dodatkiem oleju roslinnego 70g, Herbata 250ml	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz wędzrowy gotowany 150g (100g/50g)(zboża zawierające gluten) , Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roslinnego 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z czerwonej kapusty 120g, rosponka 10g, Herbata 250ml
	<p style="text-align: center;">mgr inż. MARIOLA BURY-DWORZAK D I E T Y K</p>									



Kolacja/ II Kolacja	Schab z kija 80g, Papryka 50g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabieliana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), arbuz 100g	Pasta jajeczna 70g(jaja, mleko), pomidor 50g Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml,	Szynka wędzarska z kija 80g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)	południca z pasieki 80g, Masło 10g(mleko), ogórek świeży 50g, Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabieliana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jablko 120g	Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 70g(ryba, soja, mleko), ogórek świeży 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g (mleko)	Ser żółty 50g(mleko), pomidor 50g Masło 10g (mleko) Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) Kakao 250ml (mleko) Kiwi 70g	Szynka wędzarska z kija 80g, Papryka świeża 50g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy/ 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabieliana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) pomarańcza 130g	szynka wieprzowa biała extra 80g, Ogórek świeży 60g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabieliana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jablko 100g	Ser żółty 50g (mleko), papryka świeża 50g Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabieliana 250ml (mleko) Jogurt naturalny 100g (mleko)	Pasta z ryby z twarogiem 70g(ryba, zboża zawierające gluten, soja, mleko, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek świeży 50g, masło 10g(mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml mus owocowo- warzywny 100g
------------------------	---	--	--	--	--	---	---	--	---	--

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

* możliwe odchylenia +/- 10 %

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

mgr inż.
MARIOLA BOPK-DWORZAKSIKA
D I E T E T Y K

Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa

	Czwartek 22.08.2024 r.	Piatek 23.08.2024 r.	Sobota 24.08.2024 r.	Niedziela 25.08.2024 r.	Poniedziałek 26.08.2024 r.	Wtorek 27.08.2024 r.	Środa 28.08.2024 r.	Czwartek 29.08.2024 r.	Piątek 30.08.2024 r.	Sobota 31.08.2024 r.	
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), szynka z tuszczykiem 80g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler), pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g(mleko), Bułka grahamka 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, mleko), warzyw w plasterkach 80g, pomidor 50g, mix sałat 10g, masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), rukola 10g, masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna 350ml(mleko), szynka z tuszczykiem 80g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler), sałata zielona 10g, Pomidor 10g, Masło 50g, Bułka grahamka 100g(mleko), Bułka grahamka 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z platkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), jajko gotowane 60g (jaja), Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, zieleń 10g (mleko), Bułka grahamka 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), szynka z polędwica premium 80g (zboża zawierające gluten, gorczyca, seler, jaja, mleko), pomidor 10g, Masło 50g, Bułka grahamka 100g(zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml(mleko), Pasta z twarogu i narki pietruszki 70g (mleko), Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z zacierką 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko), udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), Rukola 10g, masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Sałata jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), Rukola 10g, masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z platkami kukurydzianymi 350ml (mleko), polędwica Ani 80g (zboża zawierające gluten, jaja mleko, orzeszki ziemie, seler, gorczyca, sezam), Mix sałat 10g, Pomidor 50g Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z platkami kukurydzianymi 350ml (mleko), polędwica Ani 80g (zboża zawierające gluten, jaja mleko, orzeszki ziemie, seler, gorczyca, sezam), Mix sałat 10g, Pomidor 50g Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(seler), Pieczeń ryżowa w sosie pomidorowym 150g (110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g(mleko), Rukola 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), ryba pieczona 100g(zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, sałata zielona 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa jarzynowa z ziemniakami i 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), Makaron 200g (zboża zawierające jaja, soja), Łopatka wieprzowa, mielona, duszona z sosem warzywno pomidoro wym 150g (80g/70g)(zboża zawierające gluten), mix sałat z warzywami z dodatkiem oleju roślinnego 100g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), schab pieczony 130g(90g/40g) (zboża zawierające gluten), Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z białej sałata i jabłka 120g (mleko, jaja) rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g (100/50)(zboża zawierające gluten, mleko), ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g(zboża zawierające gluten, mleko), Roszponka 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Bika ze schabu gotowana w sosie własnym 140g(90g/50g) (zboża zawierające gluten, mleko), Kasza jęczmienna 200g (zboża zawierające gluten), mix sałat z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, seler, jaja), Gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 150g(90g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchewki i jabłka 120g, (mleko), Rukola 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, w sosie warzywnopomidoro wym 150g(100g/50g) (zboża zawierające gluten, jaja, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, sałata z dodatkiem oleju roślinnego 70g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Makaron z serem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (250g/100g) (zboża zawierające gluten, jaja, seler), mix sałat z dodatkiem oleju roślinnego 70g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz wieprzowy gotowany 150g (90g/60g)(zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z sałata i jabłka 120g, rozspanka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz wieprzowy gotowany 150g (90g/60g)(zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z sałata i jabłka 120g, rozspanka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)

mgr inż.
MARIOLA BURDOWICZANST
D I E T Y K

	Kanapka z jajkiem, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, jaja, mleko)	Kanapka z jajkiem, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, jaja, mleko)	Kanapka z twarogiem, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, mleko)	Kanapka z tuńczykiem, sałata zieloną, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, ryba)	Kanapka z polewą, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten)	Kanapka z polewą, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten)	Kanapka z twarogiem, pomidorem i koperkiem i margaryną (zboża zawierające gluten)	Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Kanapka z rybą i pomidorem, margaryną (zboża zawierające gluten, mleko, ryba)	Kanapka z jajkiem, sałata zieloną, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, ryba)	
Kolacja/ II Kolacja	Schab z kija 80g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), arbuz 100g	Pasta twarogowo pomidorowa 70g (mleko), Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml,	Szynka wędzarska z kija 80g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml,	poledwica z pasieki 80g, masło 10g (mleko), roszponka 10g, Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jablko 100g	Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 70g (ryba, soja, mleko), jablko 100g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml,	Twaróg w plasterkach 50g pomidor 50g, Masło 10g (mleko) Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten) Kakaó 250ml (mleko)	Szynka wędzarska z kija 80g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) pomarańcza 130g	szynka wieprzowa biała extra 80g Pomidor 50g 60g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Kakaó 250ml (mleko)	Ser zółty 50g (mleko), pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Kakaó 250ml (mleko)	Pasta z ryby z twarogiem 70g (ryba, zboża zawierające gluten, soja, mleko, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki), Pomidor 50g, masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Kakaó 250 ml (mleko)	mus owocowo-warzywny 100g
	Jogurt naturalny 100g (mleko)	Jogurt owocowy 100g (mleko)	Jogurt naturalny 100g (mleko)	Kiwi 70g			Jablko 100g				

* 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 BUJAKOWSKA
DIETETYK

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

	Czwartek 22.08.2024 r.	Piątek 23.08.2024 r.	Sobota 24.08.2024 r.	Niedziela 25.08.2024 r.	Poniedziałek 26.08.2024 r.	Wtorek 27.08.2024 r.	Środa 28.08.2024 r.	Czwartek 29.08.2024 r.	Piątek 30.08.2024 r.	Sobota 31.08.2024 r.
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), szyńska z tuszyczkiem 80g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutiłek siarki, jaja, seler), pomidor 50g, sałata zielona 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, chleb pszenno-żytni 100g(zboże zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, dzem 50g, pomidor 50g, mix sałat 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), rukola 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml(mleko), szyńska z tuszyczkiem 80g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutiłek siarki, jaja, seler), sałata zielona 10g, pomidor 10g, margaryna RAMA 100% pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Dzem 50g, Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), polędwica premium 80g (zboża zawierające gluten, gorczyca, seler, jaja, mleko), pomidor 50g, sałata zielona 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml(mleko), Pasta z twarogu i natki pietruszki 70g (mleko), Pomidor 50g, sałata zielona 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z zacierką 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko), udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), rozspanka 10g, pomidor 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Sałata jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), Rukola 10g margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), polędwica Ani 80g (zboża zawierające gluten, jaja mleko, orzeszki ziemnie, seler, gorczyca, sezam), Mix sałat 10g, Pomidor 50g margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Zupa ryżowa bez zablania 350ml (seler), Pieczeń trynajska w sosie pomidorowym 150g (110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g(mleko), Rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa gryzkowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), ryba pieczona 100g(zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, sałata zielona 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa jarzynowa z ziemniakami i 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), Makaron 200g (zboża zawierające gluten, jaja, soja), jaja, seler), Łopatką wieprzowa, mielona, duszona z sosem warzywno pomodoro wym 150g (80g/70g)(zboża zawierające gluten), mix sałat z warzywami z dodatkiem oleju roślinnego 100g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten,	Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), schab pieczony 130g(90g/40g) (zboża zawierające gluten), Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g (mleko, jaja) rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g (100/50)(zboża zawierające gluten, mleko), Kasza jęczmienna dodatkiem oleju roślinnego 200g, ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g(zboża zawierające gluten, mleko), Rozspanka 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Bitka ze schabu gotowana w sosie własnym 140g(90g/50g) (zboża zawierające gluten, mleko), Kasza jęczmienna dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), mix sałat z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, seler, jaja), Gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 150g(90g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchewki i jabłka 120g (mleko), Rukola 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa szpinakowa 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Pulpet gotowany w sosie wieprzowodrobi owy w sosie warzynopomid orowym 150g(100 g/50g)(zboża zawierające gluten, jaja, seler), Ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchewki i jabłka 120g (mleko), Rukola 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Makaron z serem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (250g/100g) (zboża zawierające gluten, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko), mix sałat z dodatkiem oleju roślinnego 70g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz wieprzowy gotowany 150g (90g/60g)(zboża zawierające gluten), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml

			gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)		gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)		soja, soja, seler, jaja, mleko)			
Kolacja/ II Kolacja	Schab z kija 80g Pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno- żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), arbuz 100g	Pasta twarogowo pomidorowa 70g (mleko), Pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml,	Szynka wędzarcza z kija 80g, Pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml,	połudwica z pasieki 80g ,margaryna RAMA 100% roślinna 15g, rosponka 10g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielenana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 120g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Pomidor 50g, Dżem 50g, Satała zielona 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Twaróg w plasterkach 50g pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten) Kakao 250ml (mleko)	Szynka wędzarcza z kija 80g, Satała zielona10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabielenana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) pomarańcza 130g	szynka wieprzowa biała extra 80g , Pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielenana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 100g	dżem 50g, Pomidor 50g margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kakao 250ml (mleko) Jogurt naturalny 100g (mleko)	Pasta z ryby z twarogiem 70g (ryba, zboża zawierające gluten, soja, mleko, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki), pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kakao 250 ml (mleko) mus owocowo- warzywny 100g

* 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

