

Dieta podstawowa

	Środa 11.09.2024 r.	Czwartek 12.09.2024 r.	Piątek 13.09.2024 r.	Sobota 14.09.2024 r.	Niedziela 15.09.2024 r.	Poniedziałek 16.09.2024 r.	Wtorek 17.09.2024 r.	Środa 18.09.2024 r.	Czwartek 19.09.2024 r.	Piątek 20.09.2024 r.	
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), polędwica 50g, delikatna 50g, Mix sałat 10g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), szynka z tłuszczykiem 50g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, soja, seler), pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, soja, seler, gorczyca, mleko), dżem 50g, ogórek zielony 50g, mix sałat 10g, masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), udziec z indyka w galarecie 50g (seler, mleko), ogórek świeży 50g, rukola 10g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), szynka z tłuszczykiem 50g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, soja, seler), sałata zielona 10g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), polędwica 50g, premium 50g (zboża zawierające gluten, gorczyca, seler, soja, mleko), masło 10g(mleko), ogórek 10g, świeży 50g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Dżem 50g, Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), polędwica 50g, premium 50g (zboża zawierające gluten, gorczyca, seler, soja, mleko), masło 10g(mleko), ogórek 10g, świeży 50g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml(zboża zawierające gluten, soja, mleko), udziec z indyka w galarecie 50g (seler, mleko), rozspanka 10g, ogórek świeży 50g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z zacierką 350ml(zboża zawierające gluten, soja, mleko), udziec z indyka w galarecie 50g (seler, mleko), rozspanka 10g, ogórek świeży 50g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 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 razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	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, mleko)	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml (seler), Pieczeń ryżowa w sosie pomidorowym 150g (110g/40g)(zboża zawierające gluten, soja, seler, ryba pieczona 100g(zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g(mleko), Rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, mleko)	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, buraczki 120g(mleko), Rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, mleko)	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 pomidorowym 150g (80g/70g)(zboża zawierające gluten), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, mleko)	Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), schab pieczony 130g(90g/40g) (zboża zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z białej kapusty i marchewki 120g (mleko, jaja) rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, mleko)	Zupa mleczna z kaszą 350ml (mleko), kukurydziana 350ml (mleko), polędwica 50g, premium 50g (zboża zawierające gluten, gorczyca, seler, soja, mleko), masło 10g(mleko), ogórek 10g, świeży 50g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem i ciecierzycą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler, jaja), Gulasz drobiowy z fileta z szabu gotowana w sosie własnym 140g(90g/50g) (zboża zawierające gluten, mleko), Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), surówka z czerwonej kapusty 120g, mix sałat 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, mleko)	Zupa mleczna z kaszą 350ml (mleko), kukurydziana 350ml (mleko), polędwica 50g, premium 50g (zboża zawierające gluten, gorczyca, seler, soja, mleko), masło 10g(mleko), ogórek 10g, świeży 50g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Zupa krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, seler, jaja), Gulasz drobiowy z fileta z szabu gotowany z jarzynami 150g(90g/60g) (zboża zawierające gluten, jaja, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), Sałata z buraka i jabłka z olejem roślinnym 120g, mix sałat 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa szpinakowa 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Pulpet gotowany w sosie wieprzowo drobiowy warzywno pomidorowym 150g(100g/50g) (zboża zawierające gluten, jaja, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), Sałata z buraka i jabłka z olejem roślinnym 120g, mix sałat 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Makaron z selerem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (250g/100g) (zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, mleko)

Kolacja/ II Kolacja	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 pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), arbuź 100g	Schab z kija 50g, Papryka 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), arbuź 100g	Pasta jajeczna 70g (jaja, mleko), pomidor 50g Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g (mleko)	Szynka wędzarska z kija 50g, Papryka świeża 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt owocowy 100g(mleko)	połudwica z pasieki 50g, masło 10g(mleko), ogórek świeży 50g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 120g	Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 70g (ryba, soja, mleko), ogórek świeży 50g Masło * 10g(mleko), Chleb6 pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g (mleko)	Ser żółty 50g(mleko), pomidor 50g, Masło 10g (mleko) Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) Kakao 250ml (mleko) Kiwi 70g	Szynka wędzarska z kija 50g, Papryka świeża 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g	Szynka wędzarska z kija 50g, Papryka świeża 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 130g	szynka wieprzowa biała extra 50g, ogórek świeży 50g, masło 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jogurt naturalny 100g (mleko)	dżem 50g, papryka czerwona 50g Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kakao 250ml (mleko) Jogurt naturalny 100g (mleko)
------------------------	--	---	---	--	--	--	---	--	--	---	---

\* 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 łatwostrawna

	Środa 11.09.2024 r.	Czwartek 12.09.2024 r.	Piątek 13.09.2024 r.	Sobota 14.09.2024 r.	Niedziela 15.09.2024 r.	Poniedziałek 16.09.2024 r.	Wtorek 17.09.2024 r.	Środa 18.09.2024 r.	Czwartek 19.09.2024 r.	Piątek 20.09.2024 r.	
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), szynka z tuszyczką 50g (zboża zawierające gluten, laktosa, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler), pomidor 50g, mix sałat 10g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), szynka z tuszyczką 50g (zboża zawierające gluten, laktosa, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler), pomidor 50g, mix sałat 10g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, mleko), dzem 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 tuszyczką 50g (zboża zawierające gluten, laktosa, 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 makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, ryba pieczona 100g (zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g (mleko), Rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	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), polędwica 50g, 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), rozspanka 10g, pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Sałatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), Rukola 10g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	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 selera i jabłka 120g (mleko, seler, jaja), rozspanka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml (seler), Pieczeni rymska w sosie pomidorowym 150g (110g/40g) (zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g (mleko), Rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, seler, jaja), Sałata zielona 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), Makaron 200g (zboża zawierające gluten, jaja, soja), Łopatka wieprzowa, mielona, duszona z sosem warzywno pomidoro wym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), 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), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g (mleko, seler, jaja) rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Rosół z makaronem 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, surówka z selera i jabłka 120g (mleko, seler, 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 z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, 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 z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, seler, jaja), Gulasz wieprzowy drobiowy gotowany z jarzynami 150g (90g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchewki i jabłka 120g, Rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler), Pulpet gotowany w sosie wieprzowo drobiowy warzywno pomidorowym 150g (100g/50g) (zboża zawierające gluten, jaja, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), Sałatka z buraka i jabłka z olejem roślinnym 120g, mix sałat 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, jaja, mleko), soja, mleko), warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)

Kolacja/ II Kolacja	Pasta z ryby z twarogiem 70g(ryba, zboża zawierające gluten, soja, mleko, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki), pomidor 50g, masło 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), arbusz 100g kakao 250 ml (mleko) mus owocowo-warzywny 100g	Schab z kija 50g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabieliwana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), arbusz 100g	Pasta z twarogowo pomidorowa 70g (mleko), Masło 10g(mleko), Pomidor 50g Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml,	Szynka wędzarska z kija 50g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml,	Szynka wędzarska z kija 50g, masło 10g (mleko), pomidor 50g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabieliwana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 130g	Twaróg w plasterkach 50g pomidor 50g, Masło 10g (mleko) Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) Kakao 250ml (mleko) Kiwi 70g	Szynka wędzarska z kija 50g, masło 10g (mleko), pomidor 50g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabieliwana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g	Szynka wieprzowa biała extra 50g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabieliwana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g	dżem 50g, Pomidor 50g Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kakao 250ml (mleko) Jogurt naturalny 100g (mleko)
------------------------	--	--	--	--	--	---	--	---	--

\* 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 11.09.2024 r.	Środa 13.09.2024 r.	Sobota 14.09.2024 r.	Niedziela 15.09.2024 r.	Wtorek 17.09.2024 r.	Środa 18.09.2024 r.	Czwartek 19.09.2024 r.	Piątek 20.09.2024 r.
Śniadanie/II Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
<p>Półedwica delikatna 80g</p> <p>Mix sałat 10g,</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Masło 10g(mleko),</p> <p>Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml</p>	<p>Twaróg w plasterkach 80g,</p> <p>Ogórek świeży 50g,</p> <p>mix sałat 10g,</p> <p>masło 10g (mleko),</p> <p>Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml</p>	<p>udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler)</p> <p>ogórek zielony 50g,</p> <p>rukola 10g, masło 10g</p> <p>(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml</p>	<p>szynka z tłuszczkiem 80g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler),</p> <p>Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml</p>	<p>poledwica premium 80g (zboża zawierające gluten, seler, jaja, mleko),</p> <p>Ogórek świeży 50g,</p> <p>Masło 10g(mleko),</p> <p>Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), salata lodowa 10g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Pasta z twarogu i natki pietruszki 70g (mleko), Pomidor 50g, sałata lodowa 10g, masło 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml</p>	<p>Udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), Rukola 10g, Masło 10g (mleko), ogórek świeży 50g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml</p>	<p>Salatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), Rukola 10g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml</p>
<p>Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko),</p> <p>Gułaz wieprzowy 150g</p> <p>gotowany 150g (100g/50g)(zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna 200g(zboża zawierające gluten),</p> <p>Surowka z czerwoną kapustą 120g, rozszponka 10g, Herbata 250ml</p>	<p>Zupa fasolowa z warzywami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), ryba pieczona 100g(zboża zawierające gluten, ryba, jajka),</p> <p>Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 200g,</p> <p>Rukola 10g, Herbata 250ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler),</p> <p>Makarony 200g (zboża zawierające gluten, jaja, soja),</p> <p>Łopatka wieprzowa, mielona, duszona z sosem</p> <p>warzywno pomodoro wym 150g (80g/70g)(zboża zawierające gluten), salata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Herbata 250ml</p>	<p>Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler),</p> <p>schab pieczony 130g(90g/40g) (zboża zawierające gluten),</p> <p>Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surowka z białej, kapusty i marchewki 120g (mleko, jaja)</p> <p>Rukola 10g, Herbata 250ml</p>	<p>Zupa pieczarkowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler),</p> <p>Bitka ze schabu gotowana w sosie własnym 140g(100g/40g) (zboża zawierające gluten, mleko),</p> <p>Kasza jęczmienna 200g (zboża zawierające gluten),</p> <p>surowka z czerwoną kapustą 120g, mix sałat 10g, Herbata 250ml</p>	<p>Zupa krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, seler, jaja),</p> <p>Gułaz drobiowego gotowany z jarzynami 150g(100g/50g) (zboża zawierające gluten, jaja, seler),</p> <p>Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem roślinnym 120g, mix sałat 10g, Herbata 250ml</p>	<p>Zupa szpinakowa 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler),</p> <p>Pulpet gotowany wieprzowodrobiowy w sosie warzywnopomodoro wym 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, jaja, seler),</p> <p>Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten),</p> <p>Salatka z buraka i jabłka z jogurtem naturalnym 100g (mleko), Herbata 250ml</p>	<p>Barszcz czerwonny z ziemniakami i fasolą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler),</p> <p>Makaron pełnoziarnisty z serem i dodatkami oleju roślinnego 350g (250g/100g) (zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko),</p> <p>salata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Herbata 250ml</p>
<p>Kolacja/II Kolacja</p>	<p>Pasta z ryby z twarogiem 70g(ryba, zboża zawierające gluten, soja, mleko, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki),</p> <p>ogórek świeży 50g, masło 10g(mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten)</p>	<p>Schab z kija 80g, Masło 10g (mleko), papryka 50g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten),</p> <p>Kawa zabieleną 250ml(zboża zawierające gluten, mleko),</p>	<p>poledwica z pasteki 80g, Masło 10g(mleko), ogórek świeży 50g, Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten),</p> <p>Kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten),</p>	<p>Ser żółty 50g(mleko), pomidor 50g, Masło 10g (mleko) Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten)</p> <p>Kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko),</p>	<p>Szynka wędzarska z kija 80g</p> <p>Papryka świeża 50g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten),</p> <p>Kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko)</p>	<p>szynka wieprzowa ekstra 80g, Ogórek świeży 60g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten),</p> <p>Kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko),</p> <p>jablko 100g</p>	<p>Ser żółty 50g papryka czerwoną 50g</p> <p>Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten)</p> <p>Kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko),</p>

	gluten), Herbata 250 ml mus owocowo- warzywny 100g	arbuz 100g	100g(mleko)		mleko), Jabiko 120g	Jogurt naturalny 100g (mleko)	Kiwi 70g	pomarańcza 130g		Jogurt naturalny 100g (mleko)
--	---	------------	-------------	--	------------------------	-------------------------------------	----------	-----------------	--	-------------------------------------

\* 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

maimz  
ALPIOLA  
Dzielnicy

## Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów- 4 posiłki

Środa 11.09.2024 r.	Czwartek 12.09.2024 r.	Piątek 13.09.2024 r.	Sobota 14.09.2024 r.	Niedziela 15.09.2024 r.	Poniedziałek 16.09.2024 r.	Wtorek 17.09.2024 r.	Środa 18.09.2024 r.	Czwartek 19.09.2024 r.	Piątek 20.09.2024 r.	
Śniadanie/II Śniadanie	szynka z tłuszczykiem 80g (zboża) zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler, masło 10g, 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 250ml	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 tłuszczykiem 80g (zboża) zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler, sałata zielona 10g, Pomidor 50g, Masło 100g (zboża) zawierające gluten, herbata 250ml	jajko gotowane 60g (mleko), Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża) zawierające gluten, Herbata 250ml	poledwica 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	poledwica 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 100g (zboża) zawierające gluten), Herbata 250ml	udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), rozszponka 10g, ogórek świeży 50g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża) zawierające gluten), Herbata 250ml	Salatka jarzynowa 150g (jaja, mleko), Rukola 10g, Masło 10g (mleko), Chleb Razowy 100g (zboża) zawierające gluten), Herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Zupa jarzynowa bez zabielenia 350ml (seler), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g (110g/40g)(zboża) zawierające gluten, jaja, ziemniaki 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, Ziemniaki z dodatkiem oleju 200g (mleko), Rukola 10g, Herbata 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350ml(zboża) zawierające gluten, mleko, seler), schab pieczony 130g(90g/40g) (zboża) zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z białej kapusty i marchewki 120g (mleko, jaja) rukola 10g, Herbata 250ml	Rosół z makaronem i ciecierzycą 350ml(zboża) zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie 140g(90g/50g) (zboża) zawierające gluten, mleko), Kasza jęczmienna 200g (zboża) zawierające gluten, mleko), ryz z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki z czernonej kapusty 120g, mix sałat 10g, Herbata 250ml	Pomidorowa z makaronem i ciecierzycą 350ml(zboża) zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie 140g(90g/50g) (zboża) zawierające gluten, mleko), Kasza jęczmienna 200g (zboża) zawierające gluten, mleko), ryz z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki z czernonej kapusty 120g, mix sałat 10g, Herbata 250ml	Pomidorowa z makaronem i ciecierzycą 350ml(zboża) zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie 140g(90g/50g) (zboża) zawierające gluten, mleko), Kasza jęczmienna 200g (zboża) zawierające gluten, mleko), ryz z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki z czernonej kapusty 120g, mix sałat 10g, Herbata 250ml	Zupa pieczarkowa 350ml (zboża) zawierające gluten, seler, Bitka ze schabu gotowana w sosie własnym 140g(90g/50g) (zboża) zawierające gluten, mleko), Kasza jęczmienna 200g (zboża) zawierające gluten, mleko), ryz z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki z czernonej 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), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g, rukola 10g, Herbata 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml(zboża) zawierające gluten, mleko, seler), Pulpet gotowany w sosie warzywnopomidorowym 150g (100g/50g) (zboża) zawierające gluten, jaja, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g, mix sałat 10g Herbata 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą 350ml(zboża) zawierające gluten, mleko, seler), Makaron pełnoziarnisty z serem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (250g/100g) (zboża) zawierające gluten, jaja, seler), jaja, soja, mleko), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Herbata 250ml

	<b>gluten, ryba)</b>	tomidorem i margarynã (zboża zawierajãce gluten, jaja, mleko)	margarynã (zboża zawierajãce gluten, jaja, mleko)	Kanapka z twarozkiem, tomidorem i margarynã (zboża zawierajãce gluten, mleko)	<b>gluten)</b>	tomidorem i margarynã 120g (zboża zawierajãce gluten)	Kanapka z wãdlinã, tomidorem, koperkiem i margarynã(zboż a zawierajãce gluten)	tomidorem i margarynã (zboża zawierajãce gluten, mleko)	Kanapka z rybã i tomidorem i margarynã (zboża zawierajãce gluten, mleko, ryba)
Kolacja/ II Kolacja	Pasta z ryby z twarogiem 70g(ryba, zboża zawierajãce gluten, soja, mleko, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek świeży 50g, masło 10g(mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierajãce gluten), Herbata 250ml	Schab z kija 80g, Papryka 50g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierajãce gluten), Kawa zabieliãna 250ml(zboża zawierajãce gluten, mleko), arbuz 100g	Pasta jajeczna 70g(jaja, mleko), pomidor 50g Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierajãce gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)	Szynka wãdzarza z kija 80g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierajãce gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)	polãdwica z pasieki 80g, Masło 10g(mleko), ogórek świeży 50g, Chleb razowy 100g (zboża zawierajãce gluten), Kawa zabieliãna 250ml (zboża zawierajãce gluten, mleko), Jablko 120g	Ser zółty 50g(mleko), pomidor 50g Masło 10g (mleko) Chleb razowy 100g (zboża zawierajãce gluten) Kakao 250ml (mleko) Kiwi 70g	Szynka wãdzarza z kija 80g, Papryka świeża 50g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierajãce gluten), kawa zabieliãna 250ml (zboża zawierajãce gluten, mleko) pomarañcza 130g	szynka wieprzowa biała extra 80g, Ogórek świeży 60g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierajãce gluten), Kawa zabieliãna 250ml (zboża zawierajãce gluten, mleko), jablko 100g	Ser zółty 50g (mleko), papryka świeża 50g Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierajãce gluten), Kawa zabieliãna 250ml (mleko) Jogurt naturalny 100g (mleko)

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

\* moŹliwe odchylenia +/- 10 %

\*kuchnia zastrzega sobie prawo do moŹliwoŹci wymiany potrawy, skłãdnika lub produktu z powodu przyczyn niezaleŹnych od niej – sytuacje losowe



Środa 11.09.2024 r.	Czwartek 12.09.2024 r.	Piątek 13.09.2024 r.	Sobota 14.09.2024 r.	Niedziela 15.09.2024 r.	Poniedziałek 16.09.2024 r.	Wtorek 17.09.2024 r.	Środa 18.09.2024 r.	Czwartek 19.09.2024 r.	Piątek 20.09.2024 r.	
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), szynka z tuszyczką 80g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, jaja), twaróg w plasterkach 80g, pomidor 50g, mix sałat 10g, masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml Jogurt owocowy 100g (mleko)	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, jaja), twaróg w plasterkach 80g, pomidor 50g, mix sałat 10g, masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml Jogurt owocowy 100g (mleko)	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 Jogurt naturalny 100g (mleko)	Zupa mleczna z szynką z tuszyczką 80g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, jaja, seler), sałata zielona 10g, Pomidor 10g, Masło 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml Jogurt owocowy 100g (mleko)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), jajo gotowane 60g (jaja), Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml Jogurt owocowy 100g (mleko)	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (zboża zawierające gluten, jaja, mleko), polędwica premium 80g (zboża zawierające gluten, gorczyca, seler, jaja, mleko), pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml Jogurt naturalny 100g (mleko)	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko), udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), roszponka 10g, pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml Jogurt owocowy 100g (mleko)	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko), udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), roszponka 10g, pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml Jogurt naturalny 100g (mleko)	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Sałatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), Rukola 10g, masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml Jogurt naturalny 100g (mleko)	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Sałatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), Rukola 10g, masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml Jogurt naturalny 100g (mleko)
Obiad/ Podwieczorek	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz wieprzowy 150g (90g/60g) (zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, seler, jaja), Surówka z roszponką 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa gryskowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), ryba pieczona 100g (zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g (mleko), Rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, seler, jaja), Surówka 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), Łopatką wieprzowa, mielona, duszona z sosem warzywno pomodoro wym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pieczonym 130g (90g/40g) (zboża zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z białej selera i jabłka 120g (mleko, seler, 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 pieczonym 130g (90g/40g) (zboża zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki i jabłkiem 120g, Rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), polędwica premium 80g (zboża zawierające gluten, gorczyca, seler, jaja, mleko), pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml Jogurt naturalny 100g (mleko)	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), polędwica premium 80g (zboża zawierające gluten, gorczyca, seler, jaja, mleko), pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml Jogurt naturalny 100g (mleko)	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko), udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), roszponka 10g, pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml Jogurt naturalny 100g (mleko)	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko), udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), roszponka 10g, pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml Jogurt owocowy 100g (mleko)	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Sałatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), Rukola 10g, masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml Jogurt naturalny 100g (mleko)



**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**

	Środa 11.09.2024 r.	Czwartek 12.09.2024 r.	Piątek 13.09.2024 r.	Sobota 14.09.2024 r.	Niedziela 15.09.2024 r.	Poniedziałek 16.09.2024 r.	Wtorek 17.09.2024 r.	Środa 18.09.2024 r.	Czwartek 19.09.2024 r.	Piątek 20.09.2024 r.	
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), szynka z tuszycykiem 80g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler), pomidor 50g, mix sałat 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), szynka z tuszycykiem 80g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler), pomidor 50g, mix sałat 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem zawierające gluten, jaja, gorczyca, dzem 50g, mix 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, mleko), 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), szynka z tuszycykiem 80g (zboża zawierające gluten, laktoza, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler), sałata zielona 10g, Pomidor 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb 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, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g, Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko), udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), rozszponka 10g, pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko), udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), rozszponka 10g, pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Sałatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), Rukola 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), Sałatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), Rukola 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	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), Surówka z selerem i jabłką 120g (mleko, seler, jaja), rozszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml (seler), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g (110g/40g) (zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g (mleko), Rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g (mleko), Rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa jarzynowa z ziemniakami i 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), Makaron 200g (zboża zawierające gluten, jaja, soja), Łopatka wieprzowa, mielona, duszona z sosem warzywno pomidoro wym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), 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), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłką 120g (mleko, seler, jaja) rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, 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 i jabłkiem 120g, Roszponka 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 z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), 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 z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), 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), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), Sałatka z buraka i jabłką z olejem roślinnym 120g, mix sałat 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler), Pulpet gotowany w sosie Wieprzowodrobiowy w sosie warzywnopomidoro wym 150g (100g/50g) (zboża zawierające gluten, jaja, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), Sałatka z buraka i jabłką z olejem roślinnym 120g, mix sałat 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, soja, seler, jaja, mleko)	Barszcz czerwonny z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Makaron z serem i dodatkami oleju roślinnego 350g (250g/100g) (zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)



Dieta dla cukrzyków  
CENTRUM DIETY DLA CUKRZYKÓW

Kolacja/ II Kolacja	Pasta z ryby z twarogiem 70g (ryba, <b>zboża zawierające gluten, soja, mleko, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki</b> ), pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), Kakao 250 ml ( <b>mleko</b> )  mus owocowo-warzywny 100g	Schab z kija 80g Pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g( <b>zboża zawierające gluten</b> ), Kawa zabieliłana 250ml( <b>zawierające gluten, mleko</b> ), arbuz 100g	Pasta twarogowo pomidorowa 70g ( <b>mleko</b> ), Pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g( <b>mleko</b> )	Szynka wędzarska z kija 80g, Pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), Herbata 250ml, Jogurt owocowy 100g( <b>mleko</b> )	poledwica z pasieki 80g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, rozspionka 10g, Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), kawa zabieliłana 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), Jablko 120g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), Dżem 50g, Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), Kiwi 70g	Twaróg w plastrach 50g pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) Kakao 250ml ( <b>mleko</b> )  Kiwi 70g	Szynka wędzarska z kija 80g, Sałata zielona 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> )  pomarańcza 130g	Szynka wieprzowa biała extra 80g, Pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), Kawa zabieliłana 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), Jablko 100g	dżem 50g, Pomidor 50g margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), Kakao 250ml ( <b>mleko</b> )  Jogurt naturalny 100g ( <b>mleko</b> )
------------------------	---	---	--	--	---	--	--	--	---	--

\* 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

## Dieta wegetariańska

	Środa 11.09.2024 r.	Czwartek 12.09.2024 r.	Piątek 13.09.2024 r.	Sobota 14.09.2024 r.	Niedziela 15.09.2024 r.	Poniedziałek 16.09.2024 r.	Wtorek 17.09.2024 r.	Środa 18.09.2024 r.	Czwartek 19.09.2024 r.	Piątek 20.09.2024 r.
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianą 350ml (mleko), ser żółty 50g (mleko), Mix sałat 10g, Pomidor 50g Masło 10g(mleko), Chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), pasta z twarogu i natki pietruszki 70g (mleko), 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), koperkiem 50g (seler, mleko), ogórek świeży 50g, rukola 10g, masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml(mleko), jajko gotowane 50g, sałata zielona 10g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno- żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250m	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), Ser żółty 50g (mleko), pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno- żytni 100g(zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko), pasta z jaj 50g (mleko, jaja), roszponka 10g Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250m	Zupa mleczna z zacierką 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko), pasta z jaj 50g (mleko, jaja), roszponka 10g Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250m	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 250m
Obiad/ Podwieczorek	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wielowarzynowy z soczewicą 140g (zboża zawierające gluten, seler), kasza zawierająca gluten, seler, dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z selera i jabłka 120g (mleko, seler, jaja), roszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ryżowa bez zabielania 350ml (seler), Pierogi ruskie 300g (zboża zawierające gluten, jaja, mleko), Rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, 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 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki 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 ze szpinakiem i fetą 300 g (zboża zawierające gluten, jaja, mleko), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Rosół warzynowy z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), kotlet sojowy 100g (soja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g (mleko, seler, jaja) rukola 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), pierogi ze szpinakiem 250g (zboża zawierające gluten, jaja, mleko), Roszponka 10g Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), naleśniki z serem i borówkami 300g 350ml (zboża zawierające gluten, jaja, mleko), Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, seler, jaja), kotlecki z brokula z jajkiem 100g (zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchewki i jabłka 120g, Rukola 10g Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa szpinakowa 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), risotto z ciecierzycą 300g (seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), Sałata z buraka i jabłka z olejem roślinnym 120g, mix sałat 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Barszcz czernony z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), serem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (250g/100g) (zboża zawierające gluten, jaja, soja, mleko), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)

Kolacja/ II Kolacja	Pasta z ryby z twarogiem 70g(ryba, zboża zawierające gluten, soja, mleko, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki), pomidor 50g, masło 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kakao 250 ml (mleko)	Jajko gotowane 50g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), arbuz 100g	Pasta z twarogowo pomidorowa 70g (mleko), Masło 10g(mleko), Pomidor 50g Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml,	Salatka jarzynowa 150g (jaja, mleko), masło seler), masło 10g(mleko), roszponka 10g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabiko 100g	Ser żółty 50g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 130g	Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 70g(ryba, soja, mleko), jabiko 100g Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko)	Twaróg w plasterkach 50g, pomidor 50g, Masło 10g (mleko) Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kakao 250ml (mleko)	Dzemi 50g, masło 10g (mleko), pomidor 50g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko)	Ser żółty 50g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jabiko 100g	dzemi 50g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kakao 250ml (mleko)	Jogurt naturalny 100g (mleko)
------------------------	--	---	---	---	--	---	---	---	--	---	-------------------------------

\* substancje lub produkty powodujące alergię 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