

| | | | | | | | | | | |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | Wtorek 01.10.2024 r. | Środa 02.10.2024 r. | Czwartek 03.10.2024 r. | Piątek 04.10.2024 r. | Sobota 05.10.2024 r. | Niedziela 06.10.2024 r. | Poniedziałek 07.10.2024 r. | Wtorek 08.10.2024 r. | Środa 09.10.2024 r. | Czwartek 10.10.2024 r. |
| Śniadanie/II Śniadanie | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), indyka w galarecie 50g, Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g (mleko), ogórek 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 (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, soja, gorczyca), dżem 50g, ogórek zielony 50g, mix sałat 10g, masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), polędwica delikatna 50g, Mix sałat 10g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | Zupa mleczna z szynką z kija 50g, pomidor 50g, sałata zielona 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, jaja, seler), sałata zielona 10g, ogórek świeży 50g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g (mleko), Rukola 10g, pierś z indyka 30g (mleko, seler, gorczyca, soja), Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | 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 (mleko), Chleb (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | 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 (mleko), Chleb (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 |
| Obiad/ Podwieczorek | Zupa pieczarkowa 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, mleko), ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, mix sałat 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Roszponka 10g Kompot | Pomidorowa z makaronem i ciecierzycą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pomidorowym 150g (100g/50g) (zboża zawierające gluten, jaja, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z buraka i jabłka z olejem roślinnym 120g, mix sałat 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Roszponka 10g Kompot | Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Pulpet gotowany Wieprzowo drobiowy w sosie pomidorowym 150g (100g/50g) (zboża zawierające gluten, jaja, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z buraka i jabłka z olejem roślinnym 120g, mix sałat 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Roszponka 10g Kompot | Zupa fasolowa z warzywami 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 (zboża zawierające gluten), Sałata z buraka i jabłka z olejem roślinnym 120g, mix sałat 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Roszponka 10g Kompot | 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 czarwoniej kapusty 120g, 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) | 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, seler, jaja, mleko) | 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, mleko), 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), Makaron z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem roślinnym 120g, Rukola 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko) | Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Makaron z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, soja, seler), Jaja, soja, łopatką wieprzowa, mielona, duszona z sosem pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata lodowa z |

Wszystkie produkty są bezglutenowe i bezmleczne.

| | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|--------|----------------------------------------------------------------------|--------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | | | | | | | | | | | warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko) | |
| Kolacja/ II Kolacja | mleko) | 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko) | jaja, mleko) | | | | | | | | | | Szynka wędzarska z kija 50g, pomidor 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 wędzarska z kija 50g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kakaó 250ml (mleko) Jogurt naturalny 100g (mleko) |
| | | | | | | | | | | | | | Szab z kija 50g, Papryka 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 100g |
| | | | | | | | | | | | | | połudwica z pasieki 50g, masło 10g(mleko), pomidor 50g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 120g |
| | | | | | | | | | | | | | 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), Kakaó 250 ml (mleko) mus owocowo-warzywny 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 z kija 50g, pomidor 50g, masło 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g |
| | | | | | | | | | | | | | 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) Kakaó 250ml (mleko) Kiwi 70g |

* 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

PROJEKT
DOKUMENTACJA
PROJEKTOWA
ZADANIE 1.1
11.11.2024

| Dieta łatwostrawna | | Wtorek 01.10.2024 r. | Sroda 02.10.2024 r. | Czwartek 03.10.2024 r. | Piatek 04.10.2024 r. | Sobota 05.10.2024 r. | Niedziela 06.10.2024 r. | Poniedzialek 07.10.2024 r. | Wtorek 08.10.2024 r. | Sroda 09.10.2024 r. | Czwartek 10.10.2024 r. |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie/II Śniadanie | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Dżem 50g. Pomidor 50g, Sałata 10g, pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g Herbata 250ml | Zupa mleczna z zacierką 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), udziec z indyka w galarecie 50g (seler, mleko), rozszponka 10g, pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | Zupa mleczna z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), ryba pieczona 100g(zboża zawierające gluten, ryba, jaj), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 150g(100g/50g)\zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g (mleko), Surówka z dodatkiem oleju roślinnego 200g, mix sałat 10g, sałata zielona 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko) | Zupa mleczna z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz wieprzowy 150g (90g/60g)\zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z selerą i jabłką 120g (mleko, seler, jaja), rukola 10g, roszonek 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko) | Zupa mleczna z ryżem 350ml(mleko), szynka z kija 50g, tłuszczykiem 50g (zboża zawierające gluten, laktaza, 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 kaszą kukurydzianą 350ml(mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g(zboże zawierające gluten), 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 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 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 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 kaszą mąką 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), udziec z indyka w galarecie 50g (seler, mleko), rukola 10g, masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml |
| Obiad/ Podwieczerek | Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie własnym 140g(90g/50g) (zboża zawierające gluten, mleko), Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, mleko), Surówka z dodatkiem oleju roślinnego 200g, marchewki z jabłkiem 120g Roszonek 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, | Zupa szpinakowa 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Pulpet gotowany w sosie własnym 150g(100g/50g)\zboża zawierające gluten, ryba, jaj), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selerą i jabłką 120g (mleko, seler, jaja), rukola 10g, roszonek 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko) | Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz wieprzowy 150g (90g/60g)\zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z selerą i jabłką 120g (mleko, seler, jaja), rukola 10g, roszonek 10g, 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, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g(mleko), Rukola 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko) | Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Makaron z serem i 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 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, Surówka z marchewki i jabłka 120g, Rukola 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko) | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Makaron z dodatkiem oleju roślinnego 200g (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 jarzynowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Makaron z dodatkiem oleju roślinnego 200g (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 jarzynowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Makaron z dodatkiem oleju roślinnego 200g (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 jarzynowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Makaron z dodatkiem oleju roślinnego 200g (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 jarzynowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Makaron z dodatkiem oleju roślinnego 200g (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) |

| | | | | | | | | | | | |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kolacja/ II Kolacja | 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko) | gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko) | soja, soja, seler, jaja, mleko) | | | | | | | | warzywami i jogurtem naturalnym 100g(mleko), Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko) |
| | Twaróg w plasterkach 50g, pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) Kakao 250ml Kiwi 70g | Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 70g(ryba, soja, mleko), jablko 100g Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten) Herбата 250ml, Jogurt naturalny 100g (mleko) | szynka z kija 50g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten) Kawa zabieliłana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jablko 100g | Pasta z twarogowo pomidorowa 70g (mleko), Masło 10g(mleko), Pomidor 50g Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herбата 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko) | 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 250ml (zboża zawierające gluten), mus owocowo-warzywny 100g | polędwica z pasieki 50g, masło 10g(mleko), rozspanka 10g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabieliłana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jablko 100g | Schab z kija 50g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabieliłana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), jablko 100g | dżem 50g, Pomidor 50g Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kakao 250ml (mleko) Jogurt naturalny 100g (mleko) | Szynka wędzarka z kija 50g, masło 10g (mleko), pomidor 50g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabieliłana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) pomarańcza 130g | Szynka wędzarka z kija 50g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herбата 250ml, Jogurt owocowy 100g(mleko) | |

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

* możliwe odchylenia +/- 10 %

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

DIETETYK KLINICZNY
mgr *Joanna Mus*
joanna@dietetyk.pl

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

| | Wtorek 01.10.2024 r. | Środa 02.10.2024 r. | Czwartek 03.10.2024 r. | Piątek 04.10.2024 r. | Sobota 05.10.2024 r. | Niedziela 06.10.2024 r. | Poniedziałek 07.10.2024 r. | Wtorek 08.10.2024 r. | Środa 09.10.2024 r. | Czwartek 10.10.2024 r. | |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie/II Śniadanie | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), polędwica 80g, margaryna RAMA 100% (zboża zawierające gluten, gorczyca, seler, jaja, mleko), udziec z indyka w galarecie 80g, Dżem 50g, Pomidor 50g, Sałata 10g, margaryna RAMA 100% (zboża zawierające gluten, jaja, mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g Herbata 250ml | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Dżem 50g, Pomidor 50g, Sałata 10g, margaryna RAMA 100% (zboża zawierające gluten, jaja, mleko), udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), rozspanka 10g, pomidor 50g, margaryna RAMA 100% (zboża zawierające gluten), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | Zupa mleczna z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, jaja, mleko), udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), rozspanka 10g, pomidor 50g, margaryna RAMA 100% (zboża zawierające gluten), 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 sałata 10g, margaryna RAMA 100% (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | Zupa mleczna z makaronem 350ml (mleko), polędwica 80g, delikatna 80g, Mix sałat 10g, margaryna RAMA 100% (zboża zawierające gluten), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), polędwica 80g, delikatna 80g, Mix sałat 10g, margaryna RAMA 100% (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), szynka z kija 80g, sałata zielona 10g, Pomidor 50g, margaryna RAMA 100% (zboża zawierające gluten), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), szynka z kija 80g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, margaryna RAMA 100% (zboża zawierające gluten), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), 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% (zboża zawierające gluten), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), 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% (zboża zawierające gluten), 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% (zboża zawierające gluten), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml |
| Obiad/ Podwieczorek | Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Bitka ze schabu gotowana w sosie własnym 140g (90g/50g) (zboża zawierające gluten, mleko), Kasza jęczmienna 200g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), | Pomidorowa z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie własnym 140g (90g/50g) (zboża zawierające gluten, mleko), Ryż z dodatkami oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, mleko), Surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Roszponka 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten) | Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Pulpet gotowany w sosie 150g (zboża zawierające gluten, jaja, mleko), ryba pieczona 100g (zboża zawierające gluten, ryba), Sos grecki z dodatkami oleju roślinnego 100g (seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), Sałata z buraka i jabłka z olejem roślinnym 120g, mix sałat 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) | Zupa gryskowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), ryba pieczona 100g (zboża zawierające gluten, ryba), Sos grecki z dodatkami oleju roślinnego 100g (seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), Sałata z buraka i jabłka z olejem roślinnym 120g, mix sałat 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) | Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz wieprzowy gotowany 150g (zboża zawierające gluten), ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), Surówka z selerą i jabłką 120g (mleko, seler, jaja), rozspanka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko) | Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz wieprzowy gotowany 150g (zboża zawierające gluten), ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), Surówka z selerą i jabłką 120g (mleko, seler, jaja), rozspanka 10g, 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 dodatkami oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), buraczki 120g (mleko), Rukola 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 dodatkami oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, jaja, mleko), 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 dodatkami oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, seler), Surówka z marchewki i jabłka 120g, Rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko) | Zupa jarzynowa z ziemniakami i 350ml (zboża zawierające gluten, seler, jaja), Gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 150g (90g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), Ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, seler), Surówka z marchewki i jabłka 120g, Rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko) | Zupa jarzynowa z ziemniakami i 350ml (zboża zawierające gluten, seler, jaja), Gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 150g (90g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), Ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, seler), Surówka z marchewki i jabłka 120g, Rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko) |

| | | | | | | | | | | | |
|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kolacja/ II Kolacja | Kompot 250ml zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko) | zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko) | soja, soja, seler, jaja, mleko) | | mleko) | | | jaja, mleko) | | | lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g(mleko), Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko) |
| | Twaróg w plastrach 50g pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten) Kakao 250ml (mleko) Kiwi 70g | Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 70g(ryba, soja, mleko), jabłko 100g margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Herbata 250ml, jabłko 100g | szynka z kija 80g, Pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g | Pasta twarogowo pomidorowa 70g (mleko), Pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, 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 | polędwica z pasieki 80g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, roszponka 10g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 120g | Schab z kija 80g Pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno- żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g | dzem 50g, Pomidor 50g margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kakao 250ml (mleko) Jogurt naturalny 100g(mleko) | Szynka wędzarska z kija 80g, Sałata zielona 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) pomarańcza 130g | Szynka wędzarska z kija 80g, Pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt owocowy 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

DIETETYK KLINICZNY
mgr *[podpis]* mus

[podpis]

Dieta bogatobiałkowa

| | Wtorek 01.10.2024 r. | Środa 02.10.2024 r. | Czwartek 03.10.2024 r. | Piątek 04.10.2024 r. | Sobota 05.10.2024 r. | Niedziela 06.10.2024 r. | Poniedziałek 07.10.2024 r. | Wtorek 08.10.2024 r. | Środa 09.10.2024 r. | Czwartek 10.10.2024 r. | |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie/II Śniadanie | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml(zboża), polędwica 80g, premium 80g (mleko), udziec z indyka w galarecie 80g (jaja), Pomidor 50g, zielona 10g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g(zboża), zawierające gluten), Herbata 250ml Jogurt naturalny 100g (mleko) | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża), zawierające gluten, mleko), udziec z indyka w galarecie 80g (mleko), roszponka 10g, pomidor 50g, zielona 10g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g(zboża), zawierające gluten), Herbata 250ml Jogurt owocowy 100g (mleko) | Zupa mleczna z zacierką 350ml(zboża), zawierające gluten, jaja, soja, mleko), udziec z indyka w galarecie 80g (mleko), roszponka 10g, pomidor 50g, zielona 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, mleko), twaróg w plasterkach 80g, pomidor 50g, mix sałat 10g, masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g(zboża), zawierające gluten), Herbata 250m Jogurt owocowy 100g (mleko) | Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), polędwica 80g, delikatna 80g, Mix sałat 10g, Pomidor 50g Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża), zawierające gluten), Herbata 250ml Jogurt naturalny 100g (mleko) | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), szynka z kija 80g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g(zboża), zawierające gluten), Herbata 250ml Jogurt naturalny 100g(mleko) | Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml(zboża), zawierające gluten, mleko), iwarogu i natki pietruszki 70g (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, 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 kaszą jaglaną 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 kaszą jaglaną 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 kaszą jaglaną 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) |
| Obiad/ Podwieczorek | Zupa ziemniaczana 350ml (zboża), zawierające gluten, mleko, seler), Bitka ze schabu gotowana w sosie własnym 140g(90g/50g) (zboża), zawierające gluten, mleko), Kasza jęczmienna 200g (zboża), zawierające gluten), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g(mleko), Kompot 250ml(zboża), zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, | Pomidorowa z makaronem 350ml(zboża), zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie 150g (100/50)(zboża), zawierające gluten, mleko), Surówka z marchewki z jabłkiem 120g, mix sałat 10g Kompot 250ml (zboża), zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, | Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml(zboża), zawierające gluten, seler), Pulpet gotowany w sosie woprzowodrobiowy 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, | Zupa grysikowa 350ml (zboża), zawierające gluten, seler, mleko), ryba pieczona 100g(zboża), zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża), zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża), zawierające gluten), Sałata zielona 10g, Kompot 250ml(zboża), zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, | Zupa ziemniaczana 350ml (zboża), zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz gotowany 150g (90g/60g)(zboża), zawierające gluten), Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża), zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża), zawierające gluten), Surówka z białej selera i jabłka 120g, rukola 10g, Kompot 250ml(zboża), zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, | Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(seler), Pieczeń ryżowa 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, gorczyca, soja, seler, jaja, | Rosół z makaronem 350ml (zboża), zawierające gluten, mleko, seler), schab pieczony 130g(90g/40g) (zboża), zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża), zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża), zawierające gluten), Surówka z białej selera i jabłka 120g, Kompot 250ml(zboża), zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, | Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(zboża), zawierające gluten, mleko, seler), Makaron z serem i dodatkiem oleju roślinnego 200g (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, | 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, Surówka z marchewki i jabłka 120g, rukola 10g, Kompot 250ml(zboża), zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, | Zupa jarzynowa z ziemniakami i 350ml(zboża), zawierające gluten, mleko, soja, seler), Makaron z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża), zawierające gluten, jaja, soja), Łopatką wieprzowa, mielona, duszona z sosem 250ml(zboża), zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, | |



Polskie Towarzystwo Dietetyczne

| | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | soja, seler, jaja, mleko) Kanapka z polećwica, pomidorem i margaryną 120g(zboża zawierające gluten) | mleko) Kanapka z polećwica, pomidorem i margaryną 120g(zboża zawierające gluten) | Kanapka z twarogiem, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, mleko) | Kanapka z jajkiem, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, jaja, mleko) | Kanapka z jajkiem, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, jaja, mleko) | Kanapka z tuńczykiem, sałatą zieloną, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, ryba) | Kanapka z jajkiem, sałatą zieloną, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, ryba) | Kanapka z twarogiem, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, mleko) | 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) | Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko) Kanapka z twarogiem, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, mleko) | |
| Kolacja/ II Kolacja | Twaróg w plasterkach 50g, pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Kakao 250ml (mleko) | Kiwi 70g | Jogurt naturalny 100g (mleko) | Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 70g(ryba, soja, mleko), jabłko 100g (mleko), Bułka grahamka 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml, Herbata 250ml, | Jogurt naturalny 100g (mleko) | Jabłko 100g | Pasta twarogowo pomidorowa 70g (mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Bułka grahamka i 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, | Pasta z ryby z twarogiem 70g(ryba, zboża zawierające gluten, soja, mleko, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwuliterek siarki), Pomidor 50g, masło 10g(mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten, mleko), Kakao 250 ml (mleko) | mus owocowo-warzywny 100g | Jabłko 100g | Schab z kija 80g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g | Ser żółty 50g(mleko), pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Kakao 250ml (mleko) Jogurt naturalny 100g (mleko) | Szynka wędzarska z kija 80g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt owocowy 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

DIETETYK KLINICZNY

mgr *[podpis]* mus

Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów- 4 posiłki

| | | | | | | | | | | | |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | Wtorek 01.10.2024 r. | Środa 02.10.2024 r. | Czwartek 03.10.2024 r. | Piątek 04.10.2024 r. | Sobota 05.10.2024 r. | Niedziela 06.10.2024 r. | Poniedziałek 07.10.2024 r. | Wtorek 08.10.2024 r. | Środa 09.10.2024 r. | Czwartek 10.10.2024 r. | |
| Śniadanie/II Śniadanie | południca premium 80g (zboża zawierające gluten, gorczyca, seler, jaja, mleko), Ogórek świeży 50g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | jajko gotowane 60g (mleko), Pomidor 50g, Salata zielona 10g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), roszponka 10g, papryka 50g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | Twaróg w plastrach 80g, Ogórek świeży 50g, mix salat 10g, masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | południca delikatna 80g Mix salat 10g, Pomidor 50g 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | szynka z tłuszcznikiem 80g (zboża zawierające gluten, laktaza, gorczyca, dwutlenek siarki, jaja, seler), salata zielona 10g, ogórek świeży 50g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | szynka z kija 80g pomidor 50g, salata lodowa 10g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | Salatka jaryzynowa 150g (jaja, mleko), Rukola seler), Rukola 10g, pierś z indyka 30g (mleko, seler, gorczyca, soja), Masło 10g (mleko), Chleb Razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | Pasta z twarogu i natki pietruszki 70g (mleko), Pomidor 50g, salata lodowa 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 (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml | |
| Obiad/ Podwieczorek | Zupa pieczarkowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Bitka 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 salat 10g, Herbata 250ml | Pomidorowa z makaronem i ciecierycą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruskowym 150g (100/50) (zboża zawierające gluten, mleko), ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Roszponka 10g Herbata 250ml | Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Pulpet gotowany w woprzowodrobo wym w sosie warzywno pomidor o wym 150g (100g/50g) (z bo za zawierające gluten, jaja, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), Salatka z buraka i jabłka z olejem roślinnym 120g, mix salat 10g Herbata 250ml | Zupa fasolowa z warzywami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, ryba pieczona 100g (zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g (seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, salata zielona 10g, Herbata 250ml | Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz wprzowy gotowany 150g (100g/50g) (zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), Surówka z czerwonej kapusty 120g, roszonek 10g, Herbata 250ml | 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, Herbata 250ml | Zupa ryżowa bez zabielania 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 kрупnik 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 roślinnym 120g, rukola 10g, Herbata 250ml | Barszcz z ziemniakami i fasolą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Makaron pełnoziarnisty z serem i dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, seler), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem roślinnym 120g, salata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), 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 roślinnym 120g, rukola 10g, Herbata 250ml | Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), Makaron pełnoziarnisty z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, jaja, soja), Łopatka wieprzowa, mielona, duszona z sosem warzywno pomidoro wym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), salata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Herbata 250ml |
| | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kolacja/ II Kolacja | <p>tomidorem i margaryn4 120g (zboza zawieraj4ce gluten)</p> <p>Ser z6fty 50g (mleko), pomidor 50g Maslo 10g (mleko) (mleko), og6rek 50g, Chleb razowy 100g (zboza zawieraj4ce gluten), Kawa 100g(zboza zawieraj4ce gluten), Kakao 250ml (mleko)</p> <p>Kiwii 70g</p> | <p>gluten)</p> <p>Pasta z tu6czyka, twarogu i kopertku 70g(ryba, soja, mleko), og6rek 50g, Maslo 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboza zawieraj4ce gluten), Kawa 100g(zboza zawieraj4ce gluten), Herbata 250ml,</p> <p>Jogurt naturalny 100g (mleko)</p> | <p>kanapka z twar6zkiem, pomidorem i margaryn4 (zboza zawieraj4ce gluten, mleko)</p> <p>Szynka z kija 80g, pomidor 50g, Maslo 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboza zawieraj4ce gluten), Kawa zabieliwana 250ml (zboza zawieraj4ce gluten, mleko), jablko 100g</p> | <p>margaryna (zboza zawieraj4ce gluten, jaja, mleko)</p> <p>Pasta jajeczna 70g(jaja, mleko), pomidor 50g Maslo 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboza zawieraj4ce gluten), Herbata 250ml,</p> <p>Jogurt naturalny 100g(mleko)</p> | <p>gluten, ryba)</p> <p>Pasta z ryby z twarogiem 70g(ryba, zboza zawieraj4ce gluten, soja, mleko, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki), og6rek 5wiezy 50g, maslo 10g(mleko), chleb razowy 100g (zboza zawieraj4ce gluten), Herbata 250ml</p> <p>mus owocowo-warzywny 100g</p> | <p>tomidorem i margaryn4 (zboza zawieraj4ce gluten, jaja, mleko)</p> <p>Schab z kija 80g, Papryka 50g, Maslo 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboza zawieraj4ce gluten), Kawa zabieliwana 250ml(zboza zawieraj4ce gluten, mleko), jablko 100g</p> | <p>kanapka z ryb4 i pomidorem i margaryn4 (zboza zawieraj4ce gluten, mleko, ryba)</p> <p>Ser z6fty 50g (mleko), pomidor 50g Maslo 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboza zawieraj4ce gluten), Kawa zabieliwana 250ml (mleko)</p> <p>Jogurt naturalny 100g (mleko)</p> | <p>tomidorem, kopertkiem i margaryn4(zboza zawieraj4ce gluten)</p> <p>Szynka wedzarka z kija 80g, Pomidor 50g, Maslo 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboza zawieraj4ce gluten), kawa zabieliwana 250ml (zboza zawieraj4ce gluten, mleko)</p> <p>pomara6cza 130g</p> | <p>250ml</p> <p>Kanapka z twar6zkiem, pomidorem i margaryn4 (zboza zawieraj4ce gluten, mleko)</p> <p>Szynka wedzarka z kija 80g, Pomidor 50g, Maslo 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboza zawieraj4ce gluten), Herbata 250ml,</p> <p>Jogurt naturalny 100g(mleko)</p> |
|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

* substancje lub produkty powoduj4ce alergie lub reakcje nietolerancji zaznaczono pogrubionym drukiem w odniesieniu do załącznika

* moziwe odchylenia +/- 10 %

*Kuchnia zastrzega sobie prawo do moziwości wymiany potrawy, skł4dnika lub produktu z powodu przyczyn niezalecznych od niej – sytuacji losowe

DIETETYK KLINICZNY
mgr *[signature]* mus

[handwritten mark]

Dieta wegetariańska

| | | | | | | | | | | |
|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | Wtorek 01.10.2024 r. | Środa 02.10.2024 r. | Czwartek 03.10.2024 r. | Piątek 04.10.2024 r. | Sobota 05.10.2024 r. | Niedziela 06.10.2024 r. | Poniedziałek 07.10.2024 r. | Wtorek 08.10.2024 r. | Środa 09.10.2024 r. | Czwartek 10.10.2024 r. |
| Śniadanie/II Śniadanie | Zupa mleczna z płatkami kukurydzianą 350ml(zboża zawierające gluten, soja, mleko),pasta z jaj 50g (mleko, jaja), Dżem 50g, Pomidor 50g, roszponka 10g 10g, pomidor 50g, Salata zielona 10g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | Zupa mleczna z zacierką 350ml(zboża zawierające gluten, soja, mleko),pasta z jaj 50g (mleko, jaja), roszponka 10g 10g, pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko),ser zółty 50g(mleko), Mix sałat 10g, Pomidor 50g 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 kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Salatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), Rukola 10g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), twarożek z koperkiem 50g (seler, mleko), ogórek świeży 50g, rukola 10g, masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), 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 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 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) | |
| Obiad/ Podwieczorek | 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) | Pomidorowa z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler),pierogi ze szpinakiem 250g (zboża zawierające gluten, jaja, mleko), Kompot Roszponka 10g 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko) | Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), ryba pieczona risotto z szpinakiem 300g (seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), Salatka z buraka i jabłka z olejem roślinnym 120g, mix sałat 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko) | Zupa grysikowa 350ml (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) | Rosół warzywny z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), kotlet sojowy 100g (soja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z sela i jabłka 120g (mleko, seler, jaja) rukola 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko) | Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wielowarzywny z soczewicą 140g (zboża zawierające gluten, seler), kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z seler i jabłka 120g (mleko, seler, jaja), roszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko) | Rosół warzywny z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), kotlet sojowy 100g (soja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z sela i jabłka 120g (mleko, seler, jaja) rukola 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), Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko) | Barszcz czerny z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler, jaja),kotlecki z brokula z jajkiem 100g (zboża zawierające gluten, jaja), serem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (250g/100g) (zboża zawierające gluten, jaja, soja, 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), Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko) |



| | | | | | | | | | |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kolacja/ II Kolacja | Twaróg w plastrach 50g, pomidor 50g, Masło 10g (mleko) Chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten) Kakao 250ml (mleko) Kiwi 70g | Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 70g(ryba, soja, mleko), jabłko 100g Masło 10g(mleko), Chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten) , Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g (mleko) | Ser żółty 50g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) , Herbata 250ml, Jabłko 100g | Pasta z twarogowo pomidorowa 70g (mleko), Masło 10g(mleko), Pomidor 50g Chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten) , Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko) | 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) mus owocowo- warzywny 100g | Salatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), masło 10g(mleko), roszponka 10g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) , Kawa zabielana 250ml zawierające gluten, Kawa zabielana 250ml zawierające gluten, mleko) , Jabłko 100g | Ser żółty 50g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) , Kakao 250ml (mleko) Jogurt naturalny 100g (mleko) | Dzemi 50g, masło (mleko) , pomidor 50g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten) , kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) pomarańcza 130g | Jajko gotowane 50g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno- żytni 100g(zboża zawierające gluten) , Kawa zabielana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko) , jabłko 100g |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

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

* możliwe odchylenia +/- 10 %

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

DIETETYK KLINICZNY
mgr *[Podpis]* mus

d.z ograniczeniem łatwoprzyswajalnychwęglowodanów - 3 posiłki

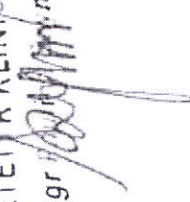
| | | | | | | | | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Wtorek 01.10.2024 r. | Środa 02.10.2024 r. | Czwartek 03.10.2024 r. | Piątek 04.10.2024 r. | Sobota 05.10.2024 r. | Niedziela 06.10.2024 r. | Poniedziałek 07.10.2024 r. | Wtorek 08.10.2024 r. | Środa 09.10.2024 r. | Czwartek 10.10.2024 r. |
| Śniadanie/II Śniadanie | Śniadanie | Śniadanie | Śniadanie | Śniadanie | Śniadanie | Śniadanie | Śniadanie | Śniadanie | Śniadanie |
| poledwica premium 80g (zboża zawierające gluten,gorczyca,se ier,jaja,mleko), Ogórek świeży 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | jakko gotowane 60g (jaja), Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | Udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), rozspanka 10g, Masło 10g (mleko), ogórek świeży 50g, 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 | poledwica delikatna 80g, Mix sałat 10g, Pomidor 50g, 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 | szynka z kija 80g, pomidor 50g, sałata lodowa 10g, masło 10g(mleko), chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml | Salatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), Rukola 10g, pieś z indyka 30g(mleko, seler, gorczyca, soja), Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), 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), ogórek zielony 50g, rukola 10g, masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), herbata 250ml |
| Obiad/ Podwieczorek | Obiad/ Podwieczorek | Obiad/ Podwieczorek | Obiad/ Podwieczorek | Obiad/ Podwieczorek | Obiad/ Podwieczorek | Obiad/ Podwieczorek | Obiad/ Podwieczorek | Obiad/ Podwieczorek | Obiad/ Podwieczorek |
| Zupa pieczarkowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Bitka ze schabu 140g(100g/40g) gotowana w sosie własnym 100g(100g/40g) (zboża zawierające gluten, mleko), Kasza jęczmienna 200g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z czerwonej kapusty 120g, mix sałat 10g, Herbata 250ml | Pomidorowa z makaronem i ciecierzycą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, jaja, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, mleko), Ryż brązowy z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki z jabkiem 120g(mleko), Roszponka 10g Herbata 250ml | Zupa szpinakowa 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Pulpet gotowany w sosie 150g warzywnopomidorowym 100g(zboża zawierające gluten, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), Sałata z buraka i jabka z olejem roślinnym 120g, mix sałat 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 (seler, seler), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z buraka i jabka z olejem roślinnym 120g, mix sałat 10g Herbata 250ml | Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz wieprzowy 150g gotowany 100g(zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z czerwonej kapusty 120g, rozspanka 10g, Herbata 250ml | Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), schab pieczony 130g(90g/40g) (zboża zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g(mleko), Rukola 10g, Herbata 250ml | Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml (seler), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g (110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki 120g (mleko, jaja) Rukola 10g, Herbata 250ml | Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Makaron pełnoziarnisty z serem i dodatkami 350g (250g/100g) oleju roślinnego (zboża zawierające gluten, jaja, seler), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem roślinnym 120g, rukola 10g, Herbata 250ml | Zupa krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, seler, gotowany z fileta drobiowego jarzynami 150g(100g/50g) (zboża zawierające gluten, seler), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem roślinnym 120g, rukola 10g, Herbata 250ml | Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), Makaron dodatkami 200g oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, jaja, soja), Łopatką wieprzowa, mielona, duszona z sosem warzywno pomidorowym 150g (80g/70g)(zboża zawierające gluten), salata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Herbata 250ml |
| Kolacja/ II Kolacja | Kolacja/ II Kolacja | Kolacja/ II Kolacja | Kolacja/ II Kolacja | Kolacja/ II Kolacja | Kolacja/ II Kolacja | Kolacja/ II Kolacja | Kolacja/ II Kolacja | Kolacja/ II Kolacja | Kolacja/ II Kolacja |
| Ser zółty 50g(mleko), pomidor 50g, masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml (zboża | Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 70g(ryba, soja, mleko), ogórek świeży 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), | szynka z kija 80g, Ogórek świeży 60g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), | Pasta jajeczna 70g(jaja, mleko), pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, | Pasta z ryby z twarogiem 70g(ryba, zboża zawierające gluten, soja, mleko, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki), Kawa zabielenia 250ml (mleko), | poledwica z pasieki 80g, Masło 10g(mleko), ogórek świeży 50g, Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml | Schab z kija 80g, Masło 10g (mleko), papryka 50g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml(zboża | Ser zółty 50g papryka czerwona 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml | Szynka wędzarska z kija 80g, Papryka świeża 50g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabielenia 250ml (zboża zawierające | Szynka wędzarska z kija 80g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, |

| | | | | | | | | | | |
|--|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|
| | zawierające gluten, mleko), Kiwi 70g | zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g (mleko) | Jabłko 100g | Jogurt naturalny 100g(mleko) | chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250 ml mus owocowo- warzywny 100g | (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 120g | zawierające gluten, mleko), jabłko 100g | 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jogurt naturalny 100g (mleko) | gluten, mleko) pomarańcza 130g | Jogurt naturalny 100g(mleko) |
|--|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|

* substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zaznaczono pogrubionymi drukami w odniesieniu do załącznika

* możliwe odchylenia +/- 10 %

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

DIETETYK KLINICZNY
mgr  mus

