

	Czwartek 31.10.2024 r.	Piątek 01.11.2024 r.	Sobota 02.11.2024 r.	Niedziela 03.11.2024 r.	Sobota 04.11.2024 r.	Poniedziałek 04.11.2024 r.	Wtorek 05.11.2024 r.	Środa 06.11.2024 r.	Czwartek 07.11.2024 r.	Piątek 08.11.2024 r.	Sobota 09.11.2024 r.	
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka kija 50g, sałata lodowa 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twaróg w plasterkach 50g (mleko), mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą 350ml (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), wędzarka z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), udziec indyka w galarecie 50g (mleko, seler), rukola 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z twarogu i tunczyka 70g (mleko, ryby), papryka 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), lodowa 10g, pasieki polewająca z pasieki 30g, ogórek świeży 50g, herbata 250 ml	Zupa mleczna z kaszą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), lodowa 10g, pasieki polewająca z pasieki 30g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą 350ml (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta jajeczna 70g (jaja, mleko), rozszponka 10g, papryka 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą 350ml (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka wędzarka z kija 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą 350ml (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta jajeczna 70g (jaja, mleko), rozszponka 10g, papryka 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą 350ml (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jarzynowa 150g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą 350ml (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jarzynowa 150g, pomidor 50g, herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler) zrzalik wiewprzowy pieczony 90g (zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), ryba pieczona 100 g warzywa po grecku 100g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gotowana 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g, marchewka z groszkiem 120g, sałata lodowa 10g (zboża zawierające gluten), kompot 250 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Rosół z makaronem 350 (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, rozszponka 10g, kompot 250ml (seler),	Fasolowa ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bitka wiewprzowa w sosie gotowana 110g (80g/30g), (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałata z buraka i jabłka 120g, rukola 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet z łopatką wiewprzowej gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), ryż z jabłkami przyzonymi i cynamonem z dodatkiem oleju roślinnego 300g, kompot 250 ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko), sos budyniowy (mleko) 50ml, mandarynka 70g	Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka gotowany w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego, sałata lodowa z pomidorem i jogurtem naturalnym 100g (mleko), burak 50g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet z łopatką wiewprzowej gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa pomidorowa z ryżem i ciecierzycą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron twarogiem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wiewprzowy duszony 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z białej kapusty i marchewki 125g (mleko, jaja), kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa mleczna z kaszą 350ml (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jarzynowa 150g, pomidor 50g, herbata 250ml
Kolacja/ II Kolacja	Piers z indyka 50g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), pomidor 50g, kawa zbozowa zabieleną 250ml (mleko),	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 50g, papryka 50g, kakao 250ml (mleko),	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser zółty 50g (mleko), papryka 50g, kakao 250ml (mleko),	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), polędwica 50g, pomidor 50g, kakao 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jogurt naturalny 100g (mleko)	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 50g, pomidor 50g, herbata 250ml (mleko), jogurt naturalny 100g (mleko)	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (zboża zawierające gluten, mleko) 250ml,	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (zboża zawierające gluten, mleko) 250ml,	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250 ml (zboża zawierające gluten, mleko),	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) 250ml,	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) 250ml,	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) 250ml,	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 50g, pomidor z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) 250ml,

	mandarynka 70g	kiwi 80g	jablko 100g	Jablko 100g	Ogórek zielony 50g	Jogurt naturalny 100g (mleko).	jablko 100g	Kiwi 80g	250ml (mleko), Pomarańcza 80g
--	----------------	----------	-------------	-------------	--------------------	--------------------------------	-------------	----------	----------------------------------

* 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 – sytuacje losowe

Dieta łatwostrawna


Czwartek 31.10.2024 r.	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, sałata lodowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Piatek 01.11.2024 r.	Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twaróg w plasterkach 50g (mleko), mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Sobota 02.11.2024 r.	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka wędzarska z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Niedziela 03.11.2024 r.	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), udziec z indyka w galarecie 50g, rukola 10g, herbata 250ml	Poniedziałek 04.11.2024 r.	Zupa mleczna z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z twarogu i turczyka 70g (mleko, ryby), sałata masłowa 10g, herbata 250ml	Wtorek 05.11.2024 r.	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), polewiczak pasieki 30g, sałata lodowa 10g, herbata 250 ml	Środa 06.11.2024 r.	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml	Czwartek 07.11.2024 r.	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 50g, pomidor 50g, herbata 250ml	Piatek 08.11.2024 r.	Zupa mleczna z kaszą jagłana 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 50g, herbata 250ml	Sobota 09.11.2024 r.	Zupa mleczna z kaszą manna 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml		
Obiad/ Podwieczorek	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), zrazik wieprzowy pieczony 90g (zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rozszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, ryba pieczona 100 g wazyzywa po grecku 100g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rozszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler, mleko), ryba gotowana 140g (zboża zawierające gluten), kasza seler), ryż 200g, mini marchewka gotowana 120g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Rosół z makaronem 350 (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bika wieprzowa w sosie 110g (80g/30g), (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałata z buraka i jabłka 120g, rukola 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka gotowany w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego, sałata lodowa z pomidorem i jogurtem 100g (mleko), burak naturalny 50g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Ziemiaczana 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bika wieprzowa w sosie 110g (80g/30g), (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałata z buraka i jabłka 120g, rukola 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Rosół z makaronem 350 (zboża zawierające gluten, mleko, seler), mleko drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z seler i jabłka 120g, rozszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler, mleko), ryba gotowana 140g (zboża zawierające gluten), kasza seler), ryż 200g, mini marchewka gotowana 120g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ryżowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet z łopatką wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, mleko, jaja), surówka z marchewki 120g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka gotowany w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego, sałata lodowa z pomidorem i jogurtem 100g (mleko), burak naturalny 50g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ryżowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet z łopatką wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, mleko, jaja), surówka z marchewki 120g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron z twarogiem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (zboża zawierające gluten, mleko, seler), surówka z marchewki 120g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron z twarogiem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (zboża zawierające gluten, mleko, seler), surówka z marchewki 120g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka wędzarska z kija 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), polewiczak pasieki 30g, sałata lodowa 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), polewiczak pasieki 30g, sałata lodowa 10g, herbata 250 ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), polewiczak pasieki 30g, sałata lodowa 10g, herbata 250 ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), polewiczak pasieki 30g, sałata lodowa 10g, herbata 250 ml		
Kolacja/ II Kolacja	Piers z indyka 50g, pomidor 50g, chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twarozek z pasieki 50g, pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), jablko 100g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, (mleko), kiwi 80g

						Jogurt naturalny 100g(mleko)				jablko 100g		zboża zawierające gluten, mleko), pomarańcza 80g
--	--	--	--	--	--	---------------------------------	--	--	--	-------------	--	--

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

* 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  mus

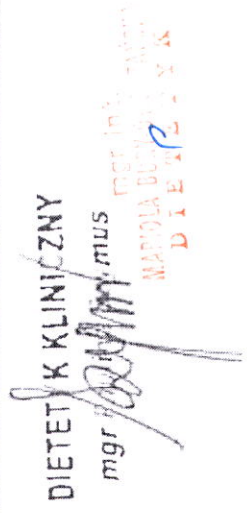
mgr inż.
WANDA BŁ. DUBOŻAŃSKA
DIETYK

Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów 3 postłkowa											
	Czwartek 31.10.2024 r.	Piątek 01.11.2024 r.	Sobota 02.11.2024 r.	Niedziela 03.11.2024 r.	Poniedziałek 04.11.2024 r.	Wtorek 05.11.2024 r.	Środa 06.11.2024 r.	Czwartek 07.11.2024 r.	Piątek 08.11.2024 r.	Sobota 09.11.2024 r.	
Śniadanie/II Śniadanie	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko), szynka z kija 80g, sałata lodowa 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), ser żółty 50g (mleko), papryka 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko), udziec z indyka w galarecie 80g, rukola 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko), pasta z twarogu i tuńczyka 90g (mleko, ryby), papryka 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko), jajko gotowane 60g (jaja), sos chrzanowy 100g (zboża zawierające gluten, mleko), papryka 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko), szynka wędzarska z kija 80g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko), jajeczna 90g (jaja), rozspanka, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko), pasta jajeczna 90g (jaja), rozspanka, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko), schab z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko), schab z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler) , zrazik wieprzowy pieczony 90g (zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, herbata 250ml	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), ryba pieczona 100 g warzywa po grecku 100g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rozspanka 10g, herbata 250ml	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), porzeczka drobiowa 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler) ryz brązowy 200g, marchewka z groszkiem 120g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g, herbata 250ml	Rosół z makaronem 350 (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, seler 120g, rozspanka 10g, herbata 250ml	Fasolowa ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bika wieprzowa w sosie 110g (80g/30g), (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałatka z buraka i jabłka 120g, rukola 10g, herbata 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), warzywa duszone z kruczakiem i kaszą jęczmienną z dodatkiem oleju roślinnego 300g (zboża zawierające gluten, seler), rukola 10g herbata 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), warzywa duszone z kruczakiem i kaszą jęczmienną z dodatkiem oleju roślinnego 300g (zboża zawierające gluten, seler), rukola 10g herbata 250ml	Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filec gotowany w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego, sałata lodowa z pomidorem i jogurtem naturalnym 100g(mleko), burak 50g, herbata 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet z łopatką wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja) surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), olej roślinny 350g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z białej kapusty i marchewki 125g (mleko, jaja), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	
Kolacja/ II Kolacja	Pierś z indyka 80g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), pomidor 50g, kawa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), papryka 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), papryka 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), poledwica 80g, ogórek świeży 50g, pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z pasieki 80g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z pasieki 80g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 80g, pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z pasiek 80g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), galaretki drobiowa 150g (seler, mleko, jaja), pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), salata jarzynowa 150g (seler, mleko, jaja), pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 90g (zboża zawierające gluten, soja, sezam, mleko, jaja, ryba, gorczyca dwutlenek siarki), ogórek świeży 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko), pomarańcza 80g

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

* możliwe odchylenia +/- 10 %

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



Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów 4. posiłkowa											
	Czwartek 31.10.2024 r.	Piątek 01.11.2024 r.	Sobota 02.11.2024 r.	Niedziela 03.11.2024 r.	Poniedziałek 04.11.2024 r.	Wtorek 05.11.2024 r.	Środa 06.11.2024 r.	Czwartek 07.11.2024 r.	Piątek 08.11.2024 r.	Sobota 09.11.2024 r.	
Śniadanie/II Śniadanie	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 80g, sałata lodowa 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka wędzarska z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka wędzarska z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka wędzarska z kija 80g, sałata masłowa 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ryba gotowana 60g (jaja), sos chrzanowy 100g (zboża zawierające gluten), papryka 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałata jarzynowa 150g (jaja), szynka 30g, sałata lodowa 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250 ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałata jarzynowa 150g (jaja), szynka 30g, sałata lodowa 10g, ogórek świeży 50g, herbata 250 ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 60g (jaja), sos chrzanowy 100g (zboża zawierające gluten), papryka 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajeczna 90g (jaja), rozszponka 10g, papryka 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta jajeczna 90g (jaja), rozszponka 10g, papryka 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), schab z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), zrazik wieprzowy pieczony 90g (zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, herbata 250ml	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), ryba pieczona 100g, warzywa po grecku 100g (zboża zawierające gluten, seler), ryż 200g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rozszponka 10g, herbata 250ml	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), potrawka drobiowa 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), ryż brązowy 200g, marchewka z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rozszponka 10g, herbata 250ml	Rosół z makaronem 350 (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, rozszponka 10g, herbata 250ml	Fasolowa ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bułka wieprzowa w sosie 110g (80g/30g), kasza (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałata z buraka i jabłka 120g, rukola 10g, herbata 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), warzywa duszone z karczakiem i kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 300g (zboża zawierające gluten, seler), 300g, rukola 10g, herbata 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), warzywa duszone z karczakiem i kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 300g (zboża zawierające gluten, seler), 300g, rukola 10g, herbata 250ml	Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka gotowany w sosie pietruszkowym 150g/zboża zawierające gluten, mleko, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego, sałata lodowa z pomidorem i jogurtem naturalnym 100g (mleko), burak 50g, herbata 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem i ciecierzycą 350ml (zboża zawierające gluten, seler), makaron pełnoziarnisty z topakiem i wędzonym ogórkiem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), surówka z białej kapusty i marchewki 125g (mleko, jaja), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	
Kolacja/ II Kolacja	Piersz z indyka 80g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), pomidor 50g, kawa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), papryka 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), margaryna 120g (zboża zawierające gluten, ryba)	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z pasiek 80g, pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 80g, pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z pasiek 80g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jogurt naturalny 100g (mleko)	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 80g, pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z pasiek 80g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jogurt naturalny 100g (mleko)	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), galareta drobiowa 150g (seler, mleko, jaja), pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałata jarzynowa 150g (seler, mleko, jaja), pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), schab z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml



Dieta łatwostrawnabogatobiałkowa

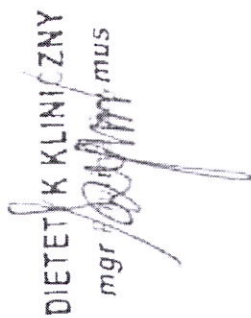
	Czwartek 31.10.2024 r.	Piątek 01.11.2024 r.	Sobota 02.11.2024 r.	Niedziela 03.11.2024 r.	Poniedziałek 04.11.2024 r.	Wtorek 05.11.2024 r.	Środa 06.11.2024 r.	Czwartek 07.11.2024 r.	Piątek 08.11.2024 r.	Sobota 09.11.2024 r.	
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), twaróg w plastrach 50g (mleko), szynka 10g (mleko), mix słatkowy 50g, pomidor 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), udziec z wędzarcza z Kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 10g (mleko), mix słatkowy 50g, pomidor 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), rukola 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z twarogu i tunczyka 90g (mleko, ryby), sałata masłowa 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałata jarzynowa 150g (jaja, mleko), schab pasieki 30g, sałata lodowa 10g, herbata 250 ml	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), rozszponka 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), schab z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglana 350ml (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser zółty 50g (mleko), rozszponka 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser zółty 50g (mleko), rozszponka 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą mąka 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), schab z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko), seler, zrazik wieprzowy pieczony 90g (zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, roszponka 10g, kompot 250ml (seler), kanapka z tuńczykiem, sałata zieloną, pomidorem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, ryba)	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), potrawka drobiowa 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler) ryz brązowy 200g, sałata lodowa 10g, marchewka z jajką 120g (seler), grozdziki 120g, (zboża zawierające gluten), kompot 250 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, seler, jaja, mleko)	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron z twarogiem i rosłinnym oleju 350g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, seler, jaja, mleko)	Rosół z makaronem 350 (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), mięso drobiowe 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g (seler), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, seler, roszponka 10g,	Ziemiaczana 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), bitka w sosie 110g (80g/30g), (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałata z buraka i jabłka 120g, rukola 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, seler, jaja, mleko)	Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka gotowany w sosie pleiuruszkowym 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, sałata lodowa z pomidorem i jogurtem naturalnym 100g (mleko), burak 50g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet z kopatki wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja), mini marchewka gotowana 100g, sałata bobowa 10g ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), dodatek oleju roślinnego 350g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), dodatek oleju roślinnego 350g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), dodatek oleju roślinnego 350g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z marchewki i jabłka 125g (mleko, jaja), kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)
	Jogurt owocowy 100g (mleko)	Jogurt naturalny 100g (mleko)	Jogurt naturalny 100g (mleko)	Jogurt owocowy 100g (mleko)	Jogurt naturalny 100g (mleko)	Jogurt naturalny 100g (mleko)	Jogurt owocowy 100g (mleko)	Jogurt owocowy 100g (mleko)	Jogurt owocowy 100g (mleko)	Jogurt naturalny 100g (mleko)	
	Kanapka z wędliną, sałatką i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, ryba)	Kanapka z jajkiem, pomidorem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, ryba)	Kanapka z wędliną, jajkiem, koperkiem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, mleko, jaja)	Kanapka z pastą z twarogu, sałata i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, mleko)	Kanapka z pastą z twarogu, sałata i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, mleko)	Kanapka z pastą z twarogu, sałata i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, mleko)	Kanapka z pastą z twarogu, sałata i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, mleko)	Kanapka z tuńczykiem, sałata zieloną, pomidorem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, ryba)	Kanapka z wędliną, pomidorem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, ryba)	Kanapka wędliną, pomidorem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, mleko)	

Kolacja/ II Kolacja	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser zółty 50g (mleko), pomidor 50g, kawa zabielana 250ml (mleko), mandarynka 70g	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twarozek 50g (mleko), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), jabłko 100g	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 80g, pomidor 50g, herbata 250ml (mleko), Jogurt naturalny 100g(mleko)	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka 80g, pomidor 50g, herbata 250ml (mleko), Jogurt naturalny 100g	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 80g, pomidor 50g, , herbata 250ml, mandarynka 70g	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), galaretki (seler), cytryna 10g, kawa zabiela 250ml (zboża zawierające, mleko), jabłko 100g	Bułka grahamka, 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), salata jarzynowa 150g, (seler, mleko, jaja), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), Kiwi 80g	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 90g (zboża zawierające gluten, soja, sezam, mleko, jaja, ryba, gorczyca dwutlenek siarki) pomidor 50g, kawa zabielana 250ml (mleko), pomarańcza 80g
------------------------	--	--	---	---	--	---	---	--

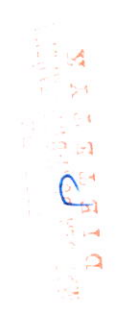
* substancje lub produkty powodujące alergię lub reakcje nietolerancji zaznaczono pogrubionym drukiem w odniesieniu do załącznika

* możliwe odchylenia +/- 10 %

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

DIETETYK KLINICZNY
mgr inż. 

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu											
	Czwartek 31.11.2024 r.	Piątek 01.11.2024 r.	Sobota 02.11.2024 r.	Niedziela 03.11.2024 r.	Poniedziałek 04.11.2024 r.	Wtorek 05.11.2024 r.	Środa 06.11.2024 r.	Czwartek 07.11.2024 r.	Piątek 08.11.2024 r.	Sobota 09.11.2024 r.	
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, twaróg w plasterkach 50g (mleko), mix pomidor 50g, mix sałat 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, twaróg w plasterkach 50g (mleko), mix pomidor 50g, mix sałat 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka z kija 80g, soja, mleko, sałata lodowa 10g, herbata pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, udziec z indyka w galarecie 50g, rukola 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, pasta z twarogu i tuńczyka 70g (mleko, ryby), sałata masłowa 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, sałatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), poledwica z pasieki 30g, sałata lodowa 10g, herbata 250 ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), pulpet z kopytki wieprzowej dodatkiem oleju gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki i jajka 120g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, mleko)	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, dzem 50g, rozszponka 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, dzem 50g, rozszponka 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, dzem 50g, rozszponka 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą mianą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), zrazik wieprzowy pieczony 90g (zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), ryba pieczona 100g warzywa po grecku 100g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rozszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa gryskowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), potrawka drobiowa 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), ryż 200g, mini marchewka 120g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g, kompot 250 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Rosół z makaronem 350 (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g, rozszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Ziemiaczana 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bika wieprzowa w sosie 110g (80g/30g), (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałata z buraka i jabłka 120g, rukola, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka gotowany w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 300g, sos budyniowy 50ml (mleko), kompot 250 ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko), mandarynka 70g	Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet gotowany w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 300g, surówka z marchewki i jajka 120g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron z twarogiem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, dzem 50g, rozszponka 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, dzem 50g, rozszponka 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z marchewki i jabłka 120g (mleko, jaja), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)
Kolacja/ II Kolacja	chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), pierś z indyka 80g, pomidor 50g, margaryna RAMA roślinna 15g, kawa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, dzem 50g, pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, twaróżek 50g (mleko), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), jabłko 100g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, pasieki 80g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, pasieki 80g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, pasieki 80g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, pasieki 80g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, pasieki 80g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, pasieki 80g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, pasieki 80g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, pasieki 80g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g



Diety.pl
Wszystko o zdrowym odżywianiu

Dieta wegetariańska

Czwartek 31.10.2024 r.	Sobota 02.11.2024 r.	Niedziela 03.11.2024 r.	Poniedziałek 04.11.2024 r.	Wtorek 05.11.2024 r.	Środa 06.11.2024 r.	Czwartek 07.11.2024 r.	Piątek 08.11.2024 r.	Sobota 09.11.2024 r.
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 50g (jaja), sałata lodowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka z serem typu feita 150g (mleko), mix warogów i natki pietruszki 70g (mleko), rukola 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z warogów i natki pietruszki 70g (mleko), rukola 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z twarogu i tuńczyka 70g (mleko, ryby), sałata masłowa 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 150g (jaja, mleko, seler), sałata lodowa 10g, herbata 250 ml	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser zółty 50g(mleko), sałata masłowa 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglana 350ml (mleko), pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 50g, rozspanka 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą mąką 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twaróg w plasterkach 50g(mleko), sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml
Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), kotlet sojowy 100g ziemniaki z dodatkiem oleju 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, ryba pieczona 100 g warczywa po grecku 100g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, rozspanka 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Rosół z warzywny 350 (zboża zawierające gluten, jaja, seler), koleciki z brokula z jajkiem 100g (zboża zawierające gluten, jaja, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jaskółki 120g, rozspanka 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Ziemiaczana 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), gulasz wielowarzynowy 140g (zboża zawierające gluten, seler), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałatka z buraka i jaskółki 120g, rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), ryż z sosenem jabłkami prażonymi i cynamonem z dodatkiem oleju roślinnego 300g, sos budyńowy 50ml (mleko), kompot 250 ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko) mandarynka 70g	Krupnik warzywny 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), kopyrka z sosenem pomidorowym 300g (250g/50g) (zboża zawierające gluten, jaja, mleko), seler, jaja, mleko), sałata lodowa z pomidorem i marchewką mini gotowana 100g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ryżowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler pierogi ze szpinakiem 250g (zboża zawierające gluten, jaja, mleko), marchewka mini gotowana 100g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron z twarogiem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wielowarzynowy z soczewicą 140g (zboża zawierające gluten, seler), surówka z marchewki i jaskółki 120g (mleko, jaja), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)
Ser zółty 50g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twarógek 50g, pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 50g, pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), jabłko 100g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, 250ml (mleko), Jabłko 100g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 50g, herbata 250ml, pomidor 50g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 50g, rukola 10g, kawa szczyptorku 70g (mleko), kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 50g (jaja) rukola 10g, kawa szczyptorku 70g (mleko), kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 150g, (seler, mleko, jaja), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), jabłko 100g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 150g, (seler, mleko, jaja), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, soja, sezam, mleko, jaja, ryba, gorczyca dwutlenek siarki), pomidor 50g, kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), kiwi 80g

