



	mandarynka 70g	kiwi 80g	Jabłko 100g	Jogurt naturalny 100g(mleko),	jabłko 100g	jabłko 100g	jogurt naturalny 100g (mleko)	Kiwi 80g	50g kawa zabielenia 250ml (mleko), Pomarańcza 80g	

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

\* możliwe odchylenia +/- 10 %

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

DIETETYK KLINICZNY  
mgr *[Signature]* mus





## Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Czwartek 09.01.2025 r.	Piątek 10.01.2025 r.	Sobota 11.01.2025 r.	Niedziela 12.01.2025 r.	Poniedziałek 13.01.2025 r.	Wtorek 14.01.2025 r.	Środa 15.01.2025 r.	Czwartek 16.01.2024 r.	Piątek 17.01.2025 r.	Sobota 18.01.2025 r.	
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, dzem 50g, jabłko 100g, 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 kaszą kukurydzianą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka wędzarska z kija 80g, sałata lodowa 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, sałatka jarzynowa 100g (jaja, mleko, seler), polewica z pasieki 30g, sałata lodowa 10g, herbata 250 ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka wędzarska z kija 80g, sałata pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), jajka, chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka wędzarska z kija 80g, sałata pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jagłana 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, jabłko 100g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jagłana 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, dzem 50g, jabłko 100g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jagłana 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka wędzarska z kija 80g, sałata pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jagłana 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka wędzarska z kija 80g, sałata 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, rosółka 10g, 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 200ml, sałata lodowa z pomidorem i jogurtem naturalnym 100g(mleko), burak 50g, kompot 250ml (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, rosółka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Barszcz czerwonny z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), ryż z jabłkami przonymi i cynamonem z dodatkiem oleju roślinnego 300g, sos budyniowy 50ml (mleko), kompot 250 ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko), mandarynka 70g	Zupa ryżowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), pulpet z łopatką wieprzowej gotowanej 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja) marchewka mini gotowana 100g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), seler, bitka 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)	Ziemiaczana 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bitka wieprzowa w sosie 110g (80g/30g), (zboża zawierające gluten), kasza 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), 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), 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 wieprzowy duszony 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z marchewki 120g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)
Kolacja/ II Kolacja	chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, twaróg w plasterkach 50g (mleko), pomidor 50g, kawa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka z pasieki 80g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, twarózek 50g (mleko), pomidor 50g, kakao 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, twarózek 50g (mleko), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), jabłko 100g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, twarózek 50g (mleko), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, sałatka jarzynowa 100g, pasta z twarogu i tuńczyka 70g (mleko, ryby), pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, sałatka jarzynowa 100g, pasta z twarogu i tuńczyka 70g (mleko, ryby), pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, sałatka jarzynowa 100g, pasta z twarogu i tuńczyka 70g (mleko, ryby), pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, sałatka jarzynowa 100g, pasta z twarogu i tuńczyka 70g (mleko, ryby), pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, sałatka jarzynowa 100g, pasta z twarogu i tuńczyka 70g (mleko, ryby), pomidor 50g, herbata 250ml

					100g	jabłko 100g			Jogurt naturalny 100g (mleko)	kiwi 80g	zabielana 250ml (mleko), pomarańcza 80g
--	--	--	--	--	------	-------------	--	--	----------------------------------	----------	---

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

\* możliwe odchylenia +/- 10 %

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

DIETETYK KLINICZNY  
mgr *[Signature]* mus

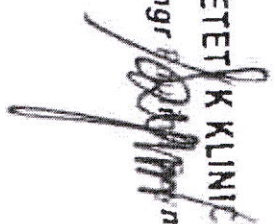
Dieta łatwoprzyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa

	Czwartek 09.01.2025 r.	Piątek 10.01.2025 r.	Sobota 11.01.2025 r.	Niedziela 12.01.2025 r.	Poniedziałek 13.01.2025 r.	Wtorek 14.01.2025 r.	Środa 15.01.2025 r.	Czwartek 16.01.2024 r.	Piątek 17.01.2025 r.	Sobota 18.01.2025 r.
Śniadanie/II Śniadanie	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 80g, sałata lodowa 10g, ogórek kiszony 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), papryka konserwowa 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 60g (jaja), sos chrzanowy 100g (zboża zawierające gluten, mleko), papryka konserwowa 50g, sałata masowa 10g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka indyka w galarecie 80g, rukola 10g, ogórek konserwowy 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 100g (jaja, mleko, seler), poledwica z pasieki 30g, sałata lodowa 10g, herbata 250 ml	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), jajeczna 80g (jaja, mleko), roszponka, papryka konserwowa 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta jajeczna 80g (jaja, mleko), roszponka, papryka konserwowa 50g, 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 roślinnego 200ml, 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, roszponka 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	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, roszponka 10g, herbata 250ml	Barszcz czerwonny z ziemniakami i fasolą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), warzywa duszone z kruczakiem i kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 300g (zboża zawierające gluten, seler), rukola 10g herbata 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet z łopatkii gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja) surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa z dodatkiem oleju roślinnego 200g, herbata 250ml	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler mleko), potrawka drobiowa 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), ryz brązowy 200g, marchewka z grozkiem 120g (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałata z buraka i jabłka 120g, rukola 10g, herbata 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem i odcierzącą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron pełnoziarnisty z twarogiem 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, 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	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z białej kapusty i marchewki 125g (mleko, jaja), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml
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), twaróg w plasterkach 50g (mleko), pomidor 50g, herbata 250ml  kiwi 80g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z pasieki 80g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml, mandarynka 70g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), poledwica z pasieki 80g, pomidor 50g, herbata 250ml  Jabłko 100g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 80g, pomidor 50g, herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko), jabłko 100g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), papryka konserwowa 50g, herbata 250ml  jabłko 100g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 100g, (seler, mleko, jaja), pomidor 50g, kawa zabieleną 250ml (mleko, jaja, zawierające gluten) kiwi 80g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 80g (zboża zawierające gluten, soja, sezam, mleko, jaja, ryba, gorczyca dwutlenek siarki), ogórek kiszony 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko), pomarańcza 80g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 80g (zboża zawierające gluten, soja, sezam, mleko, jaja, ryba, gorczyca dwutlenek siarki), ogórek kiszony 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko), pomarańcza 80g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 80g (zboża zawierające gluten, soja, sezam, mleko, jaja, ryba, gorczyca dwutlenek siarki), ogórek kiszony 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 zastrzega sobie prawo do możliwości wymiany potrawy, składnika lub produktu z powodu przyczyn niezależnych od niej – sytuacji losowe

DIETETYK KLINICZNY  
mgr  mus



## Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów 4 posiłkowa

	Czwartek 09.01.2025 r.	Piątek 10.01.2025 r.	Sobota 11.01.2025 r.	Niedziela 12.01.2025 r.	Poniedziałek 13.01.2025 r.	Wtorek 14.01.2025 r.	Środa 15.01.2025 r.	Czwartek 16.01.2024 r.	Piątek 17.01.2025 r.	Sobota 18.01.2025 r.
Śniadanie/II Śniadanie	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kiją 80g, sałata lodowa 10g, ogórek kiszony 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), papryka kiszona 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 60g (jajka), sos chrzanowy 100g (zboża zawierające gluten, mleko), papryka kiszona 50g, sałata masowa 10g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), udziec z indyka w galarecie 80g, rukola 10g, ogórek konserwowy 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka wędzarska z kiją 80g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka wędzarska z kiją 80g, sałata maslowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka wędzarska z kiją 80g, sałata maslowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta jajeczna 80g (jajka, mleko), rozszponka 10g, papryka kiszona 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), schab z kiją 80g, sałata maslowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), schab z kiją 80g, sałata maslowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jajka, seler), zrazik wieprzowy pieczony 90g (zboża zawierające gluten, jajka), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, 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, 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, herbata 250ml	Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka gotowany w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, 200g, sałata lodowa z pomidorem i jogurtem naturalnym 100g (mleko), burak 50g, herbata 250ml	Rosół z makaronem 350 (zboża zawierające gluten, mleko, jajka, seler), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surowka z kapusty pekińskiej 100g, herbata 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet z topatki wieprzowej 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jajka) surowka z czernonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, herbata 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet z topatki wieprzowej 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jajka) surowka z czernonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, herbata 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet z topatki wieprzowej 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jajka) surowka z czernonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, herbata 250ml	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko) potrawka drobiowa 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), ryż brązowy 200g, marchewka z grozkiem 120g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g, herbata 250ml	Fasolowa ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bitka wieprzowa w sosie 110g (80g/30g), (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałata z buraka i jabłka 120g, rukola 10g, herbata 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem i ciecierzą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron pechoziarnisty z twarogiem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (zboża zawierające gluten, mleko), surowka z białej kapusty i marchewki 125g (mleko, jajka), 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), twaróg w plasterkach 50g (mleko), pomidor 50g herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z pasieki 80g, rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (mleko, zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), polędwica z pasieki 80g, pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z pasieki 80g, pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z pasieki 80g, pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z pasieki 80g, pomidor 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), papryka kiszona 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jarzynowa 100g, seler, mleko, jajka, pomidor 80g, kawa zabieleną 250ml (mleko, ryby), papryka kiszona 50g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 80g (zboża zawierające gluten, mleko, jajka, sezam, mleko, jajka, ryba, gorczyca dwutlenek siarki), ogórek kiszony

MSZ INŻ.  
MAGDALENA  
B. I. S. B. S. K.

		kiwi 80g	mandarynka 70g		Jogurt naturalny 100g(mleko),				Jogurt naturalny 100g(mleko)	kiwi 80g	10g kawa zabieleniana 250ml (mleko), pomarańcza 80g
--	--	----------	----------------	--	----------------------------------	--	--	--	---------------------------------	----------	---

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

\* możliwe odchylenia +/- 10 %

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

DIETETYK KLINICZNY  
mgr *Joanna* mus

## Dieta bogatobiałkowa

Śniadanie/II Śniadanie	Czwartek 09.01.2025 r.	Sobota 11.01.2025 r.	Niedziela 12.01.2025 r.	Poniedziałek 13.01.2025 r.	Wtorek 14.01.2025 r.	Sroda 15.01.2025 r.	Czwartek 16.01.2024 r.	Piątek 17.01.2025 r.	Sobota 18.01.2025 r.	
	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), pomidor 50g, herbata 250ml Jogurt owocowy 100g (mleko)	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (zboża zawierające gluten), schab z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml Jogurt owocowy 100g (mleko)	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (zboża zawierające gluten), udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), rukola 10g, herbata 250ml Jogurt owocowy 100g (mleko)	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 100g (jaja, mleko, seler), połówka z pasiek 30g, sałata lodowa 10g, herbata 250 ml Jogurt naturalny 100g (mleko)	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (zboża zawierające gluten), szynka wędzarska z kija 80g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml Jogurt owocowy 100g (mleko)	Zupa mleczna z kaszą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), rozszonka 10g, pomidor 50g, herbata 250ml Jogurt owocowy 100g (mleko)	Zupa mleczna z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (zboża zawierające gluten), rozszonka 10g, pomidor 50g, herbata 250ml Jogurt naturalny 100g (mleko)	Zupa mleczna z kaszą jagłaną 350ml (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (zboża zawierające gluten), ser żółty 50g (mleko), rozszonka 10g, pomidor 50g, herbata 250ml Jogurt owocowy 100g (mleko)	Zupa mleczna z kaszą mamą 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 Jogurt naturalny 100g (mleko)	
Obiad/ Podwieczorek	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), zrazik wędzarny pieczony 90g (zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rozszonka 10g, kompot 250ml (seler), kanapka z tuńczykiem, sałata zieloną, pomidorem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, ryba)	Krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), filet z kurczaka gotowany w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surowka z selera i jabłka 120g (seler), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko), kanapka z wędliną, jajkiem, koperkiem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, mleko, jaja)	Rosół z makaronem 350 (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surowka z selera i jabłka 120g (seler), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko), kanapka z wędliną, jajkiem, koperkiem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, mleko, jaja)	Barszcz czerwonny z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), warzywa duszone z kruczkami i kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 300g (zboża zawierające gluten, seler), kanapka z jajkiem, pomidorem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, jaja)	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, seler), pulpet z łopatką wieprzowej (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja), mini marchewka gotowana 100g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, seler), pulpet z łopatką wieprzowej (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja), mini marchewka gotowana 100g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler), bitka w sosie 110g (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałatka z buraka i jabłka 120g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Ziemiaczana 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bitka w sosie 110g (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałatka z buraka i jabłka 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 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, seler, jaja, mleko)

Kolacja/ II Kolacja	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten)bielsz z indyka 80g, masło 10g (mleko), pomidor 50g, kawa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twaróg w plasterkach 50g (mleko), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), kiwi 80g	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z pasiek80g, rukoła 10g, kawa zabieleną 250 ml mandarynka 70g	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), polewka z pasieki 80g, pomidor 50g, kakao 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jablko 100g	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 80g, pomidor 50g, herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), galaretkę drobiowa 150g (selen), cytryna 10g, kawa zabiela 250ml (zboża zawierające, mleko), jablko 100g	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twarozek 50g (mleko), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), jablko 100g	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z twarogu i tuńczyka 80g (mleko, ryby), pomidor 50g, herbata 250ml (mleko), Jogurt naturalny 100g(mleko)	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 100g, (selen, mleko, jajka), pomidor 50g, kawa zabieleną 250ml (mleko, zboża zawierające gluten) kiwi 80g	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 80g (zboża zawierające gluten, soja, sezam, mleko, jajka, ryba, gorczyca dwurzędna salki) pomidor 50g, 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 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 wegetariańska

	Czwartek 09.01.2025 r.	Piątek 10.01.2025 r.	Sobota 11.01.2025 r.	Niedziela 12.01.2025 r.	Poniedziałek 13.01.2025 r.	Wtorek 14.01.2025 r.	Środa 15.01.2025 r.	Czwartek 16.01.2024 r.	Piątek 17.01.2025 r.	Sobota 18.01.2025 r.	
Sniadanie/II Sniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko 50g, jabłko 100g, herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 50g, jabłko 100g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), sałata masłowa 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 50g, jabłko 100g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałata jarzynowa 100g (jaja, mleko, seler), sałata lodowa 10g, herbata 250 ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, seler, ryż z szpinakiem 250g (zboża zawierające gluten, jaja, mleko), marchewka mini gotowana 100g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200g, surówka z buraki i jabłka 120g, rozspzonka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, seler, pierogi ze szpinakiem 250g (zboża zawierające gluten, jaja, mleko), marchewka mini gotowana 100g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałata z serem typu feta 10g (mleko), herbata 250ml	Zupa mleczna z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 50g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z jaglaną 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dzem 50g, rozspzonka 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), twaróg w plasterkach 50g (mleko), sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko), ryba pieczona 100 g warzywa po grecku 100g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200g, rozspzonka 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 dodatkami oleju roślinnego 200g, rozspzonka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Krupnik warzywny 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), kopytka z sosem pomidorowym 300g (250g/50g) (zboża zawierające gluten, seler, jaja, mleko), sałata lodowa z pomidorem i jogurtem naturalnym 100g (mleko), burak 50g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Rosół z warzywny 350 (zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), koleciki z brokuła z jajkiem 100g (zboża zawierające gluten, jaja, mleko), ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200g, surówka z selera i rozspzonka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), ryż z szpinakiem 250g (zboża zawierające gluten, jaja, mleko), marchewka mini gotowana 100g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 300g, sos budyniowy 50ml (mleko), kompot 250 ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko) mandarynka 70g	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), naleśniki z serem i borowikami 300g 140g (zboża zawierające gluten, jaja, mleko), kompot 250 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron z twarogiem i dodatkami oleju roślinnego 350g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Ziemiaczana 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), gulasz wielowarzywny 140g (zboża zawierające gluten, seler, jaja, mleko), kasza jęczmienna z olejem 200g, sałata z buraki i jabłka 120g, rukola 10g kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), makaron z twarogiem i dodatkami 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 wielowarzywny z soczewicą 140g (zboża zawierające gluten, seler, jaja, mleko), surówka z marchewki 120g (mleko, jaja), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkami oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	
Kolacja/ II Kolacja	Ser żółty 50g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twaróg w plasterkach 50g (mleko), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), kiwi 80g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 50g (jaja), rukola 10g, kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 50g, pomidor 50g, herbata 250ml (mleko), jogurt naturalny 100g (mleko), jabłko 100g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 50g, pomidor 50g, herbata 250ml (mleko), jogurt naturalny 100g (mleko), jabłko 100g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i szczyptorku pomidor 50g, kawa zabieleną 250ml (mleko), jabłko 100g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twarózek z sera i szczyptorku pomidor 50g, kakao zabieleną 250ml (mleko), jabłko 100g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałata jarzynowa 100g, turczyka 70g (mleko, ryby), herbata 250ml, pomidor 50g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałata jarzynowa 100g, turczyka 70g (mleko, ryby), herbata 250ml, pomidor 50g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałata jarzynowa 100g, turczyka 70g (mleko, ryby), herbata 250ml, pomidor 50g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, soja, sezam, mleko, jaja, ryba, gorczyca dwutlenek siarki), pomidor 50g, kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), kiwi 80g

