

Dieta podstawowa																		
	Środa 29.01.2025 r.	Czwartek 30.01.2025 r.	Piątek 31.01.2025 r.	Sobota 01.02.2025 r.	Niedziela 02.02.2025 r.	Poniedziałek 03.02.2025 r.	Wtorek 04.02.2025 r.	Środa 05.02.2025 r.	Czwartek 06.02.2025 r.	Piątek 07.02.2025 r.								
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko) szynka z kija 50g, sałata lodowa 10g, papryka konserwowa 50g(gorczyca), herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml(mleko), Pasta z twarogu i natki pietruszki 70g (mleko), Pomidor 50g, sałata lodowa 10g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta jajeczna 70g (jaja, mleko), rozspanka 10g, papryka konserwowa 50g(gorczyca), herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), szynka z pasieki 50g, Mix sałat 10g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), pierś z indyka 350ml(zboża zawierające gluten), dwutlenek siarki, seler, gorczyc, jaja) 50g sałata zielona 10g, ogórek kiszony 50g, Masło 10g(zboża zawierające gluten), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten), masło 10g, jabłko 50g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), udziec z indyka w galarecie 50g (seler, mleko), ogórek kiszony 50g, rukola10g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, jajko gotowane 50g (jaja) sos chrzanowy 100g (zboża zawierające gluten, mleko), papryka konserwowa 50g(gorczyca)	Zupa mleczna z kaszą mianą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), udziec z indyka w galarecie 50g (seler, mleko), ogórek kiszony 50g, rukola10g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, jajko gotowane 50g (jaja) sos chrzanowy 100g (zboża zawierające gluten, mleko), papryka konserwowa 50g(gorczyca)	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), seler, jaja), Gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 150g(90g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkami z ziemniaki z dodatkami oleju 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), 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 dodatkami z ziemniaki z dodatkami oleju 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml (seler), makaron 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 ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko) Gulasz wieprzowy gotowany 150g (90g/60g)(zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna z dodatkami oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), Surówka z czerwonej kapusty 120g, rozspanka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko) Gulasz wieprzowy gotowany 150g (90g/60g)(zboża zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200g, surówka z białej kapusty i marchewki 120g (mleko, jaja) rukola 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Pomidorowa z zacierką 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200g, surówka z białej kapusty i marchewki 120g (mleko, jaja) rukola 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 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 dodatkami oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki 120g, sałata lodowa 10g (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	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 dodatkami oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki 120g, sałata lodowa 10g (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), potrawka drobiowa gotowana 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), ryż z dodatkami oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki 120g, sałata lodowa 10g (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), kotlet z ryby pieczony 100 g(zboża zawierające gluten, jaja, ryba), warzywa po grecku 100g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200ml, rozspanka 10g kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)

Kolacja/ II Kolacja	Pierś z indyka 50g masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), pomidor 50g, kawa zbożowa zabielana 250ml (mleko), mandarynka 70g	Szynka wędzarcza z kija 50g, Papryka konserwowa 50g(gorczyca), Masło 10g (mleko), Chleb pszenno- żytni 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko)	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szałka jarzynowa 100g, (seler, mleko, jaja), kawa zabielana 250ml (mleko, zboża zawierające gluten) pomidor 50g	Pasta z ryby z twarogiem 70g(ryba, zboża zawierające gluten, soja, mleko, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek kiszony 50g masło 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), kakao (mleko) 250 ml mus owocowo- warzywny 100g	połudwica z pasieki 50g, masło 10g(mleko), pomidor 50g, Chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 120g	Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 70g (ryba, soja, mleko), ogórek konserwowy 50g(gorczyca), masło 10g(mleko), Chleb pszenno- żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g (mleko)	Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	lodowa z warzywanii i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), Galaretki drobiowa 150g (seler), cytryna 10g, kawa zabielana 250ml (zboża zawierające mleko), jabłko 100g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta mięsno- warzywna 70g (seler), papryka konserwowa 50g(gorczyca), kakao 250ml (mleko)	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko, twardg w plasterkach 50g (mleko), kakao pomidor 50g 250ml (mleko)	kiwi 80g

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

* możliwe odchylenia +/- 10 %

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

DIETETYK KLINICZNY

mgr *[podpis]* mus

mgr inż.
MARIOLA BUREK-DYDORZANOWSKA
D I E T E T Y K
K L I N I C Z N Y

Dieta łatwostrawna	
Śniadanie/II Śniadanie	<p>Środa 29.01.2025 r.</p> <p>Czwartek 30.01.2025 r.</p> <p>Piątek 31.01.2025 r.</p> <p>Sobota 01.02.2025 r.</p> <p>Niedziela 02.02.2025 r.</p> <p>Poniedziałek 03.02.2025 r.</p> <p>Wtorek 04.02.2025 r.</p> <p>Środa 05.02.2025 r.</p> <p>Czwartek 06.02.2025 r.</p> <p>Piątek 07.02.2025r.</p>
Obiad/ Podwieczorek	<p>Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml</p> <p>(zboża zawierające gluten, mleko, jaja, seler), zrazik wieprzowy 90g</p> <p>(zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, kompot 250ml</p> <p>(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)</p> <p>Zupa krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, seler, jaja), Gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 150g(90g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Rukola 10g</p> <p>Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)</p> <p>Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml (seler),makaron z twarogiem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g kompot 250ml</p> <p>(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)</p> <p>Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz wieprzowy gotowany 150g (90g/60g) (zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g</p> <p>(zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z buraka i jabłka 120g, rosponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)</p> <p>Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, soja, mleko, seler), schab pieczony 130g(90g/40g) (zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g (mleko, seler, jaja) rukola 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)</p> <p>Pomidorowa z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g (100/50) (zboża zawierające gluten, mleko), ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g</p> <p>Roszonka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), Makaron z dodatkiem oleju roślinnego 200g</p> <p>Zupa ryżowa 350ml (zboża zawierające gluten, jaja), cwikła 100g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml</p> <p>(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)</p> <p>Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), pulpet z potrawka drobiowa gotowana 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), ryż 200g, surówka z marchewki 120g, sałata lodowa 10g, kompot 250 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)</p> <p>Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), kotlet z ryby pieczony 100 g (zboża zawierające gluten, jaja, ryba), warzywa po grecku 100g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rosponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)</p> <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten, masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml</p> <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), Pasta z twarogu i natki pietruszki 70g (mleko), Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa</p> <p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dżem 50g, jabłko 100g, herbata 250ml</p> <p>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml</p> <p>Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), pierś z indyka 50g, sałata zielona 10g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml</p> <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Dżem 50g, Jabłko 100g, Masło 10g (mleko) Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml</p> <p>Zupa mleczna z kaszą mąną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), udziec z indyka w galarecie 50g (seler, mleko), Rukola 10g, masło 10g (mleko) Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml</p> <p>Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml</p> <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dżem 50g, jabłko 100g, herbata 250ml</p> <p>Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko) chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dżem 50g, jabłko 100g, herbata 250ml</p>

mgr Inż.
MATEOLA PAŃCZYCHOWSKA
DIETYCZKA

Kolacja/ II Kolacja	Pierś z indyka 50g pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabielana 250ml (mleko), mandarynka 70g	Szynka wędzarcza z kija 50g, masło 10g (mleko), pomidor 50g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko)	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 100g, (seler, mleko, jajka), pomidor 50g, kawa zabielana 250ml (mleko, zboża zawierające gluten) 250ml	Pasta z ryby z twarogiem 70g(ryba, zboża zawierające gluten, soja, mleko, jajka, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki), pomidor 50g, masło 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kakao 250 ml (mleko)	podchwica z pasieki 50g, masło 10g(mleko), pomidor 50g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jablko 100g	Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 70g(ryba, soja, mleko), pomidor 50g Masło 10g(mleko), Chleb pszenno- żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml,	Szynka wędzarcza z kija 50g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml,	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), galaretka drobiowa 150g (seler), cytryna 10g, kawa zabielana 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
------------------------	---	---	---	---	---	---	--	---	--

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

* możliwe odchylenia +/- 10 %

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

WIOSNA
MAGDALENA LEJWONOWSKA
DIETYCZKA

DIETETYK KLINICZNY

mgr *Magdalena Lejwowska* mus

Dieta łatwoprzyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa

	Środa 29.01.2025 r.	Czwartek 30.01.2025 r.	Piątek 31.01.2025 r.	Sobota 01.02.2025 r.	Niedziela 02.02.2025 r.	Poniedziałek 03.02.2025 r.	Wtorek 04.02.2025 r.	Środa 05.02.2025 r.	Czwartek 06.02.2025 r.	Piątek 07.02.2025 r.
Śniadanie/II Śniadanie	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko) , szynka z kija 80g, sałata lodowa 10g, papryka konserwowa 50g(gorczyca), 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	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko) , pasta jajeczna 80g (jaja), (mleko) , rozspanka, papryka konserwowa 50g(gorczyca), herbata 250ml	Szynka z pasieki 80g Mix sałat 10g, Pomidor 50g Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) Herbata 250ml	pień z indyka 80g (mleko, dwutlenek siarki, seler, gorczyz, jaja) , sałata zielona 10g, ogórek kiszony 50g, Masło 10g, Chleb razowy 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), herbata 250ml	jajko gotowane 60g (jaja), Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g (mleko) , Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), herbata 250ml	udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler) , ogórek kiszony 50g, rukola 10g, masło 10g (mleko) , Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 50g (jaja) sos chrzanowy 100g (zboża zawierające gluten, mleko) , mix sałat 10g, papryka konserwowa 50g(gorczyca), herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko), twarozek 70g (mleko), sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), 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 dodatkami oleju 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, herbata 250ml	Zupa krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, seler, jaja), Gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 150g(100g/50g) (zboża zawierające gluten, seler) , ziemniaki z dodatkami oleju 200g, surówka z marchewki 120g, herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zablania 350ml (seler), makaron pełnoziarnisty z twarogiem i dodatkami oleju 100g/50g(zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g, herbata 250ml	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz wieprzowy 150g gotowany 150g (100g/50g)(zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z czerwonej kapusty 120g, Herbata 250ml	Rosół z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, soja, mleko), schab pieczony 130g(90g/40g) (zboża zawierające gluten) , Ziemniaki z dodatkami oleju 200g, surówka z białej kapusty i marchewki 120g (mleko, jaja) Rukola 10g, Herbata 250ml	Pomidorowa z zacierką i ciecierzycą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g (zboża zawierające gluten) , Ziemniaki z dodatkami oleju 200g (zboża zawierające gluten, jaja, soja) , topatka mielona, duszona z sosem warzywno pomidoro wym 150g (80g/70g)(zboża zawierające gluten), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Herbata	Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), Makaron gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja) surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkami oleju 200g, herbata 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler) , pulpet z topatki wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja) surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkami oleju 200g, herbata 250ml	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), potrawka drobiowa 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler) , ryż brązowy 200g, surówka z marchewki 120g, sałata lodowa 10g, herbata 250ml	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), kotlet z ryby pieczony 100 g(zboża zawierające gluten, jaja, ryba), warzywa po grecku 100g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkami oleju 200ml, rozspanka 10g, herbata 250ml

Kolacja/ II Kolacja	Pierś z indyka 80g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , pomidor 50g, kawa zabielana 250ml (mleko), mandarynka 70g	Szynka wędzarcza z kija 80g Papyrka konserwowa 50g(gorczyca), Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) pomarańcza 130g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 100g, (seler, mleko, jajka), pomidor 50g, kawa zabielana 250ml (mleko, zboża zawierające gluten) kiwi 80g	Pasta z ryby z twarogiem 70g(ryba, zboża zawierające gluten, soja, mleko, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek kiszony 50g, masło 10g(mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , Herbata 250 ml	polędwica z pasieki 80g, Masło 10g(mleko), pomidor 50g, Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) , jablko 100g	Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 70g(ryba, soja, mleko), ogórek konserwowy 50g(gorczyca), Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml,	250ml	Szynka wędzarcza z kija 80g Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml,	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), galaretka drobiowa 150g (seler), cytryna 10g, kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) , jablko 100g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko), pasta mięsno-warzywna 70g (seler), papyrka konserwowa 50g(gorczyca), herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twaróg w plasterkach 50g (mleko), pomidor 50g, herbata 250ml	kiwi 80g
------------------------	---	---	---	---	--	---	-------	--	---	--	---	----------

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

* możliwe odchylenia +/- 10 %

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

TRUST INT.
DIECYNARSKI DWIGONIA
D I E T E T Y K

DIETETYK KLINICZNY
mgr *[Signature]* mus

Dieta z ograniczeniem tlenowoprzyswajalnych węglowodanów 4 posiłkowa

	Sroda 29.01.2025 r.	Czwartek 30.01.2025 r.	Piatek 31.01.2025 r.	Sobota 01.02.2025 r.	Niedziela 02.02.2025 r.	Poniedziałek 03.02.2025 r.	Wtorek 04.02.2025 r.	Środa 05.02.2025 r.	Czwartek 06.02.2025 r.	Piatek 07.02.2025 r.	
\$niadanie/II \$niadanie	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko), szynka z kija80g, sałata lodowa 10g, papryka konserwowa 50g(gorczyca), herbata 250ml	Pasta z twarogu i naki: pietruszki 70g (mleko), Pomidor 50g, sałata lodowa10g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta jajeczna 80g (jaja, mleko), rozspanka 10g, papryka konserwowa 50g(gorczyca), herbata 250ml	Szynka z pasieki 80g Mix sałat 10g, Pomidor 50g Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	pieńś z indyka (mleko, dwutlenek siarki, seler, gorczyca, jaja) 80g sałata zielona 10g, ogórek kiszony 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	jajko gotowane 60g (mleko), Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	udziec z indyka w galarecie 80 (mleko, seler), ogórek kiszony 50g, rukola 10g Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałata lodowa 10g, papryka konserwowa 50g(jajka) sos pomidor 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twarożek 70g (mleko), sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), 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 krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, seler, jaja), Gulasz drobiowego z filleta, 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 ryżowa bez zabielenia 350ml (seler), makaron penhozarnisty z twarogiem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki 120g, herbata 250ml	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz wieprzowy gotowany 150g (100g/50g) (zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z kapusty z czerwonej 10g, Herbata 250ml	Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, soja, 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	Pomidorowa z zacierką i ciecierzycą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g (100/50)(zboża zawierające gluten, mleko), ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Herbata 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), Makaron penhozarnisty z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, jaja, soja), łopatką wieprzowa, mielona, duszona z sosem warzywno pomidoro wym 150g (80g/70g)(zboża zawierające gluten), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g	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 grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), potrawka drobiowa 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler, jaja, ryba), białą warzywa po grecku 100g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rozspanka 10g, herbata 250ml	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), kotlet ryby pieczony 100 g(zboża zawierające gluten, jaja, ryba), warzywa po grecku 100g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rozspanka 10g, herbata 250ml	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), kotlet ryby pieczony 100 g(zboża zawierające gluten, jaja, ryba), warzywa po grecku 100g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, rozspanka 10g, herbata 250ml

DIEBET YK

Kolacja/ II Kolacja	Pierś z indyka 80g masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), pomidor 50g, kawa zabieleniana 250ml (mleko), mandarynka 70g	Szynka wędzarska z kija 80g, Papryka konserwowa 50g(gorczyca), Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabieleniana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) pomarańcza 130g	chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 100g, (seleń, mleko, jaja), pomidor 50g, kawa zabieleniana 250ml (mleko, zboża zawierające gluten)	Pasta z ryby z twarogiem 70g(ryba, zboża zawierające gluten, soja, mleko, jaja, seleń, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki), ogórek kiszony 50g, masło 10g(mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	południca z pasieki 80g, Masło 10g(mleko), pomidor 50g, Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabieleniana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 100g	Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 70g (ryba, soja, mleko), ogórek konserwowy 50g(gorczyca), Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g (mleko)	Szynka wędzarska z kija 80g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), galaretki drożdżowa 150g (seleń), cytryna 10g, (mleko), Kawa zabieleniana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta mięsno-warzyczna 70g (seleń), papryka konserwowa 50g(gorc zyca), herbata 250ml	Chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twaróg w plasterkach 50g (mleko), pomidor 50g herbata 250ml

* 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

MGR INŻ.
MARTYNA PAWLIK-TARNA
DOKTOR
DIECYJNA

Dieta bogatobiałkowa											
	Środa 29.01.2025 r.	Czwartek 30.01.2025 r.	Piątek 31.01.2025 r.	Sobota 01.02.2025 r.	Niedziela 02.02.2025 r.	Poniedziałek 03.02.2025 r.	Wtorek 04.02.2025 r.	Środa 05.02.2025 r.	Czwartek 06.02.2025 r.	Piątek 07.02.2025 r.	
Śniadanie// Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 80g, sałata lodowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml(mleko), Pasta z twarogu i natki pietruszki 70g (mleko), Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglana 350ml (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), rozspionka 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), Szynka z pasieki 80g, Mix sałat 10g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml(mleko), pierś z indyka (mleko), dwutlenek siarki, Seler, gorczyca, jajka 80g, sałata zielona 10g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Bułka grahamka 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), jajko gotowane 60g (jajka), Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), rukola 10g, masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 80g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, jajka, soja), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 80g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twaróg 70g(mleko), sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), ser żółty 50g (mleko), pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 80g, mix sałat 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 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten), rukola 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, seler, jajka, mleko)	Zupa krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, seler, jajka), Gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 150g(90g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), Ziemniaki z dodatkami z surówki z marchewki 120g, sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), rukola 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jajka, mleko)	Zupa ryżowa bez zablania 350ml (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, seler, jajka, mleko)	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz wieprzowy gotowany 150g (90g/60g)(zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna z dodatkami oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z buraka i jabłka 120g, rozspionka 10g, kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jajka, mleko)	Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, soja, mleko, seler), schab pieczony 130g(90g/40g) (zboża zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200g, surówka z białej selera i jabłka 120g (mleko, seler, jajka), rukola 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, mleko)	Pomidorowa z zacierką 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie 150g (zboża zawierające gluten), dodatkami oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, jajka, soja), topatka wieprzowa, mielona, duszona z sosem 120g (mleko, seler, soja, seler, seler, jajka, mleko)	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet z topatki wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jajka), twirka 100g, sałata lodowa 10g ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, seler, jajka, mleko)	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), potrawka drobiowa 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), ryż 200g, sałata lodowa 10g, surówka z marchewki 120g, kompot 250 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, seler, jajka, mleko)	Kanapka z jajkiem, pomidorem i margaryną	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), kotlet ryby pieczony 100 g(zboża zawierające gluten, jajka, ryba), warzywa po grecku 100g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200ml, rozspionka 10g, kompot 250ml (seler),	Szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), kotlet ryby pieczony 100 g(zboża zawierające gluten, jajka, ryba), warzywa po grecku 100g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkami oleju roślinnego 200ml, rozspionka 10g, kompot 250ml (seler),

Pracownia Dietetyczna
Klinika Żywności i Zdrowia

		Kanapka z wędliną, pomidorem, koperkiem i margaryną (zboża zawierające gluten)	120g (zboża zawierające gluten, ryba)	Kanapka z jajkiem, sałatą zieloną, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, ryba)	Kanapka z tuńczykiem, sałatą zieloną, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, ryba)	Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	gluten), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	jajka, mleko)	kanapka z wędliną, jajkiem, koperkiem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, mleko, jaja)	120g (zboża zawierające gluten, jaja)	kanapka z tuńczykiem, sałatą zieloną, pomidorem i margaryną 120g (zboża zawierające gluten, ryba)	
Kolacja/ II Kolacja	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten) pierś z indyka 80g, masło 10g (mleko), pomidor 50g, kawa zabieliłana 250ml (mleko), mandarynka 70g	Szynka wędzarska z kija 80g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabieliłana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko)	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 100g, (seler, mleko, jaja), pomidor 50g, kawa zabieliłana 250ml (mleko, zboża zawierające gluten) kiwi 80g	Pasta z ryby z twarogiem 70g (ryba, zboża zawierające gluten, soja, mleko, jaja, seler, sezam, gorczyca, dwuliterek słarki), Pomidor 50g, masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Kakao 250 ml (mleko)	polędwica z pasieki 80g, masło 10g (mleko), pomidor 50g, Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabieliłana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jablko 100g	Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 70g (ryba, soja, mleko), pomidor 50g Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herбата 250ml,	Szynka wędzarska z kija 80g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), Herбата 250ml,	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), galaretki drobiowa 150g (seler), cytryna 10g, kawa zabieliłana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), mandarynka 70g	Bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta mięsno-warzywna 70g (seler), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), kiwi 80g			
	mandarynka 70g	mandarynka 70g	kiwi 80g	Jablko 100g	Jogurt naturalny 100g (mleko)	Jogurt owocowy 100g (mleko)	Jogurt naturalny 100g (mleko)	Jogurt owocowy 100g (mleko)	Jogurt naturalny 100g (mleko)	Jogurt owocowy 100g (mleko)	Jogurt naturalny 100g (mleko)	Jogurt owocowy 100g (mleko)

				wartymy 100g						
--	--	--	--	--------------	--	--	--	--	--	--

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

* możliwe odchylenia +/- 10%

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

DIETETYK KLINICZNY
mgr *Joanna* mus

MGR Inż.
MAGDALENA PIKUSIŃSKA
Kuchnia

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

	Środa 29.01.2025 r.	Czwartek 30.01.2025 r.	Piątek 31.01.2025 r.	Sobota 01.02.2025 r.	Niedziela 02.02.2025 r.	Poniedziałek 03.02.2025 r.	Wtorek 04.02.2025 r.	Środa 05.02.2025 r.	Czwartek 06.02.2025 r.	Piątek 07.02.2025r.	
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka z kija 80g, sałata lodowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml(mleko), Pasta z twarogu i natki pietruszki 70g (mleko), Pomidor 50g, sałata zielona 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g , dżem 50g, jabłko 100g, herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), szynka z pasieki 80g, Mix sałat 10g, Pomidor 50g margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml(mleko), pierś z indyka 80g, sałata zielona 10g, Pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten), Dżem 50g, Jabłko 100g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten), mlekko), udziec z indyka w galarecie 80g (mleko, seler), rukola 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mlekko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA 100g, szynka z kija 80g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mlekko), pulpet z łopatką wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja), cukwika 100g, sałata lodowa 10g, kompot 250 (zboża zawierające gluten, seler, jaja, mlekko)	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten, mlekko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA 100% roślinna 15g, twarozek 70g (mleko), sałata masłowa pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, dżem 50g, jabłko 100g, 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 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, sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), rukola 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ryżowa bez zablania 350ml (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 ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), gulasz wieprzowy gotowany 150g (90g/60g)(zboża zawierające gluten), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), surówka z buraka i jabłka 120g, rozspinka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, soja, mleko, seler), schab pieczony 130g(90g/40g) (zboża zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selerą i jabłką 120g (mleko, seler, jaja) rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Pomidorowa z zacierką 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g (100/50)(zboża zawierające gluten), ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Rozspinka 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa jarzynowa z ziemniakami i 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Makaron gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja), łopatką wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja), cukwika 100g, sałata lodowa 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mlekko), potrawka drobiowa 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), ryż 200g, surówka z marchewki 120g, sałata lodowa 10g, kompot 250 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mlekko)	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, rozspinka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)		


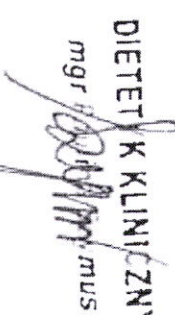
prof. dr hab. dr inż.
Marta Olszewska, dr hab. inż.
Dorota Szafraniec

Kolacja/ II Kolacja	chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten) , pierś z indyka 80g pomidor 50g, margaryna RAMA roślinna 15g, kawa zabielana 250ml (mleko), mandarynka 70g	Szynka wędzarsza z kija 80g, Salata zielona 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten) , kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) pomarańcza 130g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten) , margaryna RAMA roślinna 15g, satełka jarzynowa 100g, (seleń, mleko, jajka) , kawa zabielana 250ml (mleko, zboża zawierające gluten) pomidor	Pasta z ryby z twarogiem 70g (ryba, zboża zawierające gluten, soja, mleko, jajka, seleń, 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	południca z pasieki 80g ,margaryna RAMA 100% roślinna 15g, pomidor 50g, dżem 50g Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) , Kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jablko 100g	Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 70g (ryba, soja, mleko) , pomidor 50g margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten) , Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g (mleko)	Szynka wędzarsza z kija 80g, Pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) , Herbata 250ml, Jogurt owocowy 100g (mleko)	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten) , margaryna RAMA roślinna 15g, galaretka drobiowa 150g (seleń) , cytryna 10g, (mleko) , kawa zabielana 250ml (mleko, zboża zawierające), jablko 100g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) , margaryna RAMA roślinna 15g, pasta mięsno - warzywna 50g (seleń) , pomidor 50g, kakao 250ml (mleko) , mandarynka 70g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten) , margaryna RAMA roślinna 15g, twaróg w plasterkach 50g (mleko) , pomidor 50g, kakao 250ml (mleko) kiwi 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

mgr inż.  **DIETETYK KLINICZNY**
mgr  mus

Dieta wegetariańska

	Środa 29.01.2025 r.	Czwartek 30.01.2025 r.	Piątek 31.01.2025 r.	Sobota 01.02.2025 r.	Niedziela 02.02.2025 r.	Poniedziałek 03.02.2025 r.	Wtorek 04.02.2025 r.	Środa 05.02.2025 r.	Czwartek 06.02.2025 r.	Piątek 07.02.2025 r.	
Śniadanie// Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (mleko) , chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko) , jajko gotowane 50g (jajka) , sałata lodowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 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 jagłaną 350ml (mleko) , chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko) , dżem 50g, rozszponka 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko) , ser żółty 50g (mleko) , Mix sałat 10g, Pomidor 50g Masło 10g (mleko) , Chleb pszenno-żytni 100g/ (zboża zawierające gluten) , Herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko) , jajko gotowane 50g, sałata zielona 10g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko) , Chleb pszenno-żytni 100g/ (zboża zawierające gluten) , Herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml/ (zboża zawierające gluten, mleko) , Dżem 50g, Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g (mleko) , Chleb pszenno-żytni 100g/ (zboża zawierające gluten) , Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą mąką 350ml/ (zboża zawierające gluten, mleko) , twaróg z koperkiem 50g (seler, mleko) , ogórek kiszony 50g, rukola 10g, masło 10g (mleko) , Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) , herbata 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml/ (zboża zawierające gluten, mleko) , seler, ziemniaki z szpinakiem 250g (zboża zawierające gluten, mleko) , 300 g (zboża zawierające gluten, mleko) , kompot 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) , jabłka 120g	Zupa mleczna z makaronem 350ml/ (zboża zawierające gluten, mleko) , chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten, mleko) , buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten) , rukola 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) , soja, seler, jajka, mleko	Zupa mleczna z kaszą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko) , dżem 50g, jabłko 100g, herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml/ (mleko) , chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) , masło 10g (mleko) , dżem 50g, jabłko 100g, herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko, jajka, seler) , kotlet sojowy 100g ziemniaki z dodatkiem oleju 200g, buraczki na ciepło 120g (zboża zawierające gluten) , rukola 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) , soja, seler, jajka, mleko	Zupa krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, seler, jajka) , kotletki z brokuła z jajkiem 100g (zboża zawierające gluten, jajka) , Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko) , Rukola 10g Kompot 250ml/ (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jajka, mleko)	Zupa ryżowa bez zablania 350ml (seler) , makaron z twarogiem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (zboża zawierające gluten, mleko) , surówka z marchewki 120g kompot 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) , soja, seler, jajka, mleko	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko) , gulasz wielowarzynowy z soczewicą 140g (zboża zawierające gluten, seler) , kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g/ (zboża zawierające gluten) , Surówka z buraka i jabłka 120g/rozszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) , soja, seler, jajka, mleko	Rosół warzynowy z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler) , kotlet sojowy 100g (soja) , Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selerą i jabłką 120g (mleko, seler, jajka) , rukola 10g, kompot 250ml/ (zboża zawierające gluten, mleko)	Pomidorowa z zacierką 350ml/ (zboża zawierające gluten, mleko, seler) , pierogi ze szpinakiem 250g (zboża zawierające gluten, jajka, mleko) , Rozszponka 10g Kompot 250ml/ (zboża zawierające gluten, mleko)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml/ (zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler) , Makaron ze szpinakiem i fetą 300 g (zboża zawierające gluten, mleko) , marchewka mini gotowana 100g, sałata lodowa z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) , soja, seler, jajka, mleko	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko) , naleśniki z serem i borowkami 300g (zboża zawierające gluten, mleko) , kompot 250g (zboża zawierające gluten, mleko) , soja, seler, jajka, mleko	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko) , ryba wierzyna po grecku 100g (zboża zawierające gluten, seler) , ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, rozszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) , soja, seler, jajka, mleko		

Kolacja/ II Kolacja	Ser żółty 50g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabielana 250ml (mleko), mandarynka 70g	Dżem 50g, masło 10g (mleko), pomidor 50g, Chleb pszenno- żytni 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko)	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 100g, (seler, mleko, jajka), pomidor 50g, kawa zabielana 250ml (mleko, zboża zawierające gluten)	Pasta z ryby z twarogiem 70g(ryba, zboża zawierające gluten, soja, mleko, jajka, seler, sezam, gorczyca, dwutlenek siarki), pomidor 50g, masło 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), kakao 250 ml (mleko)	Salatka jarzynowa 150g (jajka, mleko, seler), masło 10g(mleko), roszponka 10g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g	Pasta z tuńczyka, Pomidoru i koperku 70g(ryba, soja, mleko), pomidor 50g 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, Jogurt owocowy 100g(mleko)	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta z sera i szczyptorku 70g (mleko), kawa zabielana 250ml (mleko), mandarynka 70g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twarożek 50g (mleko), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), kiwi 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

mgr Irena
Dobrowolska
Dietetyk
Kliniczny

DIETETYK KLINICZNY
mgr Irena Dobrowolska
mus