

Dieta podstawowa										
	Sobota 19.04.2025 r.	Niedziela 20.04.2025 r.	Poniedziałek 21.04.2025 r.	Wtorek 22.04.2025 r.	Środa 23.04.2025 r.	Czwartek 24.04.2025 r.	Piątek 25.04.2025 r.	Sobota 26.04.2025 r.	Niedziela 27.04.2025 r.	Poniedziałek 28.04.2025r.
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (zboża zawierające gluten, soja, mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twarożek z natką pietruszki 70g(mleko), rukola 10g, ogórek konserwowy 50g (gorczyca), herbata 250 ml	Barszcz biały z jajkiem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), salátka jarzynowa 100g (jaja, mleko, seler), schab z kija30g sałata masłowa 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), jajko gotowane 60g (jaja), sos chrzanowy 50g (zboża zawierające gluten, mleko), tortilla z serkiem śmietankowym, warzywami i szynką 50g (zboża zawierające gluten, mleko), herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą mąnną350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (zboża zawierające gluten, 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(zboża zawierające gluten, mleko), Pasta z tuńczyka i twarogu 70g (ryba,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 (gorczyca, jaja, mleko,), roszponka 10g, papryka konserwowa 50g (gorczyca), herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (zboża zawierające gluten, soja, 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 (zboża zawierające gluten, mleko), pierś z indyka (mleko, soja) 50g sałata zielona 10g, ogórek kiszony 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250m	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), dżem 50g (zboża zawierające gluten, sezam), jabłko 100g, Masło 10g (mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, łubin, seler, jaja), ryż z jabłkami prażonymi i cynamonem z dodatkiem oleju roślinnego 300g (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzeszki ziemne), kompot 250 ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko), sos budyniowy (zboża zawierające gluten, mleko, soja) 100ml, mandarynka 70g	Krem z cukinii z grzankami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), bitka wieprzowa w sosie gotowana 110g (80g/30g), (zboża zawierające gluten), ziemniaki z dodatkiem oleju 200g, sałátka z buraka i jabłka 120g, rukola 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko) Sernik 50g (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa makaronowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko), roladka drobiowa z marchewką i selerem 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, mleko), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, sałata lodowa z pomidorem i jogurtem naturalnym 100g (mleko), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko) Szarlotka 50g (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, łubin, seler, jaja), gulasz wieprzowy 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 jarzynowa z makaronem i soczewicą 350 ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, łubin, mleko, seler) zrazik wieprzowy pieczony 90g (zboża zawierające gluten, jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju 200g, buraczki na ciepło 120g, rukola 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, łubin, mleko, seler, jaja), Gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 150g(90g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem roślinnym 120g, Rukola 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, łubin, jaja, seler), makaron z twarogiem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (zboża zawierające gluten, mleko, soja, gorczyca, łubin), surówka z marchewki 120g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, łubin, jaja, mleko), Gulasz wieprzowy gotowany 150g (90g/60g)(zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), Surówka z czerwonej kapusty 120g, roszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, łubin, soja, seler), schab pieczony 130g(90g/40g) Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z białej kapusty i marchewki 120g, rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Pomidorowa z zacierką i ciecierzycą 350ml(zboża zawierające gluten, soja, seler, gorczyca, łubin, jaja, mleko), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g (100/50)(zboża zawierające gluten, mleko), ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)

Kolacja/ II Kolacja	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), ser żółty 50g (mleko), pomidor 50g, herbata 250ml,	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), galare tka drobiowa 150g, cytryna 10g, herbata 250ml	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z pasieki 40g, ser żółty 20g (mleko), rukola 10g, kawa zabielana (zboża zawierające gluten, mleko) 250ml,	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), ogórek kiszony 50g, kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko),	Pierś z indyka 50g (mleko, soja) masło 10g (mleko) chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), pomidor 50g, kawa zbożowa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko),	Szynka wędzarka 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), sałatka jarzynowa 100g, (seler, gorczyca mleko, jaja), kawa zabielana 250ml (mleko, zboża zawierające gluten) pomidor 50g	pasta mięsno- warzywna 70g (seler), ogórek kiszony 50g masło 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), kakao (mleko) 250 ml	południca z pasieki 50g, masło 10g(mleko), pomidor 50g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko),	Pasta twarogu i koperku 70g (ryba, mleko), ogórek konserwowy 50g (gorczyca), masło 10g (mleko), Chleb pszenno- żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml,
	Jogurt naturalny 100g(mleko),	jogurt naturalny 100g (mleko)	mandarynka 80g	Pomarańcza 80g	mandarynka 80g	pomarańcza 80g	Kiwi 80g	mus owocowo- warzywny 100g	Jabłko 100g	Jogurt naturalny 100g (mleko)

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

* możliwe odchylenia +/- 10 %

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

DIETETYK KLINICZNY
mgr Anna Krawiec