

Dieta łatwostrawna										
	Czwartek 07.08.2025 r.	Piątek 08.08.2025 r.	Sobota 09.08.2025 r.	Niedziela 10.08.2025 r.	Poniedziałek 11.08.2025 r.	Wtorek 12.08.2025 r.	Środa 13.08.2025 r.	Czwartek 14.08.2025 r.	Piątek 15.08.2025 r.	Sobota 16.08.2025r.
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twarożek 70g (mleko), sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), dżem 50g (zboża zawierające gluten, sezam), jabłko 100g, herbata 250ml	Zupa mleczna z Płatkami kukurydzianymi 350ml (zboża zawierające gluten, soja, mleko), szynka z kija 50g pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko),galaretka drobiowa 150g, cytryna 10g, rukola 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 100g (jaja, gorczyca, mleko, seler), poledwica z pasieki 30g sałata lodowa 10g, herbata 250 ml	Zupa mleczna z kaszą manną350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, sałata lodowa 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko),pasta z tuńczyka i twarogu 70g (ryba,mleko), Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), sałata lodowa Herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), pierś z indyka 50g (mleko, soja) sałata zielona 10g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250m	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (zboża zawierające gluten, soja, mleko), szynka z pasieki 50g, Mix sałat 10g, Pomidor 50g Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko, gorczyca, soja, łubin, jaja), potrawka drobiowa gotowana 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), ryż 200g, marchewka gotowana 120g (zboża zawierające gluten, gorczyca, seler, jaja, mleko), sałata lodowa 10g, kompot 250 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca, soja, łubin, seler, jaja), 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, roszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, łubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g (mleko, seler, jaja), roszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten, gorczyca, łubin, soja, seler), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 300g (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzeszki ziemne), sos budyniowy 100ml (zboża zawierające gluten, mleko, soja), kompot 250 ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko) mandarynka 70g	Barszcz czerwony z ziemniakami 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), sos budyniowy 100ml (zboża zawierające gluten, mleko, soja), kompot 250 ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, łubin, mleko, seler, jaja), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z marchewki i jabłka 120g, sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, łubin, mleko, jaja, 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, seler, jaja, gorczyca, soja, łubin), Gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 150g(90g/60g) (zboża zawierające gluten, jaja, mleko, soja, 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)	Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, łubin, soja, seler), schab pieczony 130g(90g/40g) (zboża zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g (mleko, seler) rukola 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko, gorczyca, soja, łubin, jaja), Gulasz wieprzowy gotowany 150g (90g/60g)(zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z buraka i jabłka 120g, roszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)

MARIOLA BURY-DWORZAŃSKA
D I E T E T Y K

Kolacja/ II Kolacja	Chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające glu- ten), masło 10g (mleko) , pasta mięsno - warzywna 70g (seler), po- midor 50g, kakao 250ml (mleko),	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające glu- ten), masło 10g (mleko), twa- róg w plastrach 50g (mleko) , pomidor 50g, kakao 250ml (mleko) ,	Schab z kija 50g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno- żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabelana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko),	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające glu- ten), masło 10g (mleko) , polędwica z pasieki 50g, pomidor 50g, kakao 250ml (mleko),	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające glu- ten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml,	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające glu- ten), masło 10g (mleko) , pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, soja, se- zam, mleko, jaja, ryba, gorczyca dwutlenek siar- ki),pomidor 50g, kawa zabelana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko),	Piersz z indyka 50g (mleko, soja) , pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten) , kawa zabelana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko),	Szynka wędzarka z kija 50g, masło 10g (mleko), pomidor 50g, Chleb pszenno- żytni 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabelana 250ml (zboża zawie- rające gluten, mleko)	polędwica z pasieki 50g, masło 10g(mleko), po- midor 50g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabelana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko),	Pasta z ryby z twarogiem 70g(ryba, mle- ko), pomidor 50g,ma- sło 10g(mleko), chleb pszenno- żytni 100g (zbo- ża zawierające gluten), Kakao 250 ml (mleko)	
	arbuż 80g	kiwi 80g	jabłko 100g	mandarynka 80g	Jogurt naturalny 100g(mleko),	arbuż 80g	mandarynka 80g	arbuż 80g		Jabłko 100g	arbuż 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

DIETETYCZKA
DYPLOMOWANA
Mrozińska
Joanna Mrozowicz