

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu										
	Niedziela 17.08.2025 r.	Poniedziałek 18.08.2025 r.	Wtorek 19.08.2025 r.	Środa 20.08.2025 r.	Czwartek 21.08.2025 r.	Piątek 22.08.2025 r.	Sobota 23.08.2025 r.	Niedziela 24.08.2025 r.	Poniedziałek 25.08.2025 r.	Wtorek 26.08.2025r.
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, galaretka drobiowa 150g, cytryna 10g, rukola 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), Dżem 50g (zboża zawierające gluten, sezam), 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, mleko, soja), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, soja), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA 100% roślinna 15g, szynka z kija 80g, mix salat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA 100% roślinna 15g, twaróg 70g (mleko), sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA 100% roślinna 15g, dżem 50g, jabłko 100g, herbata 250ml	Zupa mleczna z Patkami kuku-rydzianymi 350ml (zboża zawierające gluten, soja, mleko), szynka z kija 80g, pomidor 50g, sałata zielona 10g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, chleb pszenno-żytni 100g(zboże zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), pierś z indyka 80g (mleko, soja), sałata zielona 10g, Pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zbo-ża zawierające gluten), Herbata 250m	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (zboża zawierające glu-ten, soja, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające glu-ten), margaryna RAMA 100% roślinna 15g, sałatka jarzynowa 100g (jaja, gorczyca, mleko, seler), polędwica z pasieki 30g, sałata lodowa 10g, her-bata 250 ml	Zupa mleczna z kaszą manną-350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zbo-ża zawierające gluten), mar-garyna RAMA 100% roślinna 15g, schab z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml
Obiad/ Pod-wieczorek	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, łubin, seler, jaja), pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g (mleko, seler), roszonek 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Pomidorowa z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, łubin, seler, jaja), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g (100/50)(zboża zawierające gluten, mleko), ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawie-rające gluten), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Roszonek 10g Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa jarzynowa z ziemniakami i 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), Makaron do-datkem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, soja), Łopatką wieprzowa, mielona, duszona z sosem warzywno po-midoro wym 150g (80g/70g)(zboża zawierające gluten), sałata lodowa z wa-rzywami i jogur-tem naturalnym 100g (mleko), Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ryżowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet z łopatką wieprzo-wej gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawie-rające gluten, soja), ćwikła 100g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (zboża zawie-rające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler mleko), potrawka drobiowa 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), ryż 200g, mar-chewka gotowana 120g (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko), sałata lodowa 10g, kompot 250 (zboża zawie-rające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), ryba pieczona100 g warzywa po grecku 100g (zbo-ża zawierające gluten, seler), ziemniaki z do-datkem oleju roślinnego 200ml, roszonek 10g, kompot 250ml (zboża zawie-rające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, łubin, seler, jaja), Pieczeń rzymska w sosie pomidoro-wym 150g (110g/40g)(zboża zawierające gluten, soja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g, Rukola 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, łubin, seler, jaja), 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)	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (zboża zawierające glu-ten, gorczyca, soja, łubin, seler, jaja), ryż z jabłkami pra-żonymi i cynamo-nem z dodatkiem oleju roślinnego 300g (zboża za-wierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzeszki ziemne), sos budyniowy 100ml (zboża zawierające glu-ten, mleko, soja), kompot 250 ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko), manda-rynka 70g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca, soja, łubin, seler, jaja), gulasz wieprzowy duszony 140g (80g/60g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), surówka z mar-chewki i jabłka 120g, sałata lodowa 10g,ka-sza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawie-rające gluten), kompot 250ml (zboża zawie-rające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)

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

Kolacja/ II Kolacja	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające glu- ten), margaryna RAMA roślinna 15g, połędwica z pasieki 80g, pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), mandarynka 80g	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 wędz arza 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), mar- garyna RAMA roślinna 15g, galaretką dro- biowa 150g (se- ler), cytryna 10g, (mleko), kawa zabielana 250ml (mleko, zboża zawierające), jabłko 100g	Chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten), mar- garyna RAMA roślinna 15g, pasta mięsno - warzywna 50g (seler), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), arbuz 80g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), mar- garyna RAMA roślinna 15g, twaróg w pla- strach 50g (mle- ko), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko) kiwi 80g	Schab z kija 80g Pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno- żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabiela- na 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g	połędwica 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), Jabłko 100g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające glu- ten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka z kija 80g, pomidor 50g, her- bata 250ml, Jogurt naturalny 100g (mleko)	Chleb pszenno - żytni 100g (zbo- ża zawierające gluten), mar- garyna RAMA roślinna 15g, pasta z sera i makreli w po- midorach 70g (zboża zawie- rające gluten, soja, sezam, mleko, jaja, ryba, gorczyca dwutlenek siar- ki), pomidor 50g, Kawa zabiela- na 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), arbuz 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
Joanna Mrozowicz
Joanna Mrozowicz