

Dieta łatwostrawna										
	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), masło 10g (mleko), galaretką drobiową 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, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), sałatka jarzynowa 100g (jaja, gorczyca, mleko, seler), Pierś z indyka 30g (mleko, soja), rukola 10g, masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, soja, gorczyca, łubin, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, mix sałat 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), twarożek 70g (mleko), sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml (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 kuku-rydzianymi 350ml (zboża zawierające gluten, soja, mleko), szynka z kija 50g pomidor 50g, sałata zielona 10g, masło 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g(zboże zawierające gluten), 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 kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 100g (jaja, gorczyca, mleko, seler), polędwica z pasieki 30g sałata lodowa 10g, herbata 250 ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (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
Obiad/ Pod- wieczorek	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten, gorczyca, łubin, soja, seler), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g (mleko, seler, jaja), roszonek 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Pomidorowa z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler gorczyca, soja, łubin, jaja), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g (100/50)(zboża zawierające gluten, mleko), ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g zboża zawierające gluten), surówka z marchewki z jabłkiem 120g Roszonek 10g Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczy-	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler, gorczyca, soja, łubin, jaja), Makaron dodatkem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, jaja, soja), Łopatka wieprzowa, mielona, duszona z sosem warzywno pomidorowym 150g (80g/70g)(zboża zawierające gluten), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Kompot	Zupa ryżowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler, gorczyca, soja, łubin, jaja), pulpet z łopatką wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja) ćwikła 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, mleko, gorczyca, soja, łubin, jaja), porzeczka 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, roszonek 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), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g (110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), 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, 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)	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) marmelada 70g	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)

MARIOLA BURY-DWORZAŃSKA
DIETYTYK

		ca, soja, seler, jaja, mleko)	250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)							
Kolacja/ II Kolacja	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), polędwica z pasieki 50g, pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), mandarynka 80g	Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 70g(ryba, mleko), pomidor 50g Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g (mleko)	Szynka wędzarska z kija 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), galaretki drożdżowa 150g (seler), cytryna 10g, kawa zabielenia 250ml (mleko), jabłko 100g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), pasta mięsno - warzywna 70g (seler), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), arbuz 80g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), twaróg w plastrach 50g (mleko), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), kiwi 80g	Schab z kija 50g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g	polędwica z pasieki 50g, masło 10g(mleko), pomidor 50g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 100g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), szynka z kija 50g, pomidor 50g, herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko),	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 zabielenia 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