

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu										
	Piątek 26.09.2025 r.	Sobota 27.09.2025 r.	Niedziela 28.09.2025 r.	Poniedziałek 29.09.2025 r.	Wtorek 30.09.2025 r.	Środa 01.10.2025 r.	Czwartek 02.10.2025 r.	Piątek 03.10.2025 r.	Sobota 04.10.2025 r.	Niedziela 05.10.2025r.
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, dżem 50g (zboża zawierające gluten, sezam), jabłko 100g, herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (zboża zawierające gluten, soja, mleko), szynka z pasieki 80g Mix салат 10g, Pomidor 50g 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, galaretka drobiowa 150g, cytryna 10g, rukola 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), szynka z pasieki 80g, sałata 10g , pomidor 50g margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Pierś z indyka 80g (mleko, soja), rukola 10g, pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, jaja), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, szynka z kija 80g, mix салат 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA 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 roślinna 15g, sałatka jarzynowa 100g, (seler, gorczyca mleko, jaja),jabłko 100g, herbata 250ml	Zupa mleczna z Płatkami kukurydzianymi 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(zboża zawierające gluten), Herbata 250m
Obiad/ Podwieczorek	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, łubin, seler, jaja), 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, gorczyca, soja, łubin, seler, jaja),Gulasz wieprzowy gotowany 150g (90g/60g)(zboża zawierające gluten), ziemniaki 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)	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), roszponka 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 zawierające gluten), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Roszponka 10g Kompot 250ml (zboża	Zupa jarzynowa z ziemniakami i 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler), Makaron dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, jaja, soja), Łopatka wieprzowa, mielona, duszona z sosem warzywno pomidoro wym 150g (80g/70g)(zboża zawierające gluten), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa ryżowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler), pulpet z łopatkı wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten, jaja), cwikła 100g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa grysikowa 350ml (zboża zawierające gluten, seler mleko), potrawka drobiowa 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, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), ryba pieczona100 g 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), 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, 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)

MARIOLA BURY-DWORZAŃSKA
DIETYK

				zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)						
Kolacja/ II Kolacja	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, sałatka jarzynowa 100g, (seler, gorczyca, mleko, jaja), kawa zabielana 250ml (mleko, zboża zawierające gluten) pomidor	Pasta z ryby z twarogiem 70g (ryba, mleko), pomidor 50g, margaryna RAMA 100% roślinna 15g, chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kakao 250 ml (mleko) jabłko 100g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), 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 wędzarka 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 (seler), cytryna 10g, (mleko), kawa zabielana 250ml (mleko, zboża zawierające), jabłko 100g	Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, pasta mięsno - warzywna 50g (seler), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko), pomarańcza 80g	Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), margaryna RAMA roślinna 15g, twaróg w plastrach 50g (mleko), 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 zabielana 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

* 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

DIETETYCKA
DYPLOMOWANA
Joanna Mrozowicz
Joanna Mrozowicz