

Dieta łatwostrawna										
	Piątek 13.02.2026 r.	Sobota 14.02.2026 r.	Niedziela 15.02.2026 r.	Poniedziałek 16.02.2026 r.	Wtorek 17.02.2026 r.	Środa 18.02.2026 r.	Czwartek 19.02.2026 r.	Piątek 20.02.2026 r.	Sobota 21.02.2026 r.	Niedziela 22.02.2026 r.
Śniadanie// Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem350ml (mleko), sałatka jarzynowa 100g, (seler, gorczyca mleko, jaja), sałata masłowa 10g, masło 10g (mleko), chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z Płatkami kukurydzianymi 350ml (zboża zawierające gluten, soja, mleko), szynka z kija 50g pomidor 50g, sałata masłowa 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 masłowa 10g, pomidor 50g, masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), herbata 250m	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), szynka z pasieki 50g pomidor 50g, sałata masłowa 10g, masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (zboża zawierające gluten, soja, mleko), szynka wędzarsza z kija 50g, sałata masłowa10g, pomidor 50g masło 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (mleko), dżem 50g (zboża zawierające gluten, sezam), jabłko 100g, masło 10g (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250 ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), pasztet 70g (seler, soja, gorczyca, mleko), sałata masłowa 10g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (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), schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno-żytni 100g, sałata masłowa 10g, masło 10g (mleko) zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko), galaretką drobiową 150g, cytryna 10g, pomidor 50g, sałata masłowa 10g,masło 10g (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy), 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, sałata lodowa 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Zupa ryżowa bez zabielania 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g (110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g, sałata lodowa10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, lubin, soja, seler), schab pieczony 130g(90g/40g) (zboża zawierające gluten), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g (mleko, seler)sałata lodowa 10g, kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Pomidorowa z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, seler gorczyca, soja, lubin, jaja, orzechy), 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 sałata lodowa 10g kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler, gorczyca, soja, lubin, jaja, orzechy), łopatka wieprzowa, mielona, duszona z sosem warzywno pomidoro wym 150g (80g/70g)(zboża zawierające gluten), makaron dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, jaja, soja), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Kompot	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy), 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) , mandarynka 70g, kompot 250 ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, seler, mleko, gorczyca, soja, lubin, jaja, orzechy), gulasz wieprzowy gotowany 150g (90g/60g)(zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten, soja, gorczyca, lubin, mleko), surówka z marchewki 120g kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Zupa ryżowa bez zabielania 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja orzechy), makaron z twarogiem i dodatkiem oleju roślinnego 350g (zboża zawierające gluten, soja, gorczyca, lubin, mleko), surówka z marchewki 120g kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, mleko, seler, jaja, orzechy), wieprzowina duszona w sosie własnym z warzywami 180g (80g/100g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten, gorczyca, lubin, soja, seler), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g (mleko, seler, jaja), sałata lodowa 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)

				mleko, orzechy)	250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)					
Kolacja/ II Kolacja	twaróg w plastrach 50g (mleko), pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), kakao 250ml (mleko), kiwi 80g	Schab z kija 50g, Pomidor 50g, Masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g	polędwica z pasieki 50g, pomidor 50g, masło 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 100g	galaretka drobiowa 150g (seler), sałata masłowa 10g, cytryna 10g masło 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (mleko, zboża zawierające gluten) mandarynka 80g	pasta z ryby z twarogiem 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca), pomidor 50g,masło 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), kakao 250 ml (mleko) jabłko 100g	Pasta z sera z koperkiem 70g (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)	sałatka jarzynowa 100g, (seler, gorczyca, mleko, jaja), sałata masłowa 10g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabieleną 250ml (mleko, zboża zawierające gluten) kiwi 80g	pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca), pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten) kawa zabieleną 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g	polędwica z pasieki 50g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), kakao 250ml (mleko), mandarynka 80g

8

4'

* 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
Mroźniak
Joanna Mroźniak