

**Środa**  
**18 Marca 2026 r.**  
**Lesko**

**Dieta Podstawowa (1)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), paszтет 70g ( <b>seler,soja,gorczyca,mleko</b> ) pomidor 50g sałata masłowa 10g, masło 10g ( <b>mleko</b> ), chleb razowy 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy</b> ), gulasz wieprzowy gotowany 150g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g kompot 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Poledwica z pasieki 50g, papryka czerwona 50g, masło 10g ( <b>mleko</b> ), chleb pszenno - żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 250ml, jogurt owocowy 100g ( <b>mleko</b> )

**Dieta Łatwo strawna(2)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), paszтет 70g ( <b>seler,soja,gorczyca,mleko</b> ) pomidor 50g sałata masłowa 10g, masło 10g ( <b>mleko</b> ), chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml ( <b>zboża zawierające gluten,gorczyca,soja,seler,lubin, jaja, mleko, orzechy</b> ), gulasz wieprzowy gotowany 150g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) surówka z buraka jabłko 120g, sałata lodowa 10g, kompot 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Poledwica z pasieki 50g, pomidor 50g, masło 10g ( <b>mleko</b> ), chleb pszenno - żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 250ml, jogurt owocowy 100g ( <b>mleko</b> )

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Piers z indyka 80g ( <b>mleko,soja</b> ) pomidor 50g , sałata masłowa 10g, masło 10 g chleb razowy 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml ( <b>zboża zawierające gluten,gorczyca,soja,seler,lubin, jaja, mleko, orzechy</b> ), gulasz wieprzowy gotowany 150g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, herbata 250ml	Poledwica z pasieki 80g, papryka czerwona 50g, masło 10 g, chleb razowy 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 250ml, jogurt naturalny 100g ( <b>mleko</b> )

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 4 posiłkowa węglowodanów (6)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Piers z indyka 80g ( <b>mleko,soja</b> ) pomidor 50g , sałata masłowa 10g, masło 10 g ( <b>mleko</b> ), chleb razowy 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml ( <b>zboża zawierające gluten,gorczyca,soja,seler,lubin, jaja, mleko, orzechy</b> ), gulasz wieprzowy gotowany 150g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, herbata 250ml  Kanapka z jajkiem sałata zieloną,pomidorwm i margaryną ( <b>zboża zawierające gluten,jaja</b> ),	Poledwica z pasieki 80g, papryka czerwona 50g, masło 10 g, chleb razowy 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), herbata 250ml, jogurt naturalny 100g ( <b>mleko</b> )

**Dieta ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów oraz nasyconych kwasów tłuszczowych(7)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Piers z indyka 80g ( <b>mleko,soja</b> ) pomidor 50g , sałata masłowa 10g, margaryna mis kromeczki 15g chleb razowy 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml( <b>zboża zawierające gluten,gorczyca,soja,seler,lubin, jaja, mleko, orzechy</b> ), gulasz wieprzowy gotowany 150g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, herbata 250ml  kanapka z jajkiem( <b>zboża zawierające gluten,jaja</b> ),	Poledwica z pasieki 80g, papryka czerwona 50g, margaryna mis kromeczki 15g, chleb razowy 100g ( <b>zboża zawierającegluten</b> ) herbata 250ml, jogurt naturalny100g ( <b>mleko</b> )

**Dieta bogatobiałkowa(9)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kasza manną 350ml( <b>zboża zawierająca gluten, mleko</b> ), paszтет 70g ( <b>seler,soja,gorczyca,mleko</b> ) pomidor 50g sałata masłowa 10g,, masło 10g ( <b>mleko</b> ), bułka grahamka 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 250ml jogurt naturalny 100g ( <b>mleko</b> )	Zupa ziemniaczana 350ml ( <b>zboża zawierające gluten,gorczyca,soja,seler,lubin, jaja, mleko, orzechy</b> ), gulasz wieprzowy gotowany 150g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) surówka z buraka jabłko 120g sałata lodowa 10g, kompot 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> ),  Kanapka z jajkiem sałata zieloną pomidorem i margaryną ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ),	Poledwica z pasieki 80g, pomidor 50g, masło 10g ( <b>mleko</b> ), bułka grahamka 100g ( <b>zboża zawierającegluten</b> ) herbata 250ml, jogurt owocowy 100g ( <b>mleko</b> )

**Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu(3)**

<b>Śniadanie/II Śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), piers z indyka 80g ( <b>mleko,soja</b> ), pomidor 50g, sałata masłowa 10g, margaryna mis kromeczeki 15g chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml ( <b>zboża zawierające gluten,gorczyca,soja,seler,lubin, jaja, mleko, orzechy</b> ), gulasz wieprzowy gotowany 150g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), surówka z buraka jabłka120g, sałata lodowa 10g, kompot 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Poleđwica z pasieki 80g, pomidor 50g, margaryna mis kromeczeki 15g, chleb pszenno - żytni 100g ( <b>zboża zawierającegluten</b> ) herbata 250ml,  jogurt owocowy100g ( <b>mleko</b> )

**Dieta bezmleczna(11)**

<b>Śniadanie/II Śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa z kaszą manną, bez zabielenia 350 ml ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),szynka z pasieki 80g, pomidor 50g sałata masłowa 10g, margaryna mis kromeczeki 15g, chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana bez zabielenia 350ml ( <b>seler</b> ), gulasz wieprzowy gotowany 150g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), kasza jęczmienna 200g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), surówka z buraka jabłka 120g, sałata lodowa 10g, herbata 250 ml	Poleđwica z pasieki 50g, pomidor 50g, margaryna mis kromeczeki 15g, , chleb pszenno - żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 250ml Jabłko 100g

**Dieta papkowata(12)**

<b>Śniadanie/II Śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa z kaszą 350 ml ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), szynka 40g, masło 10g ( <b>mleko</b> ), bułka pszenna 80g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 250 ml mus owocowy 100g	Zupa ziemniaczana 350ml( <b>zboża zawierające gluten,gorczyca,soja,seler, lubin, jaja, mleko, orzechy</b> ) gulasz wieprzowy gotowany150g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), kasza jęczmienna200g ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ), kompot 250ml ( <b>zboża zawierającegluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Zupa bez zabielenia 350ml ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), filet z kurczaka gotowany 30g, masło 10g ( <b>mleko</b> ), bułka pszenna 80g ( <b>zboża zawierającegluten</b> ) herbata 250ml,  jogurt owocowy 100g ( <b>mleko</b> )

**Dieta o zmienionej konsystencji –płynna wzmocniona (14)**

<b>Śniadanie/II Śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa z kaszą 350 ml ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), szynka 60g, masło 10g ( <b>mleko</b> ), bułka pszenna 80g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 250 ml, mus owocowy 100g	Zupa ziemniaczana350ml( <b>zboża zawierające gluten,gorczyca,soja,seler, lubin, jaja, mleko, orzechy</b> ) gulasz wieprzowy gotowany150g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), kasza jęczmienna200g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), kompot 250ml( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Zupa bez zabielenia 350ml ( <b>zboża zawierającegluten</b> ), filet z kurczaka gotowany 60g, masło 10g ( <b>mleko</b> ), masło 10g ( <b>mleko</b> ), bułka pszenna 80g ( <b>zboża zawierającegluten</b> ) herbata 250ml,  jogurt owocowy 100g ( <b>mleko</b> )

**Dieta bezglutenowa (11)**

<b>Śniadanie/II Śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z ryżem 350 ml ( <b>mleko</b> ), piers z indyka 80g ( <b>mleko,soja</b> ),pomidor 50g, sałata masłowa 10g, masło 10g ( <b>mleko</b> ), chleb bezglutenowy 100g, herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml ( <b>seler, mleko</b> ), gulasz wieprzowy gotowany 150g ,ziemiaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z czerwonej kapusty120g, sałata lodowa 10g, herbata 250ml	Poleđwica z pasieki 50g, pomidor 50g, masło 15g ( <b>mleko</b> ), chleb bezglutenowy 100g, herbata 250ml  jogurt owocowy 100g ( <b>mleko</b> )

**Dieta ubogo energetyczna 1200 kcal (12)**

<b>Śniadanie/II Śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Piers z indyka 80g ( <b>mleko,soja</b> ) pomidor 50g, sałata masłowa 10g ,margaryna mis kromeczeki , 15g, chleb razowy 80g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 250 ml	Zupa ziemniaczana 250ml ( <b>zboża zawierające gluten,gorczyca,soja,seler,lubin, jaja, mleko, orzechy</b> ), gulasz wieprzowy gotowany 150g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), surówka z buraka jabłka120g, sałata lodowa 10g, kompot250ml( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Poleđwica z pasieki 50g, papryka czerwona 50g, margaryna mis kromeczeki 15g, chleb razowy 80g ( <b>zboża zawierającegluten</b> ) herbata 250ml

**Dieta Podstawowa dzieci (P1)**

<b>Śniadanie/II Śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), pasztet 70g ( <b>seler,soja,gorczyca,mleko</b> ) pomidor 50g sałata masłowa 10g, masło 15g ( <b>mleko</b> ), bułka pszenna 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml ( <b>zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy</b> ), gulasz wieprzowy gotowany 150g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, kompot250ml( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Poleđwica z pasieki 50g, papryka czerwona 50g, masło 15g ( <b>mleko</b> ), bułka pszenna 100g ( <b>zboża zawierającegluten</b> ) herbata 250ml,  jogurt owocowy 100g ( <b>mleko</b> )

**Dieta Podstawowa dzieci 70% (P1)**

<b>Śniadanie/II Śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z kaszą manną 245 ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), pasztet 49g ( <b>seler,soja,gorczyca,mleko</b> ) pomidor 35g sałata masłowa 7g, masło 10,5g ( <b>mleko</b> ), bułka pszenna 70g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), herbata 175 ml.	Zupa ziemniaczana 245ml ( <b>zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy</b> ), gulasz wieprzowy gotowany 105g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 140g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),surówkaz czerwonej kapusty 84g, sałata lodowa 7g, kompot175ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Poleđwica z pasieki 35g, papryka czerwona 35g, masło 10,5g ( <b>mleko</b> ), bułka pszenna 70g ( <b>zboża zawierającegluten</b> ), herbata 175ml,  jogurt owocowy 70g ( <b>mleko</b> )

**Dieta Podstawowa dzieci 50% (P1)**

<b>Śniadanie/II Śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z kaszą manną 175 ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), pasztet 35g ( <b>seler,soja,gorczyca,mleko</b> ) pomidor 25g sałata masłowa 5g, masło 7,5g ( <b>mleko</b> ), bułka pszenna50g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 125 ml.	Zupa ziemniaczana 175ml ( <b>zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy</b> ), gulasz wieprzowy gotowany 75g( <b>zboża zawierające gluten</b> ), kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),surówka z czerwonej kapusty 60g, sałata lodowa 5g, kompot 125ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko</b> )zawierające <b>gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Polędwica z pasieki 25g, papryka czerwona 25g, masło 7,5g ( <b>mleko</b> ), bułka pszenna 50g ( <b>zboża zawierającegluten</b> ) herbata 125ml,  jogurt owocowy 50g ( <b>mleko</b> )

**Dieta Łatwo strawna dzieci (P2)**

<b>Śniadanie/II Śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), pasztet 70g ( <b>seler,soja,gorczyca,mleko</b> ) pomidor 50g sałata masłowa 10g, masło 10g ( <b>mleko</b> ), bułka pszenna 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml( <b>zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy</b> ), gulasz wieprzowy gotowany 150g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), surówka z buraka jabłka 120g, sałata lodowa 10g, kompot250ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Polędwica z pasieki 50g, pomidor 50g, masło 10g ( <b>mleko</b> ), bułka pszenna 100g ( <b>zboża zawierającegluten</b> ) herbata 250ml,  jogurt owocowy 100g ( <b>mleko</b> )

**Dieta Łatwo strawna dzieci 70% (P2)**

<b>Śniadanie/II Śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z kaszą manną 245 ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), pasztet 49g ( <b>seler,soja,gorczyca,mleko</b> ) pomidor 35g sałata masłowa 7g, masło 7g ( <b>mleko</b> ), bułka pszenna 70g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 175 ml	Zupa ziemniaczana 245ml( <b>zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy</b> ), gulasz wieprzowy gotowany 105g ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 140g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), surówka z buraka jabłka 84g, sałata lodowa 7g, kompot175ml( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Polędwica z pasieki 35g, pomidor 35g, masło 7g ( <b>mleko</b> ), bułka pszenna 70g ( <b>zboża zawierającegluten</b> ) herbata 175ml,  jogurt owocowy 70g ( <b>mleko</b> )

**Dieta Łatwo strawna dzieci 50% (P2)**

<b>Śniadanie/II Śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z kaszą manną 175 ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), pasztet 35g ( <b>seler,soja,gorczyca,mleko</b> ) pomidor 25g sałata masłowa 5g, masło 5g ( <b>mleko</b> ), bułka pszenna 50g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 125 ml	Zupa ziemniaczana 175ml ( <b>zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy</b> ), gulasz wieprzowy gotowany 75g( <b>zboża zawierające gluten</b> ), kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), surówka z buraka jabłka 60g sałata lodowa 5g, kompot125ml( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko</b> )	Polędwica z pasieki 25g, pomidor 25g, masło 5g ( <b>mleko</b> ), bułka pszenna 50g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 125ml,  jogurt owocowy 50g ( <b>mleko</b> )

**Dieta Bezmleczna Dzieci (P15)**

<b>Śniadanie/II Śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa z kaszą manną, bez zabielenia 350 ml ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), szynka z pasieki 80g, pomidor 50g sałata masłowa 10g, margaryna mis kromeczki 15g, , bułka pszenna 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana bez zabielenia 350ml ( <b>zboża zawierające gluten,seler</b> ), gulasz wieprzowy gotowany 150g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), kasza jęczmienna 200g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), surówka z buraka jabłka 120g, sałata lodowa 10g herbata 250ml	Polędwica z pasieki 50g, pomidor 50g, margaryna mis kromeczki 15g, bułka pszenna 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 250ml, jabłko 100g

**Dieta Bezmleczna Dzieci 70%(P15)**

<b>Śniadanie/II Śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa z kaszą manną, bez zabielenia 245 ml ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), szynka z pasieki 56g, pomidor 35g sałata masłowa 7g,, margaryna mis kromeczki 10,5g bułka pszenna 70g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), herbata 175ml.	Zupa ziemniaczana bez zabielenia 245ml ( <b>zboża zawierające gluten, seler</b> ), gulasz wieprzowy gotowany 105g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), kasza jęczmienna 140g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), surówka z buraka jabłka 84g, sałata lodowa herbata 175ml	Polędwica z pasieki 35g, pomidor 35g, margaryna mis kromeczki 10,5g, bułka pszenna 70g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 175ml, jabłko 70g

**Dieta Bezmleczna Dzieci 50%(P15)**

<b>Śniadanie/II Śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa z kaszą manną, bez zabielenia 175 ml ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), szynka z pasieki 40g, pomidor 25g sałata masłowa 5g,, margaryna mis kromeczki 7,5g, , bułka pszenna 50g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 125 ml.	Zupa ziemniaczana bez zabielenia 175ml ( <b>zboża zawierające gluten, seler</b> ),gulasz wieprzowy gotowany 75g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ),kasza jęczmienna 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), surówka z buraka jabłka 60g, sałata lodowa 7g, kompot 125ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko</b> )	Polędwica z pasieki 25g, pomidor 25g, margaryna mis kromeczki 7,5g, bułka pszenna 50g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ) herbata 125ml, jabłko 50g

**Dieta Bezglutenowa Dzieci (P11)**

<b>Śniadanie/II Śniadanie</b>	<b>Obiad/Podwieczorek</b>	<b>Kolacja/Posilek nocny</b>
Zupa mleczna z ryżem 350 ml ( <b>mleko</b> ), piers z indyka 80g ( <b>mleko,soja</b> ),pomidor 50g, sałata masłowa 10g, masło 10g ( <b>mleko</b> ), chleb bezglutenowy 100g, herbata 250 ml..	Zupa ziemniaczana 350ml( <b>mleko,seler</b> ), gulasz wieprzowy gotowany 150g ( <b>jaja</b> ), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g , surówka z czerwonej kapusty120g, sałata lodowa 10g, herbata 250ml	Polędwica z pasieki 50g, pomidor 50g, masło 10g ( <b>mleko</b> ), chleb bezglutenowy 100g, herbata 250ml, jogurt owocowy 100g ( <b>mleko</b> )

**Dieta Bezglutenowa Dzieci 70% (P11)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z ryżem 245 ml (mleko), piers z indyka 56g (mleko,soja) pomidor 35g, sałata masłowa 7g, masło 7g (mleko), chleb bezglutenowy 70g herbata 175 ml.	Zupa ziemniaczana 245ml(mleko,seler), gulasz wieprzowy gotowany 105g (jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g , surówka z czerwonej kapusty 84g, sałata lodowa 7g, Herbata 175ml	Polędwica z pasieki 35g, pomidor 35g, masło 7g (mleko), chleb bezglutenowy 70g herbata 175ml, jogurt owocowy 70g (mleko)

**Dieta Bezglutenowa Dzieci 50% (P11)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z ryżem 175 ml (mleko), piers z indyka 40g (mleko,soja),pomidor 25g, sałata masłowa 5g, masło 5g (mleko), chleb bezglutenowy 50g herbata 125 ml.	Zupa ziemniaczana 175 ml(mleko,seler), gulasz wieprzowy gotowany 75g (jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g , surówka z czerwonej kapusty 60g, sałata lodowa 5g, Herbata 125ml	Polędwica z pasieki 25g, pomidor 25g, masło 7,5g (mleko), chleb bezglutenowy 50g herbata 125ml, jogurt owocowy 50g (mleko)

**Dieta Uboropurynowa**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko), piers z indyka 80g (mleko,soja) pomidor 50g , sałata masłowa 10g,, masło 10g (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten,gorczyca,soja,seler,lubin, jaja, mleko, orzechy ), gulasz wieprzowy gotowany 150g (zboża zawierające gluten),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), surówka z buraka jabłka 120g , sałata lodowa 10g 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, seler, jaja, mleko, orzechy )	Polędwica z pasieki 50g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierającegluten) herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)

**Dieta Wegetariańska**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), twarożek z koperkiem 50g (seler, mleko), pomidor 50g, sałata masłowa 10g, masło 10g (mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zbożazawierające gluten) herbata 250ml	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten,gorczyca,soja,seler,lubin, jaja, mleko, orzechy ), gulasz wielowarzywny z soczewicą 140g (zboża zawierające gluten, seler), kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), surówka z buraka jabłka 120g , sałata lodowa 10g 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy )	Ser żółty 50g (mleko), Pomidor 50g, Masło10g(mleko) Chleb pszenno-żytni100g (zboża zawierającegluten), Herbata 250ml, Jogurt owocowy 100g(mleko)

**Dieta Podstawowa (1)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
2005,45	81,36	27,69	1324,03	4,9	72,7	259,37	5,97	24,23	41,8	231,67

**Dieta Łatwo strawna(2)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
2063,31	79,85	25,11	1555,78	5,48	80,91	258,74	3,68	34,73	39,05	233,62

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1719,68	80,58	29,37	1015,05	5,76	61,86	209,79	4,97	20,69	22,65	178,73

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 4 posiłkowa węglowodanów (6)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1931,55	89,5	33,43	1320,43	6,52	68,48	236,51	4,75	22,95	22,55	201,41

**Dieta ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów oraz nasyconych kwasów tłuszczowych(7)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1931,55	89,5	33,43	1320,43	6,52	68,48	236,51	4,75	22,95	22,55	201,41

**Dieta bogatobiałkowa(9)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
2128,27	103,28	32,19	1635,82	6,39	69,16	290,36	3,32	26,45	42,28	258,17

**Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu(3)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1905,29	87,48	25,97	1531,2	7,07	45,63	291,66	4,46	14,2	38,54	264

**Dieta bezmleczna(11)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1923,43	69,76	18,53	1041,52	4,18	60,2	248,77	5,95	12,18	32,55	228,9

**Dieta papkowata(12)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1851,13	72,47	18,99	1189,11	2,8	53,91	277,54	6,69	18,1	58,5	258,55

**Dieta o zmienionej konsystencji –płynna wzmocniona (14)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1924	86,14	18,85	1345,61	3,19	55,99	277,45	6,65	18,87	58,4	258,6

**Dieta bezglutenowa (11)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1883,29	66,45	32,55	1215,24	4,42	62,47	239,56	3,45	20,55	45,84	205,66

**Dieta ubogo energetyczna 1200 kcal (12)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1165,4	58,81	22,74	806,53	3,99	37,79	147,02	4,41	17,01	17,16	123,22

**Dieta Podstawowa dzieci (P1)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
2005,45	81,36	27,69	1324,03	4,9	72,7	259,37	5,97	24,23	41,8	231,67

**Dieta Łatwo strawna dzieci (P2)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
2063,31	79,85	25,11	1555,78	5,48	80,91	258,74	3,68	34,73	39,05	233,62

**Dieta Bezmleczna Dzieci (P15)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1923,43	69,76	18,53	1041,52	4,18	60,2	248,77	5,95	12,18	32,55	228,9

**Dieta Bezglutenowa Dzieci (P11)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1883,29	66,45	32,55	1215,24	4,42	62,47	239,56	3,45	20,55	45,84	205,66

**Dieta Ubogopurynowa**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
2063,31	79,85	25,11	1555,78	5,48	80,91	258,74	3,68	34,73	39,05	233,62

**Dieta Wegetariańska**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1969,97	78,07	21,62	3000,35	6,3	63,89	273,35	4,55	37,91	38,96	251,72

DIETETYCZKA  
DYPLOMOWANA  
*Mrozowicz*  
Joanna Mrozowicz