

## Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

	Niedziela 24.05.2026 r.	Poniedziałek 25.05.2026 r.	Wtorek 26.05.2026 r.	Środa 27.05.2026 r.	Czwartek 28.05.2026 r.	Piątek 29.05.2026 r.	Sobota 30.05.2026 r.	Niedziela 31.05.2026 r.	Poniedziałek 01.06.2026 r.	Wtorek 02.06.2026 r.
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem 350ml( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), pierś z indyka 80g ( <b>mleko, soja</b> ), sałata masłowa 10g, pomidor 50g, margaryna miss kromeczekki 15g, chleb pszenno-żytni 100g( <b>zboża zawierające gluten</b> ), herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml( <b>zboża zawierające gluten, soja, mleko</b> ), połówka z pasieki 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, margaryna miss kromeczekki 15g, chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), herbata 250 ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), połówka z pasieki 80g, pomidor 50g, sałata masłowa 10g, margaryna miss kromeczekki 15g, chleb pszenno-żytni 100g( <b>zboża zawierające gluten</b> ), herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną350ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), schab z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, margaryna miss kromeczekki 15g, chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, jaja</b> ), szynka z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, margaryna miss kromeczekki 15g, chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml ( <b>mleko</b> ), sałatka jarzynowa 100g, ( <b>seler, gorczyca mleko, jaja</b> ), sałata masłowa 10g, margaryna miss kromeczekki 15g, chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, soja, mleko</b> ), schab z kija 80g sałata masłowa 10g, pomidor 50g margaryna miss kromeczekki 15g, chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml ( <b>mleko</b> ), galaretka drobiowa 150g, cytryna 10g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, margaryna miss kromeczekki 15g, chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), herbata 250ml	Zupa mleczna z Płatkami kukurydzianymi 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, soja, mleko</b> ), szynka z pasieki 80g, pomidor 50g, sałata masłowa 10g, margaryna miss kromeczekki 15g, chleb pszenno-żytni 100g( <b>zboże zawierające gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), margaryna miss kromeczekki 15g, twarożek 70g ( <b>mleko</b> ), sałata masłowa 10g, pomidor 50g, herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Rosół z makaronem 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja</b> ), schab pieczony 130g(90g/40g) ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g ( <b>mleko, seler</b> ) sałata lodowa 10g, Kompot 250ml( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy</b> ), ryż z jabłkami prażonymi i cynamonem z dodatkiem oleju roślinnego 300g ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzeszki ziemne</b> ), sos budyniowy 100ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, soja</b> ), kompot 250 ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> ), mandarynka 70g	Zupa krupnik 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy</b> ), gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 150g(90g/60g) ( <b>zboża zawierające gluten, seler</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g ( <b>mleko</b> ), kompot 250ml <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy</b> ), wieprzowina duszona w sosie własnym z warzywami 180g (80g/100g) ( <b>zboża zawierające gluten, seler, mleko</b> ), sałata lodowa 10g, kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Zupa ryżowa 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, orzechy</b> ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ), ćwikła 100g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Zupa szpinakowa 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, orzechy</b> ), ryba pieczona 100 g warzywa po grecku 100g ( <b>zboża zawierające gluten, seler</b> ), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, sałata lodowa 10g, kompot 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Zupa jarzynowa z ziemniakami i 350ml( <b>zboża zawierające gluten, mleko, orzechy, soja, seler, orzechy</b> ), łopatka wieprzowa, mielona, duszona z sosem warzywno pomodoro wym 150g (80g/70g)( <b>zboża zawierające gluten</b> ), makaron z dodatkiem oleju roślinnego 200g ( <b>zboża zawierające gluten, jaja, soja</b> ), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g ( <b>mleko</b> ), Kompot 250ml ( <b>zboża zawierające</b>	Zupa makaronowa 350 ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja</b> ) mięso drobiowe ), pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g ( <b>mleko, seler</b> ), sałata lodowa 10g, kompot 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy</b> ), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g (110g/40g)( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g,sałata lodowa 10g, Kompot 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Zupa grysikowa 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, seler, mleko, orzechy</b> ), potrawka drobiowa 140g (80g/60g) ( <b>zboża zawierające gluten, seler</b> ), ryż 200g,surówka z marchewki 120g,sałata lodowa 10g, kompot 250 ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko</b> )

MARIOLA PIŁY-DWORZAŃSKA  
DIETYTYK

							<b>gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)</b>			
Kolacja/ II Kolacja	Pasta z szynki i białka jaj 70g ( <b>mleko, jaja, gorczyca</b> ), pomidor 50g, margaryna miss kromeczek 15g, chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), kawa zabieleną 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ),  Jabłko 100g	Pierś z indyka 80g, pomidor 50g, margaryna miss kromeczek 15g, chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), herbata 250ml,  Jogurt naturalny 100g ( <b>mleko</b> )	szynka z pasieki 80g, pomidor 50g, margaryna miss kromeczek 15g, chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), kawa zabieleną 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> )  pomarańcza 80g	pasta z sera i makreli w pomidorach 70g ( <b>zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca</b> ), pomidor 50g, margaryna miss kromeczek 15g, Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), Kawa zabieleną 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ),  jabłko 100g	galaretkę drobiową 150g ( <b>seler</b> ), cytryna 10g, sałata masłowa 10g, margaryna miss kromeczek 15g, chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), kawa zabieleną 250ml ( <b>mleko, zboża zawierające gluten</b> ),  jabłko 100g	twaróg w plastrach 50g ( <b>mleko</b> ), pomidor 50g, margaryna miss kromeczek 15g, <b>Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten)</b> kakao 250ml ( <b>mleko</b> )  kiwi 80g	pasta z ryby z twarogiem 70g ( <b>zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca</b> ), pomidor 50g, miss kromeczek 15g, chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), kakao 250 ml ( <b>mleko</b> )  jabłko 100g	południca z pasieki 80g, pomidor 50g, margaryna miss kromeczek 15g, Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), kakao 250ml ( <b>mleko</b> ),  mandarynka 80g	Schab z kija 80g, Pomidor 50g, margaryna miss kromeczek 15g, Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), Kawa zabieleną 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ),  jabłko 100g	margaryna miss kromeczek 15g, pasta mięsno-warzywna 50g ( <b>seler</b> ), pomidor 50g, Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), kakao 250ml ( <b>mleko</b> ),  pomarańcza 80g

\* 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

DIETETYCZKA  
DYPLOMOWANA  
*Mroźniczka*  
Joanna Mroźniczka