DIETETYCZKA DYPLOMOWANA Mrozowicz Joanna Mrozowicz

Czwartek
16 Lipca 2026 r.
Lesko

Dieta Podstawowa (1)

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

Dieta Łatwo strawna(2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml **(zboża zawierające gluten, mleko)),** pasztet 70g **(seler,soja,gorczyca,mleko)** 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,łubin, jaja, mleko, orzechy)**, gulasz wieprzowy gotowany 150g **(zboża zawierające gluten**),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g **(zboża zawierające gluten)** surówka z buraka jabłka120g, sałata lodowa 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 zawierające gluten)** herbata 250ml, jogurt owocowy 100g **(mleko)**

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Piers z indyka 80g **(mleko,soja)** pomidor 50g , sałata masłowa 10g, masło 10 g chleb razowy 100g **(zboża zawierające gluten),** herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml **(zboża zawierające gluten,gorczyca,soja,seler,łubin, jaja, mleko, orzechy)**, gulasz wieprzowy gotowany 150g **(zboża zawierające gluten**),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g **(zboża zawierające gluten**),surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, herbata250ml	Polędwica z pasieki 80g, papryka czerwona 50g, masło 10 g, chleb razowy 100g **(zboża zawierające gluten**) herbata 250ml, jogurt naturalny 100g **(mleko)**

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 4 posiłkowa węglowodanów (6)

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

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

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Piers z indyka 80g **(mleko,soja)** pomidor 50g , sałata masłowa 10g, margaryna mis kromeczki 15g chleb razowy 100g **(zboża zawierające gluten)** herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana350ml**(zboża zawierające gluten,gorczyca,soja,seler,łubin, jaja, mleko, orzechy)**, gulasz wieprzowy gotowany 150g **(zboża zawierające gluten**),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g **(zboża zawierające gluten)**,surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, herbata 250ml Kanapka z jajkiem sałata zieloną,pomidorwm i margaryną **(zboża zawierające gluten,jaja**),	Polędwica z pasieki 80g, papryka czerwona 50g, margaryna mis kromeczki 15g, chleb razowy 100g **(zboża zawierającegluten)** herbata 250ml, jogurt naturalny100g **(mleko)**

Dieta bogatobiałkowa(9)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z kasza manną 350ml**(zboża zawierająca gluten, mleko)**, pasztet 70g **(seler,soja,gorczyca,mleko)** pomidor 50g sałata masłowa 10g,, masło 10g **(mleko)**, bułka grahamka 100g **(zboża zawierające gluten)** herbata 250ml jogurt naturalny 100g **(mleko)**	Zupa ziemniaczana 350ml **(zboża zawierające gluten,gorczyca,soja,seler,łubin, jaja, mleko, orzechy)**, gulasz wieprzowy gotowany 150g **(zboża zawierające gluten)**,kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g **(zboża zawierające gluten)** surówka z buraka jabłka120g sałata lodowa 10g, kompot 250 ml **(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy**), Kanapka z jajkiem sałatą zieloną pomidorem i margaryną **(zboża zawierające gluten, jaja**),	Polędwica z pasieki 80g, pomidor 50g, masło 10g **(mleko)**, bułka grahamka 100g **(zboża zawierającegluten**) herbata 250ml, jogurt owocowy 100g **(mleko)**

MARIOLA BUK-DWORZAŃSKA DIETETYK

Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu(3)

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

Dieta bezmleczna(11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa z kaszą manną, bez zabielania 350 ml **(zboża zawierające gluten)**,szynka z pasieki 80g, pomidor 50g sałata masłowa 10g, margaryna mis kromeczki 15g, chleb pszenno-żytni 100g **(zboża zawierające gluten)** herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana bez zabielania 350ml **(seler**), gulasz wieprzowy gotowany 150g **(zboża zawierające gluten**), kasza jęczmienna 200g **(zboża zawierające gluten)**, surówka z buraka jabłka120g , sałata lodowa 10g, herbata 250 ml	Polędwica z pasieki 50g, pomidor 50g, margaryna mis kromeczki 15g, , chleb pszenno - żytni 100g **(zboża zawierające gluten**) herbata 250ml Jabłko 100g

Dieta papkowata(12)

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

Dieta o zmienionej konsystencji –płynna wzmocniona (14)

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

Dieta bezglutenowa (11)

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

Dieta ubogo energetyczna 1200 kcal (12)

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

Dieta Podstawowa dzieci (P1)

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

Dieta Podstawowa dzieci 70% (P1)

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

Dieta Podstawowa dzieci 50% (P1)

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

Dieta Łatwo strawna dzieci (P2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml **(zboża zawierające gluten, mleko)**, pasztet 70g **(seler,soja,gorczyca,mleko)** pomidor 50g sałata masłowa 10g, masło 10g **(mleko)**, bułka pszenna 100g **(zboża zawierające gluten)** herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml**(zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, łubin, 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, kompot250ml **(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy**)	Polędwica z pasieki 50g, pomidor 50g, masło 10g **(mleko)**, bułka pszenna 100g **(zboża zawierającegluten**) herbata 250ml, jogurt owocowy 100g **(mleko)**

Dieta Łatwo strawna dzieci 70% (P2)

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

Dieta Łatwo strawna dzieci 50% (P2)

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

Dieta Bezmleczna Dzieci (P15)

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

Dieta Bezmleczna Dzieci 70%(P15)

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

Dieta Bezmleczna Dzieci 50%(P15)

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

Dieta Bezglutenowa Dzieci (P11)

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

Dieta Bezglutenowa Dzieci 70% (P11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek 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/Posiłek 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 Łatwostrawna osób starszych

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml **(zboża zawierające gluten, mleko),** pasztet 70g **(seler,soja,gorczyca,mleko)** 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, łubin, 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 zawierające gluten**) herbata 250ml, jogurt owocowy 100g **(mleko)**

Dieta Uboropurynowa

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek 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,łubin, 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/Posiłek 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,łubin, 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 Łatwostrawna osób starszych

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]
2073,16	81,01	23,1	1525,38	5,41	76,76	268,31	3,43	31,99	43,02	245,2

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