

Poniedziałek 04.12.2023 r

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml	Płatki owsiane na mleku 300ml	Płatki owsiane na mleku 300ml	Płatki owsiane na mleku 300ml
	Mielonka 50g ,miód 25g	Mielonka 50g ,miód 25g	Mielonka 50g ,miód 25g	Mielonka 50g ,
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Papryka konserwowa	Jabłko 1szt	Jabłko 1szt	Jabłko 1szt
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
	Alergeny	gluten,mleko ,gorczyca,seler	gluten,mleko	gluten,mleko
II ŚNIADANIE				Budyń mleczny 150g
OBIAD	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml
	Makaron z twarogiem 300g	Makaron z twarogiem 300g	Makaron z twarogiem 300g	Makaron z twarogiem 250g
	Sok warzywny 300 ml	Sok warzywny 300 ml	Sok warzywny 300 ml	Sok warzywny 300 ml
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK				Owoce z jogurtem 150g (mleko) 6 posiłków
KOLACJA	szynka drobiowa 60g ser żółty 40g sałata lodowa ,zielony ogórek	szynka drobiowa 60g ser żółty 40g sałata lodowa zielony ogórek	szynka drobiowa 60g ser żółty 40g sałata lodowa zielony ogórek	szynka drobiowa 40g ser żółty 30g sałata lodowa zielony ogórek
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c jogurt z owocami 100ml	Masło 10g Herbata z/c jogurt z owocami 100 ml	Masło 10g Herbata z/c jogurt z owocami 100 ml	Masło 10g Herbata b/c
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Kanapka z jajkiem (mleko ,gluten)
Wartość odżywcza	Energia 2244kcal tłuszcze 59g kw.tł.nasyc.24g białko 69g cukry 38g węglowodany 315g sól 2,1g	Energia 2200kcal tłuszcze 54g kw.tł.nasyc.23 g białko 66g cukry 36g węglowodany 290g sól 2,0g	Energia 2200kcal tłuszcze 54g kw.tł.nasyc.23 g białko 66g cukry 36g węglowodany 290g sól 2,0g	Energia 1821kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc.20g białko 71g cukry 33g węglowodany 290g sól 2,0g

Wtorek 05.12.2023 r

Wtorek 05.12.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Kasza manna na mleku 300ml	Kasza manna na mleku 300ml	Kasza manna na mleku 300ml	Kasza manna na mleku 300ml
	Polędwica sopocka 40g serek topiony 1szt,pomidor	Polędwica sopocka 50g serek topiony 1szt pomidor	Polędwica sopocka 60g pomidor	Polędwica sopocka 40g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Sok owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Sok owocowy 200 ml	Sok owocowy 200 ml
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
Alergeny	gluten,mleko ,gorczyca,seler	gluten,mleko ,gorczyca,seler	gluten,mleko ,gorczyca,seler	gluten,mleko ,gorczyca,seler
II ŚNIADANIE				Pomidor z fetą i szczypiorem
OBIAD	Kapuśniak z białej kapusty z pomidorami 350ml	Kapuśniak z białej kapusty z pomidorami 350ml	Kapuśniak z białej kapusty z pomidorami 350ml	Kapuśniak z białej kapusty z pomidorami 350ml
	Zraz mielony 100g sos pomidorowy	Zraz mielony 100g sos pomidorowy	Zraz mielony sos pomidorowy 100g sos	Zraz mielony 100g sos pomidorowy
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 180g
	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 180 g	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 180g	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 180g	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 180g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK				Banan 150g (6 posiłków)
KOLACJA	Pasta z jaja 50g szynka wędzona 40g kapusta pekińska z kukurydzą 50g	Pasta z jaja 50g szynka wędzona 40g kapusta pekińska z kukurydzą 50g	Szynka wędzona 50g kapusta pekińska z kukurydzą 50g	Pasta z jaja 50g szynka wędzona 40g kapusta pekińska z kukurydzą 50g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c banan 150g	Masło 10g Herbata z/c banan 150g	Masło 10g Herbata z/c banan 150g	Masło 10g Herbata b/c
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Kalafior gotowany z majonezem i szynką (jaja,gorczyca,seler)
Wartość odżywcza	Energia 2433kcal tłuszcze 70g kw.tł.nasyc.39g białko 79g cukry 51g węglowodany 359g sól 2,2g	Energia 2331kcal tłuszcze 68g kw.tł.nasyc.36g białko 78g cukry 48gwęglowodany 347g sól 2,1g	Energia 2331kcal tłuszcze 68g kw.tł.nasyc.36g białko 78g cukry 45gwęglowodany 347g sól 2,1g	Energia 1855kcal tłuszcze 58g kw.tł.nasyc.30g białko 72g cukry 39g węglowodany 300g sól 2,1g

Środa 06.12.2023 r

Środa 06.12.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Makaron na mleku 300ml	Makaron na mleku 300ml	Makaron na mleku 300ml	Makaron na mleku 300ml
	Twaróg 50g miód25g sałata lodowa z zieleciną	Twaróg 50g miód25g sałata lodowa z zieleciną	Twaróg 50g miód25g sałata lodowa z zieleciną	Twaróg 50g sałata lodowa z zieleciną
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	jogurt owocowy 100 ml	jogurt owocowy 100 ml	jogurt owocowy 100 ml	
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
Alergeny	gluten,mleko	gluten,mleko	gluten,mleko	gluten,mleko
II ŚNIADANIE				Jogurt naturalny z brzoskwinia i cytryną
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml
	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 ml	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 ml	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 ml	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 ml
	Ziemniaki 200g	Ziemniaki 200g	Ziemniaki 200g	Ziemniaki 200g
	Kisiel z jabłkiem 150 ml	Kisiel z jabłkiem 150ml	Kisiel z jabłkiem 150g	
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
PODWIECZOREK				Kisiel z jabłkiem 150g (6 posiłków)
KOLACJA	Polędwica sopočka 50g ser topiony 1szt zielony ogórek słupki	Polędwica sopočka 50g ser topiony 1szt zielony ogórek słupki	Polędwica sopočka 50g ser topiony 1szt pomidor 50g	Polędwica sopočka 40g ser topiony 1szt zielony ogórek słupki
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c kisiel z jabłkiem 150g	Masło 10g Herbata b/c
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Kanapka z serem żółtym z pomidorem 1szt (mleko,gluten)
Wartość odżywcza	Energia 2360kcal tłuszcze 64g kw.tł.nasyc.26g białko 78g cukry 46g węglowodany 337g sól 2,2g	Energia 2200kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc.20g białko 70gcukry 41gwęglowodany 304g sól 2,0g	Energia 2200kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc.20g białko 70gcukry 41gwęglowodany 304g sól 2,0g	Energia 1891kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc.22g białko 72gcukry 36g węglowodany 274g sól 1,8g

czwartek 07.12.2023 r

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe na mleku 300ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml
	Parówka 80g jajko 1szt ketchup saszetka	parówka 80g jajko 1szt ketchup saszetka	parówka 80g wędlina 40g ketchup saszetka	parówka 2szt ketchup saszetka
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Sok marchwiowy 300 ml	Sok marchwiowy 300 ml	Sok marchwiowy 300 ml	Sok warzywny 300 ml
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml
	Alergeny	gluten,mleko	gluten,mleko	gluten,mleko
II ŚNIADANIE				Mozzarella z pomidorem i szczypiorem 150g(mleko)
OBIAD	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 350ml
	Schab duszony 100g,sos	Schab duszony 100g sos	Schab duszony 100g sos	Schab duszony 100g sos
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Buraki z jabłkiem 180g	Buraki z jabłkiem 180g	Buraki z jabłkiem 180g	Buraki z jabłkiem 180g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK				Galaretka jogurtowa 150g(mleko) 6 posiłków
KOLACJA	Salceson biały 50g synka wędzona 30g kiszony ogórek	Salceson biały 50g synka wędzona 30g kiszony ogórek	Salceson biały 50g synka wędzona 30g kiszony ogórek	Salceson biały 40g synka wędzona 30g kiszony ogórek
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c galaretka jogurtowa 150g	Masło 10g Herbata z/c galaretka jogurtowa 150g	Masło 10g Herbata z/c galaretka jogurtowa 150g	Masło 10g Herbata z/c
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Kanapka z jajkiem i sałatą 1szt(mleko,gluten,jaja)
Wartość odżywcza	Energia 2433kcal tłuszcze 58g kw.tł.nasyc.30g białko 76g cukry 40g węglowodany 332g sól 2,3g	Energia 2191kcal tłuszcze 59g kw.tł.nasyc.27g białko 73gcukry 39g węglowodany 300g sól 2,1g	Energia 2191kcal tłuszcze 59g kw.tł.nasyc.27g białko 73gcukry 39g węglowodany 300g sól 2,1g	Energia 1861kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc.23g białko 69gcukry 36g węglowodany 271g sól 2,1g

Piątek 08.12.2023 r

Piątek 08.12.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml
	Twaróg z pomidorami 50g,dżem 25g ,pomidor 50g	Twaróg z pomidorami 50g,dżem 25g ,pomidor 50g	Twaróg z pomidorami 50g,dżem 25g ,pomidor 50g	Twaróg z pomidorami 50g ,pomidor 50g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 40g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Sok owocowy 200 ml	Sok owocowy 200 ml	Sok owocowy 200 ml	Sok owocowy 200 ml
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
Alergeny	gluten,mleko,	gluten,mleko	gluten,mleko	gluten,mleko,gorczyca,soja,seler
II ŚNIADANIE				Sałata lodowa z fetą i zieleniną 150g
OBIAD	Żurek z kiebasą 350ml	Zupa koperkowa 350ml	Zupa koperkowa 350ml	Zupa koperkowa 350ml
	Ryż z jabłkiem ,śmietaną i cynamonem 300g	Ryż z jabłkiem ,śmietaną i cynamonem 300g	Ryż z jabłkiem ,śmietaną i cynamonem 300g	Ryż z jabłkiem ,śmietaną i cynamonem 300g
	Drożdżówka 150g	Drożdżówka 150g	Drożdżówka 150g	
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko ,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler,
PODWIECZOREK				Mus owocowy 150g - 6 posiłków
KOLACJA	Paszтетowa 60g ,zielony ogórek ,papryka słupki	Paszтетowa 60g ,zielony ogórek ,papryka słupki	Paszтетowa 60g ,zielony ogórek	Szynka wędzona 50g ,zielony ogórek ,papryka słupki
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 40g
	Masło 10g Herbata z/c jogurt owocowy 100 ml	Masło 10g Herbata z/c jogurt owocowy 100 ml	Masło 10g Herbata z/c jogurt owocowy 100 ml	Masło 10g Herbata z/c
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Rogal z sezamem 120 g (mleko,gluten,sezam)
Wartość odżywcza	Energia 2401kcal tłuszcze 56g kw.tł.nasyc.30g białko 78g cukry 40g węglowodany 410g sól 2,3g	Energia 2200kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc.27g białko 75gcukry 38g węglowodany 375g sól 2,1g	Energia 2200kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc.27g białko 75gcukry 38g węglowodany 375g sól 2,1g	Energia 1781kcal tłuszcze 44g kw.tł.nasyc.26g białko 69gcukry 28g węglowodany 300g sól 2,0g

sobota 09.12.2023 r

sobota 09.12.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Kasza jaglana na mleku 300ml	Kasza jaglana na mleku 300ml	Kasza jaglana na mleku 300ml	Kasza jaglana na mleku 300ml
	Szynka mielona 50g ser topiony 1szt	Szynka mielona 50g ser topiony 1szt	Szynka mielona 50g ser topiony 1szt	Szynka mielona 50g ser topiony 1szt
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 40g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Sok pomidorowy 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml
Alergeny	gluten,mleko ,seler ,gorczyca	gluten,mleko ,seler ,gorczyca	gluten,mleko ,seler ,gorczyca	gluten,mleko
II ŚNIADANIE				Jogurt naturalny 100 ml,chrupki
OBIAD	Zupa krupnik z pęczaku b/ziemniaków 350ml	Zupa krupnik z pęczaku b/ziemniaków 350ml	Zupa krupnik z pęczaku b/ziemniaków 350ml	Zupa krupnik z pęczaku b/ziemniaków 350ml
	Pulpet 100 g sos pomidorowy	Pulpet 100 g sos pomidorowy	Pulpet 100 g sos pomidorowy	Pulpet 100 g sos pomidorowy
	Ziemniaki gotowane 250g	Ziemniaki gotowane 250g	Ziemniaki gotowane 250g	Ziemniaki gotowane 250g
	Marchewka z groszkiem 180g	Marchewka z groszkiem 180g	Marchewka z groszkiem 180g	Marchewka z groszkiem 180g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK				Kisiel z jabłkiem 150g 6 posiłek
KOLACJA	Połudwica z warzywami 60g jogurt z owocami 100 ml	Połudwica z warzywami 60g jogurt z owocami 100 ml	Połudwica z warzywami 60g jogurt z owocami 100 ml	Połudwica z warzywami 60g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 40g
	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Płatki ryżowe z musem brzoskwiowym 150g
Wartość odżywcza	Energia 2471kcal tłuszcze 59g kw.tł.nasyc.30g białko 71g cukry 40g węglowodany 470g sól 2,1g	Energia 2291kcal tłuszcze 55g kw.tł.nasyc.28g białko 69gcukry 39g węglowodany 400g sól 2,0g	Energia 2291kcal tłuszcze 55g kw.tł.nasyc.28g białko 69gcukry 39g węglowodany 400g sól 2,0g	Energia 1781kcal tłuszcze 53g kw.tł.nasyc.21g białko 65gcukry 30g węglowodany 380g sól 1,8g

niedziela 10.12.2023 r

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 300ml pomidor 50g	Zacierka na mleku 300ml pomidor 50g	Zacierka na mleku 300ml pomidor 50g	Zacierka na mleku 300ml pomidor 50g
	Ser żółty 60g dżem 25g	Ser żółty 50g dżem 25g	Ser żółty 50g dżem 25g	Wędlina 50g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 40g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
	Alergeny	gluten,mleko	gluten,mleko	gluten,mleko
II ŚNIADANIE				Sok pomidorowy 300 ml
OBIAD	Zupa ziemniaczana 350ml	Zupa ziemniaczana350ml	Zupa ziemniaczana350ml	Zupa ziemniaczana350ml
	Gulasz w jarzynach 300 ml	Gulasz w jarzynach 300 ml	Gulasz w jarzynach 300 ml	Gulasz w jarzynach 300 ml
	Kasza gryczana 200 g	Kasza gryczana 200 g	Kasza gryczana 200 g	Kasza gryczana 200 g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK				Jogurt z brzoskwiniami 6 posiłek (mleko)
KOLACJA	Szynka wędzona 60g zielony ogórek	Szynka wędzona 50g zielony ogórek	Szynka wędzona 50g zielony ogórek	Szynka wędzona 50g zielony ogórek
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 40g
	Masło 10g Herbata z/c sok owocowy 200 ml	Masło 10g Herbata z/c sok owocowy 200 ml	Masło 10g Herbata z/c sok owocowy 200 ml	Masło 10g Herbata b/c
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Kanapka z jajkiem i szczypiorem 1szt (mleko,jaja,gluten)
Wartość odżywcza	Energia 2361kcal tłuszcze 67g kw.tł.nasyc.28g białko 68g cukry 40g węglowodany 310g sól 2,0g	Energia 2121kcal tłuszcze 60g kw.tł.nasyc.24g białko 67gcukry 38g węglowodany 300g sól 2,0g	Energia 2121kcal tłuszcze 60g kw.tł.nasyc.24g białko 67gcukry 38g węglowodany 300g sól 2,0g	Energia 1761kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc.20g białko 71gcukry 33g węglowodany 270g sól 2,0g

Poniedziałek 11.12.2023 r

Poniedziałek 11.12.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Płatki ryżowe na mleku 300ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml
	Pasta z jaja sera żółtego 50g sałata lodowa z pomidorem szynka drobiowa 40g	Pasta z jaja sera żółtego 50g sałata lodowa z pomidorem szynka drobiowa 40g	Pasta z jaja sera żółtego 50g sałata lodowa z pomidorem szynka drobiowa 40g	Pasta z jaja sera żółtego 50g sałata lodowa z pomidorem
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 40g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
Alergeny	gluten,mleko	gluten,mleko	gluten,mleko	gluten,mleko
II ŚNIADANIE				Budyń mleczny 150g(mleko)
OBIAD	Zupa grochowa 350ml	Zupa brokułowa 350ml	Zupa brokułowa 350ml	Zupa brokułowa 350ml
	Kurczak gotowany 200g,sos potrawkowy	Kurczak gotowany 200g,sos potrawkowy	Kurczak gotowany 200g,sos potrawkowy	Kurczak gotowany 200g,sos potrawkowy
	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g
	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 150g	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 150g	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 150g	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK				Jogurt naturalny 100 ml,chrupki (mleko)
KOLACJA	Poładwica sopocka 50g pasztetowa 40g buraki z kiszonym ogórkiem 150g	Poładwica sopocka 50g pasztetowa 40g buraki z kiszonym ogórkiem 150g	Poładwica sopocka 50g pasztetowa 40g buraki z kiszonym ogórkiem 150g	Poładwica sopocka 50g buraki z kiszonym ogórkiem 150g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 40g
	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata b/c
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Owsianka czekoladowa z owocami 150g(mleko)
Wartość odżywcza	Energia 2462kcal tłuszcze 68g kw.tł.nasyc.30g białko 78g cukry 41g węglowodany 310g sól 2,0g	Energia 2221kcal tłuszcze 60g kw.tł.nasyc.29g białko 70gcukry 39g węglowodany 300g sól 2,0g	Energia 2221kcal tłuszcze 60g kw.tł.nasyc.29g białko 70gcukry 39g węglowodany 300g sól 2,0g	Energia 1801kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc.22g białko 71gcukry 33g węglowodany 270g sól 1,9g

Wtorek 12.12.2023 r

Wtorek 12.12.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Makaron na mleku 300ml	Makaron na mleku 300ml	Makaron na mleku 300ml	Makaron na mleku 300ml
	Twarożek z koperkiem 50g jajko gotowane 25g	Twarożek z koperkiem 50g jajko gotowane 25g	Twarożek z koperkiem 50g szynka drobiowa 30g	Twarożek z koperkiem 50g jajko gotowane 25g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 40g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	ogórek zielony 30g	ogórek zielony 30g	ogórek zielony 30g	ogórek zielony 30g
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml
Alergeny	gluten,mleko ,seler ,gorczyca	gluten,mleko ,seler ,gorczyca	gluten,mleko ,seler ,gorczyca	gluten,mleko
II ŚNIADANIE				Kisiel z jabłkiem 150g
OBIAD	Pieczarkowa z ziemniakami 350ml	Pieczarkowa z ziemniakami 350ml	Pieczarkowa z ziemniakami 350ml	Pieczarkowa z ziemniakami 350ml
	Rolada drobiowa 100 g sos koperkowy	Rolada drobiowa 100 g sos koperkowy	Rolada drobiowa 100 g sos koperkowy	Rolada drobiowa 100 g sos koperkowy
	Ryż brązowy na sypko 200g	Ryż brązowy na sypko 200g	Ryż brązowy na sypko 200g	Ryż brązowy na sypko 200g
	Marchewka z jabłkiem 150g	Marchewka z jabłkiem 150g	Marchewka z jabłkiem 150g	Marchewka z jabłkiem 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK				Feta z pomidorem i zieleniną 150g 6 posiłków (mleko)
KOLACJA	Galaretka drobiowa 100g sok warzywny 300 ml	Galaretka drobiowa 100g sok warzywny 300 ml	Galaretka drobiowa 100g sok warzywny 300 ml	Galaretka drobiowa 100g sok warzywny 300 ml
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 40g
	Masło 10g Herbata z/c herbatniki 50g	Masło 10g Herbata z/c herbatniki 50g	Masło 10g Herbata z/c herbatniki 50g	Masło 10g Herbata z/c
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Kanapka z serem i pomidorem 1szt(mleko ,gluten)
Wartość odżywcza	Energia 2401kcal tłuszcze 60g kw.ł.nasyc.30g białko 77g cukry 40g węglowodany 500g sól 2,1g	Energia 2361kcal tłuszcze 55g kw.ł.nasyc.28g białko 70gcukry 39g węglowodany 460g sól 2,0g	Energia 2361kcal tłuszcze 55g kw.ł.nasyc.28g białko 70gcukry 39g węglowodany 460g sól 2,0g	Energia 1881kcal tłuszcze 53g kw.ł.nasyc.20g białko 67gcukry 30g węglowodany 380g sól 1,8g

środa 13.12.2023 r

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	Kasza jaglana na mleku 300ml	Kasza jaglana na mleku 300ml	Kasza jaglana na mleku 300ml	Kasza jaglana na mleku 300ml
	Szynka mielona 50g ser topiony 1szt zielony ogórek	Szynka mielona 50g ser topiony 1szt zielony ogórek	Szynka mielona 50g ser topiony 1szt zielony ogórek	Szynka mielona 50g ser topiony 1szt zielony ogórek
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 40g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Sok pomidorowy 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml
	Alergeny	gluten,mleko ,seler ,gorczyca	gluten,mleko ,seler ,gorczyca	gluten,mleko ,seler ,gorczyca
II ŚNIADANIE				Galaretką z owocami 150g
OBIAD	Zupa buraczkowa 350ml	Zupa buraczkowa 350ml	Zupa buraczkowa 350ml	Zupa buraczkowa 350ml
	Fasolka po bretońsku 250g	Makaron z twarogiem 300g	Makaron z twarogiem 300g	Makaron z twarogiem 300g
	bułka pszenna 100 g	Galaretką z owocami 150g	Galaretką z owocami 150g	
	Galaretką z owocami 150g			
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK				Budyń czekoladowy 150g (mleko) 6 posiłek
KOLACJA	Salatka ziemniaczana z szynką 180g	Salatka ziemniaczana z szynką 180g	Salatka ziemniaczana z szynką 180g	Salatka ziemniaczana z szynką 180g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 40g
	Masło 10g Herbata z/c banan 150g	Masło 10g Herbata z/c banan 150g	Masło 10g Herbata z/c banan 150g	Masło 10g Herbata z/c banan 150 g
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Kanapka z wędliną i pomidorem 1szt(mleko,gorczyca,seler,gluten)
Wartość odżywcza	Energia 2501kcal tłuszcze 52g kw.tł.nasyc.33g białko 80g cukry 39g węglowodany 490g sól 2,2g	Energia 2290kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc.25g białko 69gcukry 36g węglowodany 380g sól 2,1g	Energia 2290kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc.25g białko 69gcukry 36g węglowodany 380g sól 2,1g	Energia 1780kcal tłuszcze 43g kw.tł.nasyc.19g białko 70gcukry 28g węglowodany 380g sól 1,8g

