

Czwartek 14.12.2023 r

Czwartek 14.12.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Kasza kuskus na mleku 300ml	Kasza kuskus na mleku 300ml	Kasza kuskus na mleku 300ml	Kasza kuskus na mleku 300ml
	Szynka drobiowa 50g, dżem 25g, zielony ogórek	Szynka drobiowa 50g, dżem 25 g zielony ogórek	Szynka drobiowa 50g, dżem 25g zielony ogórek	Szynka drobiowa 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 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Serek truskawkowy 100ml	Serek truskawkowy 100ml	Serek truskawkowy 100ml	
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten, mleko, gorczyca, seler, soja</b>	<b>gluten, mleko, gorczyca, seler, soja</b>	<b>gluten, mleko, gorczyca, seler, soja</b>	<b>gluten, mleko, gorczyca, seler, soja</b>
II ŚNIADANIE				Jogurt z brzoskwinia 100ml ( <b>mleko</b> )
OBIAD	Zupa ryżowa 350ml	Zupa ryżowa 350ml	Zupa ryżowa 350ml	Zupa ryżowa 350ml
	Schab duszony w sosie 120 g	Schab duszony w sosie 120 g	Schab duszony w sosie 120 g	Schab duszony w sosie 120 g
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Surówka z kiszanej kapusty 150g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150g
<b>Alergeny</b>	<b>gluten, mleko, gorczyca, seler</b>	<b>gluten, mleko, gorczyca, seler</b>	<b>gluten, mleko, gorczyca, seler</b>	<b>gluten, mleko, gorczyca, seler</b>
PODWIECZOREK				Budyń mleczny 6 posiłków
KOLACJA	Polędwica sopocka 50g papryka konserwowa sok wieloowocowy 200 ml	Polędwica sopocka 50g kapusta pekińska z zieleniną sok wieloowocowy 200 ml	Polędwica sopocka 50g kapusta pekińska z zieleniną sok wieloowocowy 200 ml	Polędwica sopocka 50g kapusta pekińska z zieleniną sok wieloowocowy 200 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 b/ziaren 60g
	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata b/c
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten, mleko, gorczyca, seler, soja</b>	<b>gluten, mleko, gorczyca, seler, soja</b>	<b>gluten, mleko, gorczyca, seler, soja</b>	<b>gluten, mleko, gorczyca, seler, soja</b>
II KOLACJA				Kanapka z mozzarellą i ogórkiem ( <b>gluten, mleko</b> ) 1szt
Wartość odżywcza	<b>Energia 2401kcal tłuszcze 84g kw.tł.nasyc.33g białko 80g cukry 34g węglowodany 290g sól 2,6g</b>	<b>Energia 2201kcal tłuszcze 80g kw.tł.nasyc.31g białko 78g cukry 32g węglowodany 276g sól 2,3g</b>	<b>Energia 2201kcal tłuszcze 80g kw.tł.nasyc.31g białko 78g cukry 32g węglowodany 276g sól 2,3g</b>	<b>Energia 1871kcal tłuszcze 58g kw.tł.nasyc.27g białko 70g cukry 24g węglowodany 265g sól 1,9g</b>

Piątek 15.12.2023 r

Piątek 15.12.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Płatki owsiane na mleku 300ml	Płatki owsiane na mleku 300ml	Płatki owsiane na mleku 300ml	Płatki owsiane na mleku 300ml
	Ser topiony 1szt pasta z jaja 50g,sałata lodowa ze szczypiorem	Ser topiony 1szt pasta z jaja 40g sałata lodowa ze szczypiorem	Wędlina 50g sałata lodowa	Pasta z jaja 50g sałata lodowa ze szczypiorem
	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
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II ŚNIADANIE				Feta z pomidorem i szczypiorem 120g(mleko)
OBIAD	Szczawiowa z ziemniakami 350ml	Szczawiowa z ziemniakami 350ml	Szczawiowa z ziemniakami 350ml	Szczawiowa z ziemniakami 350ml
	Kopytka z boczkiem i cebulką 250g	Kopytka z masłem 250g	Kopytka z masłem 250g	Kopytka z masłem 200g
	Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 180g	Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 180g	Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 180g	Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 180g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>
PODWIECZOREK				Kisiel z jabłkiem (6 posiłków )
KOLACJA	Salatka z tuńczyka ryżu z groszkiem i kukurydzą 200 g	Salatka z tuńczyka ryżu z groszkiem i kukurydzą 200 g	Filet z kurczaka pieczony w folii 60g pomidor 50g	Salatka z tuńczyka ryżu z groszkiem i kukurydzą 200 g
	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 100g	Masło 10g Herbata z/c banan 100 g	Masło 10g Herbata z/c banan 100g	Masło 10g Herbata b/c
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,ryba,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,ryba,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,ryba,jaja</b>
II KOLACJA				Kanapka z serem i pomidorem 1szt(gluten,mleko)
Wartość odżywcza	<b>Energia 2310 kcal tłuszcz 89g kw.ł.nasyc.9g białko 87g cukry 39g węglowodany 298g sól 2,1g</b>	<b>Energia 2150 kcal tłuszcz 80g kw.ł.nasyc.35g białko 86gcukry 44g węglowodany 280g sól 2,1g</b>	<b>Energia 2150 kcal tłuszcz 80g kw.ł.nasyc.35g białko 86gcukry 44g węglowodany 280g sól 2,1g</b>	<b>Energia 1680 kcal tłuszcz 63g kw.ł.nasyc.29g białko 79gcukry 33g węglowodany 251g sól 2,0g</b>

Sobota 16 .12.2023 r

Sobota 16 .12.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Zupa makaron na mleku 300ml	Zupa makaron na mleku 300ml	Zupa makaron na mleku 300ml	Zupa makaron na mleku 300ml
	Twaróg 50g ,miód 25g ,pomidor 50g	Twaróg 50g ,miód 25g ,pomidor 50g	Twaróg 50g ,miód 25g ,pomidor 50g	Twaróg 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 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Sok marchwiowy 300 ml	Sok marchwiowy 300 ml	Sok marchwiowy 300 ml	Sok marchwiowy 300 ml
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>
II ŚNIADANIE				Jogurt naturalny 100ml ( <b>mleko</b> ) <b>chrupki</b>
OBIAD	Krupnik zabielały 350ml	Krupnik zabielały 350ml	Krupnik zabielały 350ml	Krupnik zabielały 350ml
	Potrawka z kurczaka z warzywami 300 ml	Potrawka z kurczaka z warzywami 300 ml	Potrawka z kurczaka z warzywami 300 ml	Potrawka z kurczaka z warzywami 300 ml
	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
PODWIECZOREK				Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150g i słonecznikiem
KOLACJA	Paszтетowa 50g szynka mielona 40g ogórek kiszony	Paszтетowa 50g szynka mielona 40g ogórek kiszony	Paszтетowa 50g szynka mielona 40g ogórek kiszony	Paszтетowa 50g szynka mielona 40g ogórek kiszony
	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	Masło 10g Herbata b/c
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Budyń mleczny 150g ( <b>mleko</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2358 kcal tłuszcz 87g kw.ł.nasyc.39g białko 79g cukry 48g węglowodany 301g sól 2,3g</b>	<b>Energia 2118 kcal tłuszcz 76g kw.ł.nasyc.38g białko 78g cukry 39g węglowodany 278g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2118 kcal tłuszcz 76g kw.ł.nasyc.38g białko 78g cukry 39g węglowodany 278g sól 2,0g</b>	<b>Energia 1708 kcal tłuszcz 59g kw.ł.nasyc.37g białko 79g cukry 39g węglowodany 248g sól 2,1g</b>

Niedziela 17.12.2023 r

Niedziela 17.12.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Kasza kukurydziana na mleku 300ml	Kasza kukurydziana na mleku 300ml	Kasza kukurydziana na mleku 300ml
	parówka 80g ketchup saszetka 1szt	parówka 80g ketchup saszetka 1szt	parówka 160g ketchup saszetka 1szt	parówka 80g ketchup saszetka 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 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Serek truskawkowy 100 ml	Serek z truskawkami 100 ml	Serek truskawkowy 100 ml	
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II ŚNIADANIE				jabłko pieczone z cynamonem 80g
OBIAD	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 350ml
	Pulpet 100g,sos potrawkowy	Pulpet 100g,sos potrawkowy	Pulpet 100g,sos potrawkowy	Pulpet 100g,sos potrawkowy
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Marchewka z groszkiem 150g	Marchewka z groszkiem 150g	Marchewka z groszkiem 150g	Marchewka z groszkiem 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>
PODWIECZOREK				Mus owocowy (6 posiłków)
KOLACJA	Szynka wędzona 40g ser żółty 30g zielony ogórek 30g	Szynka wędzona 40g ser żółty 30g zielony ogórek	Szynka wędzona 60g zielony ogórek 30g	Szynka wędzona 40g ser żółty 30g zielony ogórek 30g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c herbatniki 50g	Masło 10g Herbata z/c herbatniki 50g	Masło 10g Herbata z/c herbatniki 50g	Masło 10g Herbata b/c
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Kanapka z tuńczykiem i sałatą 1sizr( <b>ryba ,gluten,mleko</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2378 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.39g białko 79g cukry 40g węglowodany 287g sól 2,3g</b>	<b>Energia 2128 kcal tłuszcz 75g kw.ł.nasyc.34g białko 70gcukry 36g węglowodany 258g sól 2,2g</b>	<b>Energia 2128 kcal tłuszcz 75g kw.ł.nasyc.34g białko 70gcukry 36g węglowodany 258g sól 2,2g</b>	<b>Energia 1738 kcal tłuszcz 59g kw.ł.nasyc.30g białko 70gcukry 42g węglowodany 255g sól 2,0g</b>

Poniedziałek 18.12.2023 r

Poniedziałek 18.12.2023 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 ze szczypiorkiem 50g dżem 25g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g dżem 25g	Twaróg 50g dżem 25g	Twaróg ze szczypiorkiem 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
	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>
II ŚNIADANIE				Kisiel z jabłkiem 150g
OBIAD	Zupa koperkowa 350ml	Zupa koperkowa 350ml	Zupa koperkowa 350ml	Zupa koperkowa 350ml
	Gulasz wieprzowy 180 g	Gulasz wieprzowy 180 g	Gulasz wieprzowy 180 g	Gulasz wieprzowy 180 g
	Kasza gryczana 200 g	Kasza gryczana 200 g	Kasza gryczana 200 g	Kasza gryczana 200 g
	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 150 g	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 150 g	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 150 g	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 150 g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
PODWIECZOREK				Surówka z jabłka i marchewki i słonecznika 150g
KOLACJA	Polędwica z warzywami 50g ser żółty 40g sałata z pomidorem 50g	Polędwica z warzywami 50g ser żółty 40g sałata z pomidorem 50g	Wędlina 60g sałata z pomidorem 50g	Polędwica z warzywami 50g sałata z pomidorem 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 Jogurt naturalny 100ml	Masło 10g Herbata z/c Jogurt naturalny 100ml	Masło 10g Herbata z/c Jogurt naturalny 100ml	Masło 10g Herbata b/c 250ml
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Płatki ryżowe z musem truskawkowym 150 g
Wartość odżywcza	<b>Energia 2310 kcal tłuszcz 89g kw.ł.nasyc.41g białko 86g cukry 46g węglowodany 298g sól 2,3g</b>	<b>Energia 2005 kcal tłuszcz 76g kw.ł.nasyc.33g białko 79gcukry 40g węglowodany 285g sól 2,2g</b>	<b>Energia 2005 kcal tłuszcz 76g kw.ł.nasyc.33g białko 79gcukry 40g węglowodany 285g sól 2,2g</b>	<b>Energia 1577 kcal tłuszcz 69g kw.ł.nasyc.30g białko 78gcukry 38g węglowodany 251g sól 2,1g</b>

Wtorek 19.12.2023 r

Wtorek 19.12.2023 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
	Pasta z jaja 50g szynka wędzona 40g zielony ogórek	Pasta z jaja 50g szynka wędzona 40g zielony ogórek	Szynka wędzona 60g zielony ogórek	Pasta z jaja 50g szynka wędzona 30g 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	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Jogurt owocowy 150ml	Jogurt owocowy 150ml	Jogurt owocowy 100ml	
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>
II ŚNIADANIE				
OBIAD	Zupa ryżowa 350ml	Zupa ryżowa 350ml	Zupa ryżowa 350ml	Zupa ryżowa 350ml
	Kurczak gotowany 150g	Kurczak gotowany 150g	Kurczak gotowany 150g	Kurczak gotowany 150g
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	kalafior z masłem i bułką 150 g	Kalafior z masłem i bułką 150 g	Kalafior z masłem i bułką 150 g	Kalafior z masłem i bułką 150 g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Kisiel z jabłkiem 150g	Kisiel z jabłkiem 150 g	Kisiel z jabłkiem 150 g	
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
PODWIECZOREK				Sok pomidorowy ziołowy 300ml 6 posiłków
KOLACJA	Mielonka 60g ser topiony 2 plastry pomidor 50g	mielonka 50g ser topiony 2 plastry pomidor 50g	Mielonka 60g pomidor 50 g	Mielonka 50g ser topiony 2 plastry pomidor 50 g
	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 250ml	Masło 10g Herbata z/c 250ml	Masło 10g Herbata z/c 250ml	Masło 10g Herbata b/c 250ml
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Kanapka z sałatą i mozzarellą 1szt( <b>mleko,gluten</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2233 kcal tłuszcz 80g kw.ł.nasyc.35g białko 80g cukry 44g węglowodany 268g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2000 kcal tłuszcz 78g kw.ł.nasyc.32g białko 80gcukry 42g węglowodany 270g sól 1,8g</b>	<b>Energia 2000 kcal tłuszcz 78g kw.ł.nasyc.32g białko 80gcukry 42g węglowodany 270g sól 1,8g</b>	<b>Energia 1630 kcal tłuszcz 70g kw.ł.nasyc.28g białko 72gcukry 37g węglowodany 240g sól 1,8g</b>

Środa 20.12.2023 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
	Polędwica sopocka 50g ,ser żółty 30g rzodkiewki	Polędwica sopocka 50g ,ser żółty 30g rzodkiewki	Polędwica sopocka 60g ,sałata lodowa	Polędwica sopocka 50g ,ser żółty 30g rzodkiewki
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	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
	<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II ŚNIADANIE				Feta z zielonym ogórkiem 150g ( <b>mleko</b> )
OBIAD	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 350ml
	Pieczeń rzymska 100g sos pomidorowy	Pieczeń rzymska 100g sos pomidorowy	Pieczeń rzymska 100g sos pomidorowy	Pieczeń rzymska 100g sos pomidorowy
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Buraki zasmażane 150g	Buraki zasmażane 150g	Buraki zasmażane 150g	Buraki zasmażane 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,</b>
PODWIECZOREK				Banan 150g (6 posiłków(
KOLACJA	Paszтет pieczony 60g ogórek kiszony ,papryka słupki	Paszтет pieczony 60g ogórek kiszony ,papryka słupki	Wędlina 50g sałata lodowa	Paszтет pieczony 60g ogórek kiszony ,papryka słupki
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	chleb razowy żytni 60g mandarynka 2 szt
	Masło 10gHerbata z/c 250ml banan 150g,mandarynka 1 szt	Masło 10g Herbata z/c banan 150g mandarynka 1szt	Masło 10g Herbata z/c banan 150g mandarynka 1szt	Masło 10g Herbata b/c 250ml
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>
II KOLACJA				Kanapka z serem i pomidorem 1szt( <b>mleko,gluten</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2313 kcal tłuszcz 81g kw.ł.nasyc.40g białko 85g cukry 45g węglowodany 298g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2156 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.38g białko 84gcukry 43g węglowodany 280g sól 1,9g</b>	<b>Energia 2156 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.38g białko 84gcukry 43g węglowodany 280g sól 1,9g</b>	<b>Energia 1670 kcal tłuszcz 50g kw.ł.nasyc.31g białko 72gcukry 40g węglowodany 240g sól 1,9g</b>

Czwartek 21.12.2023 r

Czwartek 21.12.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Zacierka na mleku 300ml	Zacierka na mleku 300ml	Zacierka na mleku 300ml	Zacierka na mleku 300ml
	Parówka 1szt ,ketchup , ser topiony 1szt sałata lodowa zieleniną	Parówka 1szt ,ketchup , ser topiony 1szt sałata lodowa zieleniną	Parówka 2szt ,ketchup sałata lodowa zieleniną	Parówka 2szt ,ketchup , sałata lodowa zieleniną
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g 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 z/c 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>
II ŚNIADANIE				Serniczek na zimno 150g( <b>mleko</b> )
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml
	Potrąwka z kurczaka z warzywami 200 g	Potrąwka z kurczaka z warzywami 200g	Potrąwka z kurczaka z warzywami 200 g	Potrąwka z kurczaka z warzywami 200 g
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Surówka z białej kapusty z majonezem 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
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
PODWIECZOREK				Sok marchwiowo jabłkowy 300 ml ( <b>6 posiłków</b> )
KOLACJA	Szynka drobiowa 50g ser żółty 30g pomidor	Szynka drobiowa 50g ser żółty 30g pomidor	Szynka drobiowa 50g ser żółty 30gpomidor	Szynka drobiowa 50g pomidor
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10gHerbata z/c 250ml sok marchwiowo - jabłkowy 300ml	Masło 10g Herbata z/c sok marchwiowo – jabłkowy 300 ml	Masło 10g Herbata z/c sok marchwiowo – jabłkowy 300 ml	Masło 10g Herbata b/c 250ml
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Buraczki z mozzarellą 150g( <b>mleko</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2313 kcal tłuszcz 81g kw.tł.nasyc.40g białko 85g cukry 45g węglowodany 298g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2156 kcal tłuszcz 79g kw.tł.nasyc.38g białko 84gcukry 43g węglowodany 280g sól 1,9g</b>	<b>Energia 2156 kcal tłuszcz 79g kw.tł.nasyc.38g białko 84gcukry43g węglowodany280g sól 1,9g</b>	<b>Energia 1670 kcal tłuszcz 50g kw.tł.nasyc.31g białko 72gcukry 40g węglowodany 240g sól 1,9g</b>



Piątek 22.12.2023 r

Piątek 22.12.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Płatki owsiane na mleku 300ml	Płatki owsiane na mleku 300ml	Płatki owsiane na mleku 300ml	Płatki owsiane na mleku 300ml
	Miód 25g ser topiony plastry 2 szt,	Miód 25g ser topiony plastry 2 szt,	Miód 25g wędlna50g	ser topiony plastry 4 szt,
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g
	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
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>
II ŚNIADANIE				Budyń mleczny 150g ( <b>mleko</b> )
OBIAD	Zupa kalafiorowa 350ml	Zupa kalafiorowa 350ml	Zupa kalafiorowa 350ml	Zupa kalafiorowa 350ml
	Ryż z jabłkiem ,śmietaną i cynamonem 250 g	Ryż z jabłkiem ,śmietaną i cynamonem 250 g	Ryż z jabłkiem ,śmietaną i cynamonem 250 g	Ryż z jabłkiem ,śmietaną i cynamonem 250 g
	Serek waniliowy 100 ml	Serek waniliowy 100 ml	Serek waniliowy 100 ml	
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>
PODWIECZOREK				Jogurt naturalny ,chrupki ( <b>6 posiłków</b> )
KOLACJA	Ser żółty 40g,jajko gotowane ze szczypiorem 50g kapusta pekińska z zielonym ogórkiem	ser żółty 40g,jajko gotowane ze szczypiorem 50g kapusta pekińska z zielonym ogórkiem	Filet z kurczaka pieczony w folii 60g kapusta pekińska z zielonym ogórkiem	jajko gotowane ze szczypiorem 75g(3 połówki) kapusta pekińska z zielonym ogórkiem
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10gHerbata z/c 250ml	Masło 10g Herbata z/c kisiel z jabłkiem 150g	Masło 10g Herbata z/c kisiel z jabłkiem 150g	Masło 10g Herbata b/c 250ml
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko ,jaja</b>	<b>gluten,mleko ,jaja</b>	<b>gluten,mleko,jaja</b>	<b>gluten,mleko ,jaja</b>
II KOLACJA				Kanapka z tuńczykiem i ogórkiem kiszonym 1szt ( <b>gluten,mleko,ryba</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2313 kcal tłuszcz 81g kw.ł.nasyc.40g białko 85g cukry 45g węglowodany 298g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2156 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.38g białko 84gcukry 43g węglowodany 280g sól 1,9g</b>	<b>Energia 2156 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.38g białko 84gcukry43g węglowodany280g sól 1,9g</b>	<b>Energia 1670 kcal tłuszcz 50g kw.ł.nasyc.31g białko 72gcukry 40g węglowodany 240g sól 1,9g</b>

Sobota 23.12.2023 r

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 300ml	Kasza manna na mleku 300ml	Kasza manna na mleku 300ml	Kasza manna na mleku 300ml
	Mielonka 50g ser żółty 40g	Mielonka 50g ser żółty 40g	Mielonka 60g dżem 25g	Mielonka 50g ser żółty 40g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g
	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 z/c 250ml
	<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II ŚNIADANIE				Jabłko pieczone z cynamonem
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 koperkowy	Pulpet 100 g sos koperkowy	Pulpet 100 g sos koperkowy	Pulpet 100 g sos koperkowy
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Marchewka z groszkiem 150g	Marchewka z groszkiem 150g	Marchewka z groszkiem 150g	Marchewka z groszkiem 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>
PODWIECZOREK				Sok warzywny 300 ml ( <b>6 posiłków</b> )
KOLACJA	Kiełbasa szynkowa 50g pasztetowa 40g	Kiełbasa szynkowa 50g pasztetowa 40g	Kiełbasa szynkowa 50g	Kiełbasa szynkowa 50g pasztetowa 40g pomidor 50g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10gHerbata z/c 250ml sok warzywny 300 ml	Masło 10g Herbata z/c sok warzywny 300 ml	Masło 10g Herbata z/c sok warzywny 300 ml	Masło 10g Herbata b/c 250ml
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Owsianka z musem brzoskwinowym 150g ( <b>gluten</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2313 kcal tłuszcz 81g kw.tł.nasyc.40g białko 85g cukry 45g węglowodany 298g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2156 kcal tłuszcz 79g kw.tł.nasyc.38g białko 84gcukry 43g węglowodany 280g sól 1,9g</b>	<b>Energia 2156 kcal tłuszcz 79g kw.tł.nasyc.38g białko 84gcukry 43g węglowodany 280g sól 1,9g</b>	<b>Energia 1670 kcal tłuszcz 50g kw.tł.nasyc.31g białko 72gcukry 40g węglowodany 240g sól 1,9g</b>