

Niedziela 24.12.2023 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
	Jajko 1 st ser topiony kostka 1szt	Jajko 1 st ser topiony kostka 1szt	Jajko 1 st ser topiony kostka 1szt	Jajko 1 st ser topiony kostka 1szt
	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	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Sałata lodowa	Sałata lodowa	Sałata lodowa	
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
Alergeny	gluten,mleko,jaja	gluten,mleko,jaja	gluten,mleko,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja
II ŚNIADANIE				Kisiel z jabłkiem 150ml
OBIAD	zupa jarzynowa	zupa jarzynowa	zupa jarzynowa	zupa jarzynowa
	Makaron z twarogiem 300 g	Makaron z twarogiem 300 g	Makaron z twarogiem 300 g	Makaron z twarogiem 300 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				Mus z brzoskwini z cynamonem
KOLACJA	Barszcz czerwony czysty, ryba dorsz, ciastka,mandarynki 2 szt	Barszcz czerwony czysty, ryba dorsz, ciastka,mandarynki 2 szt	Barszcz czerwony czysty, ryba dorsz, ciastka,mandarynki 2 szt	Barszcz czerwony czysty, ryba dorsz, mandarynki 2 szt
	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 z cytryną	Masło 10g Herbata z/c z cytryną	Masło 10g Herbata z/c z cytryną	Masło 10g Herbata b/c z cytryną
Alergeny:	gluten,mleko,seler,ryba ,śladowe orzechów	gluten,mleko,seler,ryba ,śladowe orzechów	gluten,mleko,seler,ryba ,śladowe orzechów	gluten,mleko,seler,ryba
II KOLACJA				Banan 150g
Wartość odżywcza	Energia 2431kcal tłuszcze 87g kw.tł.nasyc.38g białko 88g cukry 39g węglowodany 300g sól 2,0g	Energia 2221kcal tłuszcze 82g kw.tł.nasyc.34g białko 80g cukry 35g węglowodany 280g sól 1,9g	Energia 2221kcal tłuszcze 82g kw.tł.nasyc.34g białko 80g cukry 35g węglowodany 280g sól 1,9g	Energia 1621kcal tłuszcze 58g kw.tł.nasyc.30g białko 75g cukry 30g węglowodany 275g sól 2,0g

Poniedziałek 25.12.2023 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
	Baleron 40g polędwica sopocka 30 g zielony ogórek	Baleron 40g polędwica sopocka 30 g zielony ogórek	Baleron 40g polędwica sopocka 30 g zielony ogórek	Baleron 40g polędwica sopocka 30 g zielony ogórek
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni b/ziaren 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Jogurt waniliowy 100 g, ciastka	Jogurt waniliowy 100 g ciastka	Jogurt waniliowy 100 g ciastka	
	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
II ŚNIADANIE				Jogurt naturalny 100 ml chrupki
OBIAD	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 350ml
	Schab duszony w sosie 120g	Schab duszony w sosie 120g	Schab duszony w sosie 120g	Schab duszony w sosie 120g
	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 180 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, jaja	gluten, mleko gorczyca, seler, jaja	gluten, mleko gorczyca, seler, jaja
PODWIECZOREK				Sok march. -bananowy 300 ml(6 posiłków)
KOLACJA	Ogonówka 40g pasztet pieczony 40g ogórek konserwowy 1 szt	Ogonówka 40g pasztet pieczony 40g pomidor 50g mandarynki 2 szt	Ogonówka 40g pasztet pieczony 40g pomidor 50g mandarynki 2 szt	Ogonówka 40g pasztet pieczony 40g pomidor 50g mandarynki 2 szt
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni b/ziaren 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c z cytryną mandarynki 2 szt	Masło 10g Herbata z/c z cytryną	Masło 10g Herbata z/c z cytryną	Masło 10g Herbata b/c z cytryną
Alergeny:	gluten, mleko gorczyca, seler,	gluten, mleko gorczyca, seler	gluten, mleko gorczyca, seler	gluten, mleko gorczyca, seler
II KOLACJA				Budyń mleczny (mleko)
Wartość odżywcza	Energia 2210 kcal tłuszcz 88g kw.tl.nasyc.38g białko 88g cukry 48g węglowodany 288g sól 2,2g	Energia 2100 kcal tłuszcz 80g kw.tl.nasyc.35g białko 86g cukry 44g węglowodany 280g sól 2,1g	Energia 2100 kcal tłuszcz 80g kw.tl.nasyc.35g białko 86g cukry 44g węglowodany 280g sól 2,1g	Energia 1710 kcal tłuszcz 60g kw.tl.nasyc.25g białko 80g cukry 41g węglowodany 240g sól 2,0g

Wtorek 26.12.2023 r

Wtorek 26.12.2023 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
	Kiełbasa szynkowa 40g schab wędzony 40g	Kiełbasa szynkowa 40g schab wędzony 40g	Kiełbasa szynkowa 40g schab wędzony 40g	Kiełbasa szynkowa 40g schab wędzony 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
	Jogurt owocowy 100 ml ciastka	Jogurt owocowy ciastka	Jogurt owocowy ciastka	
	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,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja
II ŚNIADANIE				Kisiel z jabłkiem 150g
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem	Zupa pomidorowa z ryżem	Zupa pomidorowa z ryżem	Zupa pomidorowa z ryżem
	Potrąwka z kurczaka z warzywami 200g	Potrąwka z kurczaka z warzywami 200g	Potrąwka z kurczaka z warzywami 200g	Potrąwka z kurczaka z warzywami 200g
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	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				Mozzarella z pomidorem i szczypiorem 150 g 6 posiłków (mleko)
KOLACJA	Poładwica sopocka 40g szynka wędzona 30g sok owocowy 200 ml	Poładwica sopocka 40g szynka wędzona 30g sok owocowy 200 ml	Poładwica sopocka 40g szynka wędzona 30g sok owocowy 200 ml	Poładwica sopocka 40g szynka wędzona 30g sok owocowy 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 60g
	Masło 10g Herbata z/c z cytryną	Masło 10g Herbata z/c z cytryną	Masło 10g Herbata z/c z cytryną	Masło 10g Herbata b/c z cytryną
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler,soja,	gluten,mleko gorczyca,seler,soja,	gluten,mleko gorczyca,ryba	gluten,mleko gorczyca,seler,soja,
II KOLACJA				Jogurt z brzoskwinia 150g (mleko)
Wartość odżywcza	Energia 2308 kcal tłuszcz 89g kw.ł.nasyc.43g białko 83g cukry 46g węglowodany 298g sól 2,3g	Energia 2108 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.40g białko 80gcukry 44g węglowodany 288g sól 2,0g	Energia 2108 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.40g białko 80gcukry 44g węglowodany 288g sól2,0	Energia 1698 kcal tłuszcz 60g kw.ł.nasyc.38g białko 77gcukry 41g węglowodany 258g sól 2,1g

Środa 27.12.2023 r

ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Płatki jęczmienne na mleku 300ml sałata lodowa	Płatki jęczmienne na mleku 300ml sałata lodowa	Płatki jęczmienne na mleku 300ml sałata lodowa	Płatki jęczmienne na mleku 300ml sałata lodowa
	Ser żółty 50g twaróg 50g	Ser żółty 50g twaróg 50g	Ser żółty 50g twaróg 50g	Ser żółty 50g twaróg 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 wieloowocowy 200 ml	Sok wieloowocowy 200 ml	Sok wieloowocowy 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 gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II ŚNIADANIE				jabłko pieczone z cynamonem 80g
OBIAD	Zupa krupnik 350ml	Brokułowa z makaronem 350ml	Brokułowa z makaronem 350ml	Brokułowa z makaronem 350ml
	Pulpet drobiowy 100g sos koperkowy	Filet z kurczaka pieczony 120g,sos koperkowy	Filet z kurczaka pieczony 120g,sos koperkowy	Filet z kurczaka pieczony 120g,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
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
PODWIECZOREK				jogurt naturalny 100 ml chrupki
KOLACJA	Mielonka 60g ser topiony 1szt ogórek kiszony 50g	Paszтетowa 60g ogórek kiszony 50g	Kiełbasa szynkowa 60g ogórek kiszony 50g	Kiełbasa szynkowa 60g ogórek kiszony 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 z owocami 100 ml	Masło 10g Herbata z/c jogurt z owocami 100 ml	Masło 10g Herbata z/c jogurt z owocami 100 ml	Masło 10g
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	Herbata b/c
II KOLACJA				Kanapka z szynką i sałatą 1szt (gorczyca,gluten,mleko,seler)
Wartość odżywcza	Energia 2318 kcal tłuszcz 89g kw.ł.nasyc.41g białko 89g cukry 50g węglowodany 298g sól 2,7g	Energia 2018 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.36g białko 79gcukry 44g węglowodany 278g sól 2,6g	Energia 2018 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.36g białko 79gcukry 44g węglowodany 278g sól 2,6g	Energia 1628 kcal tłuszcz 59g kw.ł.nasyc.30g białko 70gcukry 42g węglowodany 255g sól 2,0g

Czwartek 28.12.2023 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
	Kiełbasa szynkowa 50g dżem 25 g	Kiełbasa szynkowa 50g dżem 25 g	Kiełbasa szynkowa 50g dżem 25 g	Kiełbasa szynkowa 50g dżem 25 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	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Sok warzywny 300ml	Sok warzywny 300ml	Sok warzywny 300ml	
	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
II ŚNIADANIE				Sok warzywny 300ml
OBIAD	Zupa fasolowa 350ml	Zupa ziemniaczana	Zupa ziemniaczana	Zupa ziemniaczana
	Karkówka duszona w sosie 150g	Karkówka duszona w sosie 150g	Karkówka duszona w sosie 150g	Karkówka duszona w sosie 150g
	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g
	Sałatka szwedzka 100g	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
	Sałatka owocowa 150 g	Sałatka owocowa 150 g	Sałatka owocowa 150g	
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK				Sałatka owocowa 150g
KOLACJA	Polędwica z warzywami 50g szynka wędzona 40g pomidor 50g	Polędwica z warzywami 50g szynka wędzona 40g pomidor 50g	Polędwica z warzywami 50g szynka wędzona 40g pomidor 50g	Polędwica z warzywami 50g szynka wędzona 40g 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 Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata b/c 250ml
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Kanapka z szynką i ogórkiem konserwowym 1szt(gluten,mleko)
Wartość odżywcza	Energia 2310 kcal tłuszcz 89g kw.ł.nasyc.41g białko 86g cukry 46g węglowodany 298g sól 2,3g	Energia 2005 kcal tłuszcz 76g kw.ł.nasyc.33g białko 79gcukry 40g węglowodany 285g sól 2,2g	Energia 2005 kcal tłuszcz 76g kw.ł.nasyc.33g białko 79gcukry 40g węglowodany 285g sól 2,2g	Energia 1577 kcal tłuszcz 69g kw.ł.nasyc.30g białko 78gcukry 38g węglowodany 251g sól 2,1g

Piątek 29.12.2023 r

Piątek 29.12.2023 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
	Jajko ze szczypiorem 2 połówki miód 25g	Jajko ze szczypiorem 2 połówki miód 25g	Jajko ze szczypiorem 2 połówki miód 25g	Jajko ze szczypiorem 2 połówki kielbasa szynkowa 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 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
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II ŚNIADANIE				Sok marchwiowo -bananowy 300 ml
OBIAD	zupa ogórkowa 350ml	zupa ogórkowa 350ml	zupa ogórkowa 350ml	zupa ogórkowa 350ml
	Risotto z mięsem i warzywami	Risotto z mięsem i warzywami	Risotto z mięsem i warzywami	Risotto z mięsem i warzywami
	Sos pomidorowy 50 ml	Sos pomidorowy 50 ml	Sos pomidorowy 50 ml	Sos pomidorowy 50 ml
	Banan 150g	Banan 150g	Banan 150g	Banan 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
PODWIECZOREK				Jogurt z brzoskwinia 6 posiłek (mleko)
KOLACJA	Paszтетowa 50g szynka wędzona 50g sałata z zielonym ogórkiem i zieleniną jogurt owocowy 100 ml	Paszтетowa 50g szynka wędzona 50g sałata z zielonym ogórkiem i zieleniną jogurt owocowy 100 ml	szynka wędzona 60g sałata z zielonym ogórkiem i zieleniną jogurt owocowy 100 ml	szynka wędzona 50g sałata z zielonym ogórkiem i zieleniną
	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
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler,mleko	gluten,mleko gorczyca,seler,mleko	gluten,mleko gorczyca,seler,mleko	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Czekoladowa owsianka z jabłkiem 180g(gluten)
Wartość odżywcza	Energia 2233 kcal tłuszcz 80g kw.ł.nasyc.35g białko 80g cukry 44g węglowodany 268g sól 2,0g	Energia 2000 kcal tłuszcz 78g kw.ł.nasyc.32g białko 80gcukry 42g węglowodany 270g sól 1,8g	Energia 2000 kcal tłuszcz 78g kw.ł.nasyc.32g białko 80gcukry 42g węglowodany 270g sól 1,8g	Energia 1630 kcal tłuszcz 70g kw.ł.nasyc.28g białko 72gcukry 37g węglowodany 240g sól 1,8g

Sobota 30.12.2023 r

Sobota 30.12.2023 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
	Parówka 80 g ketchup 1szt dżem 25g	Parówka 80 g ketchup 1szt dżem 25g	Parówka 80 g ketchup 1szt dżem 25g	Parówka 80 g ketchup 1szt
	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 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 b/c 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
II ŚNIADANIE				Sok pomidorowy 300 ml
OBIAD	Zupa kasza manna na rosole 350ml	Zupa kasza manna na rosole 350ml	Zupa kasza manna na rosole 350ml	Zupa kasza manna na rosole 350ml
	Gulasz z warzywami 250g	Gulasz z warzywami 250g	Gulasz z warzywami 250g	Gulasz z warzywami 250g
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,ryba	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,ryba	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,ryba	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,ryba
PODWIECZOREK				Kisiel z jabłkiem 180ml
KOLACJA	Szynka wędzona 50g ser żółty 40g Pomidor 50g	Szynka wędzona 50g ser żółty 40g Pomidor 50g	Szynka wędzona 50g ser żółty 40g Pomidor 50g	Szynka wędzona 40g ser żółty 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 10g Herbata z/c 250ml	Masło 10g Pomidor 50g Herbata z/c	Masło 10gHerbata z/c	Masło 10g Herbata b/c 250ml
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Kanapka z mozzarellą i ziel ogórkiem 1szt (gluten,mleko)
Wartość odżywcza	Energia 2313 kcal tłuszcz 81g kw.tł.nasyc.40g białko 85g cukry 45g węglowodany 298g sól 2,0g	Energia 2156 kcal tłuszcz 79g kw.tł.nasyc.38g białko 84gcukry 43g węglowodany 280g sól 1,9g	Energia 2156 kcal tłuszcz 79g kw.tł.nasyc.38g białko 84gcukry43g węglowodany280g sól 1,9g	Energia 1670 kcal tłuszcz 50g kw.tł.nasyc.31g białko 72gcukry 40g węglowodany 240g sól 1,9g

Niedziela 31.12.2023 r

Niedziela 31.12.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Makaron na mleku 300 ml	Makaron na mleku 300 ml	Makaron na mleku 300 ml	Makaron na mleku 300 ml
	Polędwica sopocka 50g pasztetowa 30 g zielony ogórek	Polędwica sopocka 50g pasztetowa 30 g zielony ogórek	Polędwica sopocka 50g pasztetowa 30 g zielony ogórek	Polędwica sopocka 40g pasztetowa 30 g 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 z owocami 100 ml	Jogurt z owocami 100 ml	Jogurt z owocami 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 ,seler ,gorczyca	gluten,mleko ,seler ,gorczyca	gluten,mleko ,seler ,gorczyca	gluten,mleko ,seler ,gorczyca
II ŚNIADANIE				Jogurt naturalny 100 g chrupki (mleko)
OBIAD	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 350ml
	Pulpet 100g sos koperkowy	Pulpet 100g sos koperkowy	Pulpet 100g sos koperkowy	Pulpet 100g sos koperkowy
	Kasza jęczmienna 180g	Kasza jęczmienna 180g	Kasza jęczmienna 180g	Kasza jęczmienna 180g
	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
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK				Budyń mleczny 180g(mleko)
KOLACJA	szynka drobiowa 50g ser żółty 40g sok owocowy 200 ml	szynka drobiowa 50g ser żółty 40g sok owocowy 200 ml	szynka drobiowa 50g ser żółty 40g sok owocowy 200 ml	szynka drobiowa 50g ser żółty 40g sok owocowy 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 60g
	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				Salata lodowa z fetą i pomidorem ,szczypior 150g
Wartość odżywcza	Energia 2261kcal tłuszcze 67g kw.ł.nasyc.28g białko 68g cukry 40g węglowodany 310g sól 2,0g	Energia 2221kcal tłuszcze 60g kw.ł.nasyc.24g białko 67g cukry 38g węglowodany 300g sól 2,0g	Energia 2221kcal tłuszcze 60g kw.ł.nasyc.24g białko 67g cukry 38g węglowodany 300g sól 2,0g	Energia 1821kcal tłuszcze 50g kw.ł.nasyc.20g białko 71g cukry 33g węglowodany 290g sól 2,0g

Poniedziałek 01.01.2024 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
	kiełbasa szynkowa 40g serek topiony 1szt	kiełbasa szynkowa 50g serek topiony 1szt	kiełbasa szynkowa 50g	Kiełbasa szynkowa 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 warzywny 300ml	Sok warzywny 300ml	Sok warzywny 300ml	
	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
II ŚNIADANIE				Sok warzywny 300 ml
OBIAD	Rosół z makaronem 350ml	Rosół z makaronem 350ml	Rosół z makaronem 350ml	Rosół z makaronem 350ml
	Potrawka z kurczaka	Potrawka z kurczaka	Potrawka z kurczaka	Potrawka z kurczaka
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Serek owocowy 100 g	Serek owocowy 100 g	Serek owocowy 100 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				Kisiel z jabłkiem 150g (6 posiłek)
KOLACJA	Szynka wędzona 50g polędwica z warzywami 40g	Szynka wędzona 50g polędwica z warzywami 40g	Szynka wędzona 50g polędwica z warzywami 40g	Szynka wędzona 40g polędwica z warzywami 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 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				Banan 150g
Wartość odżywcza	Energia 2411kcal tłuszcze 68g kw.tł.nasyc.38g białko 78g cukry 48g węglowodany 353g sól 2,6g	Energia 2321kcal tłuszcze 65g kw.tł.nasyc.35g białko 76g cukry 45 węglowodany 350g sól 2,7g	Energia 2321kcal tłuszcze 65g kw.tł.nasyc.35g białko 76g cukry 45 węglowodany 350g sól 2,7g	Energia 1841kcal tłuszcze 55g kw.tł.nasyc.25g białko 70g cukry 31 węglowodany 300g sól 2,7g

Wtorek 02.01.2024 r

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	Makaron na mleku 300ml	Makaron na mleku 300ml	Makaron na mleku 300ml	Makaron na mleku 300ml
	Twaróg 50g miód25g	Twaróg 50g miód25g	Twaróg 50g miód25g	Twaróg 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 jabłkowy 300ml	Sok jabłkowy 300ml	Sok jabłkowy 300ml	
	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				Owoce z jogurtem 150 g
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml
	Gulasz z szynki 180g	Gulasz z szynki 180g	Gulasz z szynki 180g	Gulasz z szynki 180g
	Ziemniaki 200g	Ziemniaki 200g	Ziemniaki 200g	Ziemniaki 200g
	Fasolka szparagowa z masłem i bułką 180g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką 180g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką 180g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką 180g
	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 180g
KOLACJA	Polędwica sopocka 50g ser topiony 1szt kapusta pekińska z kukurydzą i zieleniną	Polędwica sopocka 50g ser topiony 1szt kapusta pekińska z kukurydzą i zieleniną	Polędwica sopocka 60g kapusta pekińska z kukurydzą i zieleniną	Polędwica sopocka 60g kapusta pekińska z kukurydzą i zieleniną
	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
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Kanapka z serem żółtym i pomidorem 1szt (mleko,gluten)
Wartość odżywcza	Energia 2367kcal tłuszcze 66g kw.tł.nasyc.28g białko 77g cukry 45g węglowodany 334g sól 2,2g	Energia 2270kcal tłuszcze 60g kw.tł.nasyc.27g białko 74gcukry 41gwęglowodany 304g sól 2,0g	Energia 2270kcal tłuszcze 60g kw.tł.nasyc.27g białko 74gcukry 41gwęglowodany 304g sól2,0g	Energia 1880kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc.20g białko 70gcukry 36g węglowodany 274g sól 1,8g

Środa 03.01.2024 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
	Pasta z jaja 50g ,szynka wędzona 40g,sałata lodowa	Pasta z jaja 50g ,szynka wędzona 40g,sałata lodowa	Pasta z jaja 50g ,szynka wędzona 40g,sałata lodowa	Pasta z jaja 50g ,szynka wędzona 40g,sałata lodowa
	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 -jabłkowy 300ml	Sok marchwiowo -jabłkowy 300ml	Sok marchwiowo -jabłkowy 300ml	
	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 marchwiowo -jabłkowy 300ml
OBIAD	Zupa buraczkowa 350ml	Zupa buraczkowa 350ml	Zupa buraczkowa 350ml	Zupa buraczkowa 300ml
	Kotlet mielony 100g	Pulpet 100g sos koperkowy	Pulpet 100g sos koperkowy	Pulpet 100g sos koperkowy
	Ziemniaki 200g	Ziemniaki 200g	Ziemniaki 200g	Ziemniaki 200g
	Surówka z kiszonej kapusty 180g	Kalafior z bułką i masłem 180g	Kalafior z bułką i masłem 180g	Kalafior bułką i masłem 180g
	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				Mus owocowy z cynamonem 150ml
KOLACJA	Paszтет pieczony 50g szynka drobiowa 40g ogórek kiszony	Paszтет pieczony 50g szynka drobiowa 40g ogórek kiszony	Paszтет pieczony 50g szynka drobiowa 40g ogórek kiszony	Paszтет pieczony 50g szynka drobiowa 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
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Pomidor z mozzarellą (mleko)
Wartość odżywcza	Energia 2297kcal tłuszcze 56g kw.tł.nasyc.25g białko 78g cukry 44g węglowodany 333g sól 2,1g	Energia 2070kcal 0tłuszcze 50g kw.tł.nasyc.21g białko 70gcukry 41gwęglowodany 314g sól 1,9g	Energia 2070kcal 0tłuszcze 50g kw.tł.nasyc.21g białko 70gcukry 41gwęglowodany 314g sól 1,9g	Energia 1775kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc.18g białko 72gcukry 29g węglowodany 264g sól 1,8g