

Wtorek 23.01.2024 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
	Twarożek 50g dżem 25g pomidor	Twarożek 50g dżem 25g pomidor	Twarożek 50g dżem 25g pomidor	Twarożek 50g, pomidor
	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 100ml	Jogurt z owocami 100ml	Jogurt z owocami 100ml	
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
	<b><i>Alergeny</i></b>	<b><i>gluten,mleko</i></b>	<b><i>gluten,mleko</i></b>	<b><i>gluten,mleko</i></b>
II ŚNIADANIE				Jogurt z brzoskwinia 100ml ( <b><i>mleko</i></b> )
OBİAD	Zupa zacierka na rosole 350ml	Zupa zacierka na rosole 350ml	Zupa zacierka na rosole 350ml	Zupa zacierka na rosole 350ml
	Karkówka duszona 100 g ,sos	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
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Surówka z kiszanej kapusty 150g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką150g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką150g
	sok jabłkowy 200 ml ciastka	sok jabłkowy 200 ml ciastka	sok jabłkowy 200 ml ciastka	
<b><i>Alergeny</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i></b>
PODWIECZOREK				Banan 150g (6 posiłków)
KOLACJA	Polędwica sopočka 40g szynka droboowa40g sałata lodowa z zielonym ogórkiem i zieleniną	Polędwica sopočka 40g szynka drobiowa 30g sałata lodowa z zielonym ogórkiem i zieleniną	Polędwica sopočka 40g szynka drobiowa 30g sałata lodowa z zielonym ogórkiem i zieleniną	Polędwica sopočka 50g sałata lodowa 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 b/ziaren 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c z cytryną	Masło 10g Herbata z/c z cytryną	Masło 10g Herbata z/c cytryną	Masło 10g Herbata b/c
<b><i>Alergeny:</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</i></b>
II KOLACJA				Kanapka z wędliną i papryką 1szt ( <b><i>gluten,mleko,soja,gorczyca</i></b> )
Wartość odżywcza	<b><i>Energia 2401kcal tłuszcze 84g kw.tł.nasyc.33g białko 80g cukry 34g węglowodany 290g sól 2,6g</i></b>	<b><i>Energia 2201kcal tłuszcze 80g kw.tł.nasyc.31g białko 78gcukry 32g węglowodany 276g sól 2,3g</i></b>	<b><i>Energia 2201kcal tłuszcze 80g kw.tł.nasyc.31g białko 78gcukry 32g węglowodany 276g sól 2,3g</i></b>	<b><i>Energia 1871kcal tłuszcze 58g kw.tł.nasyc.27g białko 70gcukry 24g węglowodany 265g sól 1,9g</i></b>

Środa 24.01.2024 r

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml
	Pasta z jaja i wędliny 50g,ser topiony kostka 1szt zielony ogórek słupki	Pasta z jaja i wędliny 50g,ser topiony kostka 1szt zielony ogórek słupki	Pasta z jaja i wędliny 50g,ser topiony kostka 1szt zielony ogórek słupki	Pasta z jaja i wędliny 50g 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	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Sok marchwiowo bananowy 300ml	Sok marchwiowo bananowy 300ml	Sok marchwiowo bananowy 300ml	
	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,jaja</b>
II ŚNIADANIE				Sok marchwiowo bananowy 300ml
OBIAD	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350ml
	Pieczeń rzymska 100 g sos pieczeniowy ziemniaki gotowane 200 g	Pieczeń rzymska 100 g sos pieczeniowy ziemniaki gotowane 180 g	Pieczeń rzymska 100 g sos pieczeniowy ziemniaki gotowane 180 g	Pieczeń rzymska 100 g sos pieczeniowy ziemniaki gotowane 180g
	Buraki z jabłkiem 150g	Buraki z jabłkiem 150g	Buraki z jabłkiem 150g	Buraki z jabłkiem 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				Kisiel z jabłkiem
KOLACJA	Pasztetowa 50g ser wędzony 40g ogórek kiszony	Wędlina 50g ser wędzony 40g ogórek kiszony	Wędlina 50 g miód 25 g pomidor	Wędlina 40g ser wędzony 40g ogórek kiszony
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g mandarynki 2 szt	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
<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				Mozzarella z pomidorem i szczypiorem <b>(mleko,gluten)</b>
Wartość odżywcza	<b>Energia 2310 kcal tłuszcz 89g kw.tł.nasyc.9g białko 87g cukry 39g węglowodany 298g sól 2,1g</b>	<b>Energia 2150 kcal tłuszcz 80g kw.tł.nasyc.35g białko 86gcukry 44g węglowodany 280g sól 2,1g</b>	<b>Energia 2150 kcal tłuszcz 80g kw.tł.nasyc.35g białko 86gcukry 44g węglowodany 280g sól 2,1g</b>	<b>Energia 1680 kcal tłuszcz 63g kw.tł.nasyc.29g białko 79gcukry 33g węglowodany 251g sól 2,0g</b>

Czwartek 25.01.2024 r

Czwartek 25.01.2024 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
	Parówka na gorąco 1szt ketchup 1szt ser żółty 40g 1szt ,pomidor	Parówka na gorąco 1szt ketchup 1szt ser żółty 40g ,pomidor	Parówka na gorąco 1szt ketchup 1szt ser żółty 40g ,pomidor	Parówka na gorąco 2szt ketchup 1szt pomidor
	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 100ml	jogurt owocowy 100ml	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,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 naturalny 100ml ( <b>mleko</b> )chrupki
OBIAŁ	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 350ml
	Gulasz drobiowy 150ml	Gulasz drobiowy 150ml	Gulasz drobiowy 150ml	Gulasz drobiowy 150ml
	Kasza jęczmienna 180g	Kasza jęczmienna 180g	Kasza jęczmienna 180g	Kasza jęczmienna 180g
	Sok owocowy 200 ml ciastka	Sok owocowy 200 ml ciastka	Sok owocowy 200 ml ciastka	
	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				Jabłko pieczone z cynamonem (6 posiłek)
KOLACJA	Szynka wędzona 40 g jajko ze szczypiorem 2 połówki	Szynka wędzona 40 g jajko ze szczypiorem 2 połówki	Szynka wędzona 50 g	Szynka wędzona 40 g
	Chleb baltonowski 50gchleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50gchleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50gchleb 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 banan 150g
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,</b>
II KOLACJA				Kanapka z jajkiem i szczypiorkiem 1szt ( <b>mleko,jaja,gluten</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2388 kcal tłuszcz 87g kw.tł.nasyc.39g białko 79gcukry 48g węglowodany 331g sól 2,3g</b>	<b>Energia 2118 kcal tłuszcz 76g kw.tł.nasyc.38g białko 78gcukry 39g węglowodany 278g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2118 kcal tłuszcz 76g kw.tł.nasyc.38g białko 78gcukry 39g węglowodany 278g sól 2,0g</b>	<b>Energia 1708 kcal tłuszcz 59g kw.tł.nasyc.37g białko 79gcukry 39g węglowodany 248g sól 2,1g</b>

Piątek 26.01.2024 r

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	Kasza kukurydziana na mleku 300ml	Kasza kukurydziana na mleku 300ml	Kasza kukurydziana na mleku 300ml	Kasza kukurydziana na mleku 300ml
	Ser żółty 50g dżem 25g pomidor	Ser żółty 50g dżem 25g pomidor	Ser żółty 50g dżem 25g pomidor	Ser żółty 50g pomidor
	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 300 ml	Sok warzywny 300 ml	Sok warzywny 300 ml	Sok warzywny 300 ml
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
	<b><i>Alergeny</i></b>	<b><i>gluten,mleko</i></b>	<b><i>gluten,mleko</i></b>	<b><i>gluten,mleko</i></b>
II ŚNIADANIE				Kisiel z jabłkiem 150g
OBIAD	Barszcz czerwony 350ml	Barszcz czerwony 350ml	Barszcz czerwony 350ml	Barszcz czerwony 350ml
	Makaron z twarogiem 300 g	Makaron z twarogiem 250 g	Makaron z twarogiem 250g	Makaron z twarogiem 250g
	Kisiel z jabłkiem 150g	Kisiel z jabłkiem 150g	Kisiel z jabłkiem 150g	
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
<b><i>Alergeny</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>
PODWIECZOREK				Mus owocowy brzoskwinowy ( 6 posiłków)
KOLACJA	Pasztet pieczony 50g salceson biały 40g kiszony ogórek	Pasztet pieczony 50g salceson biały 40g kiszony ogórek	Szynka wędzona 60g zielony ogórek	Szynka wędzona 40g kiszony ogórek
	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 mandarynki 2szt	Masło 10g Herbata z/c mandarynki 2 szt	Masło 10g Herbata z/c mandarynki 2szt	gluten,mleko gorczyca,seler
<b><i>Alergeny:</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>
II KOLACJA				Kanapka z wędliną i papryką <b><i>(gluten , mleko , ryba)</i></b>
Wartość odżywcza	<b><i>Energia 2378 kcal tłuszcz 79g kw.t.nasyc.39g białko 79gcukry 40g węglowodany 287g sól 2,3g</i></b>	<b><i>Energia 2128 kcal tłuszcz 75g kw.t.nasyc.34g białko 70gcukry 36g węglowodany 258g sól 2,2g</i></b>	<b><i>Energia 2128 kcal tłuszcz 75g kw.t.nasyc.34g białko 70gcukry 36g węglowodany 258g sól 2,2g</i></b>	<b><i>Energia 1738 kcal tłuszcz 59g kw.t.nasyc.30g białko 70gcukry 42g węglowodany 255g sól 2,0g</i></b>

Sobota 27.01.2024 r

Sobota 27.01.2024 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Płatki owsiane na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml
	Ser topiony plastry2 szt kiełbasa szynkowa 50g sałata lodowa z zieleniną	Ser topiony plastry2 szt kiełbasa szynkowa 50g sałata lodowa z zieleniną	Ser topiony plastry2 szt kiełbasa szynkowa 50g sałata lodowa z zieleniną	Kiełbasa szynkowa 50g sałata lodowa z 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	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
<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				sok marchwiowo -bananowy 300 ml
OBIAD	Zupa ryżowa 350ml	Zupa ryżowa 350ml	Zupa ryżowa 350ml	Zupa ryżowa 350ml
	Kurczak gotowany 250g	Kurczak gotowany 250g	Kurczak gotowany 250g	Kurczak gotowany 250g
	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 180g
	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
	Banan 150g	Banan 150g	Banan 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				Banan (6 posiłków)
KOLACJA	Polędwica sopocka 50g ser wędzony 40g pomidor	Polędwica sopocka 50g ser wędzony 40g pomidor	Polędwica sopocka 50g ser wędzony 40g pomidor	Polędwica sopocka 50g pomidor
	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 sok marchwiowo -bananowy 300 ml	Masło 10g Herbata z/c sok marchwiowo -bananowy 300 ml	Masło 10g Herbata z/c sok marchwiowo -bananowy 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				Kisiel z jabłkiem 150 g
Wartość odżywcza	<b>Energia 2315 kcal tłuszcz 89g kw.ł.nasyc.33g białko 78g cukry 46g węglowodany 298g sól 2,3g</b>	<b>Energia 2005 kcal tłuszcz 76g kw.ł.nasyc.30g białko 70gcukry 40g węglowodany 285g sól 2,2g</b>	<b>Energia 2005 kcal tłuszcz 76g kw.ł.nasyc.30g białko 70gcukry 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>

niedziela 28.01.2024r

niedziela 28.01.2024r				
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
	Twarożek ze szczypiorkiem 50g rzodkiewka dżem 25g	Twarożek ze szczypiorkiem 50g rzodkiewka dżem 25g	Twarożek ze szczypiorkiem 50g rzodkiewka dżem 25g	Twarożek ze szczypiorkiem 50g rzodkiewka
	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
	Jabłko pieczone z cynamonem 1szt	Jabłko pieczone z cynamonem 1szt	Jabłko pieczone z cynamonem 1szt	Jabłko pieczone z cynamonem 1szt
	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 100 ml( mleko)
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 250g	Potrąwka z kurczaka z warzywami 250g	Potrąwka z kurczaka z warzywami 250g	Potrąwka z kurczaka z warzywami 250g
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Sok jabłkowy 200 ml ciastka	Sok jabłkowy 200 ml ciastka	Sok jabłkowy 200 ml ciastka	Sok jabłkowy 200 ml ciastka
	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 pomidorowy ziołowy 300ml
KOLACJA	Szynka drobiowa 40g pasztetowa 50g zielony ogórek	Szynka drobiowa 40g pasztetowa 50g zielony ogórek	Szynka drobiowa 40g pasztetowa 50g zielony ogórek	Szynka drobiowa 40g pasztetowa 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 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,pomidor 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>

poniedziałek 29.11.2023 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
	Jajko ze szczypiorem(2 połówki) ser topiony plastry 2szt sałata z pomidorem i zielenią	Jajko ze szczypiorem(2 połówki) ser topiony plastry 2szt sałata z pomidorem i zielenią	Szynka drobiowa 60gmiód 25g sałata z pomidorem i zielenią	Jajko ze szczypiorem(2 połówki) ser topiony plastry2 szt sałata z pomidorem i zielenią
	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 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 z/c 250ml
	<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko jaja</b>	<b>gluten,mleko jaja</b>	<b>gluten,mleko jaja</b>
II ŚNIADANIE				Sok marchwiowo -bananowy 300 ml
OBIAD	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml
	Schab duszony 100g sos potrawkowy	Schab duszony 100g sos potrawkowy	Schab duszony 100g sos potrawkowy	Schab duszony 100g sos potrawkowy
	Kasza jęczmienna 180g	Kasza jęczmienna 180g	Kasza jęczmienna 180g	Kasza jęczmienna 1080g
	Buraki zasmażane 150g	Buraki zasmażane 150g	Buraki zasmażane 150g	Buraki zasmażane 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Kisiel z jabłkiem 150 ml	Kisiel z jabłkiem 150 ml	Kisiel z jabłkiem 150 ml	Kisiel z jabłkiem 150 ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,ryba</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,ryba</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,ryba</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,ryba</b>
PODWIECZOREK				Banan z jogurtem 150g( <b>mleko</b> )
KOLACJA	Polędwica z warzywami 50g, szynka drobiowa 40g papryka słupki	Polędwica z warzywami 40g, szynka drobiowa 40g papryka słupki	Polędwica z warzywami 50g, szynka drobiowa 40g pomidor	Polędwica z warzywami 50g, szynka drobiowa40g 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
	Masło 10gHerbata z/c 250ml mandarynki 2szt	Masło 10g Herbata z/c mandarynki 2szt	Masło 10g Herbata z/c mandarynki 2 szt	Masło 10g Herbata b/c 250ml mandarynki 2 szt
<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				Kalafior z majonezem i szynką 150g ( <b>jaja,gorczyca i seler</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>

Wtorek 30.01.2024 r

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	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
	Jogurt owocowy 100ml	Jogurt owocowy 100ml	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, 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	Kapuśniak z białej kapusty z pomidorami i zacierką 350ml	Kapuśniak z białej kapusty z pomidorami i zacierką 350ml	Kapuśniak z białej kapusty z pomidorami i zacierką 350ml	Kapuśniak z białej kapusty z pomidorami i zacierką 300ml
	Kotlet mielony 100g	Pulpet 100g sos koperkowy	Pulpet 100g sos koperkowy	Pulpet 100g sos koperkowy
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 180g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Marchewka z groszkiem 150g	Marchewka z groszkiem 150g	Marchewka z groszkiem 150g	Marchewka z groszkiem 150g
	Serniczek na zimno z truskawkami 150g	Serniczek na zimno z truskawkami 150g	Serniczek na zimno z truskawkami 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 ( <b>mleko</b> )
KOLACJA	Polędwica sopočka 50g ser wędzony 40g kapusta pekińska z marchewką 50g sok wieloowocowy 200 ml	Polędwica sopočka 50g kapusta pekińska z zieleniną sok wieloowocowy 200 ml	Polędwica sopočka 50g kapusta pekińska z zieleniną sok wieloowocowy 200 ml	Polędwica sopočka 50g kapusta pekińska z 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 i cytryną	Masło 10g Herbata z/c z cytryną	Masło 10g Herbata z/c z cytryną	Masło 10g Herbata b/c z cytryną
<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				Serniczek na zimno z truskawkami 150g
Wartość odżywcza	<b>Energia 2431kcal tłuszcz 74g kw.tł.nasyc.34g białko 81g cukry 44g węglowodany 310g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2251kcal tłuszcz 70g kw.tł.nasyc.31g białko 79g cukry 38g węglowodany 286g sól 1,9g</b>	<b>Energia 2251kcal tłuszcz 70g kw.tł.nasyc.31g białko 79g cukry 38g węglowodany 286g sól 1,9g</b>	<b>Energia 1731kcal tłuszcz 68g kw.tł.nasyc.27g białko 70g cukry 24g węglowodany 245g sól 1,7g</b>



Środa 31.01.2024 r

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
<b>ŚNIADANIE</b>	Płatki ryżowe 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
	Sok warzywny 300 ml	Sok warzywny 300 ml	Sok warzywny 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 gorczyca,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
<b>II ŚNIADANIE</b>				Feta z pomidorem i szczypiorem 120g( <b>mleko</b> )
<b>OBIAD</b>	Zupa buraczkowa 350ml	Zupa buraczkowa 350ml	Zupa buraczkowa 350ml	Zupa buraczkowa 350ml
	Krokiety ziemniaczane 2 szt sos pieczarkowy	Ryż z jabłkiem i śmietaną z cynamonem	Ryż z jabłkiem i śmietaną z cynamonem	Ryż z jabłkiem i śmietaną z cynamonem
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Jogurt naturalny 100 ml ciastka(biszkopty)	Jogurt naturalny 100 ml ciastka (biszkopyt)	Jogurt naturalny 100 ml ciastka(biszkopty)	
<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>
<b>PODWIECZOREK</b>				mus owocowy 100g (6 posiłków )
<b>KOLACJA</b>	Salatka makaronowa z szynką groszkiem i tartym serem 180g mus owocowy 100g	Salatka makaronowa z szynką groszkiem i tartym serem 180g mus owocowy 100g	Szynka wędzona 40g polędwica sopočka40g pomidor mus owocowy 100g	Salatka makaronowa z szynką groszkiem i tartym serem 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 60g
	Masło 10g Herbata z/c banan 150 g	Masło 10g Herbata z/c banan 150 g	Masło 10g Herbata z/c banan 150g	Masło 10g Herbata b/c
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,jaja</b>
<b>II KOLACJA</b>				Kanapka z szynką i zielonym ogórkiem 1szt( <b>gluten,mleko</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2388 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.29g białko 77g cukry 36g węglowodany 298g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2250 kcal tłuszcz 75g kw.ł.nasyc.25g białko 69gcukry 43g węglowodany 280g sól 1,9g</b>	<b>Energia 2250 kcal tłuszcz 75g kw.ł.nasyc.25g białko 69gcukry 43g węglowodany 280g sól 1,9g</b>	<b>Energia 1584 kcal tłuszcz22gcukry 33g węglowodany 251g sól 2,0g</b>

Czwartek 01.02.2024 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 pomidor	Polędwica sopocka 50g ,ser żółty 30g pomidor	Polędwica sopocka 50g ,ser żółty 30g pomidor	Polędwica sopocka 50g pomidor
	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>
II ŚNIADANIE				Feta z zielonym ogórkiem 150g ( <b>mleko</b> )
OBIAD	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 350ml
	Serdelek 1szt w sosie musztardowym	Serdelek 1szt w sosie musztardowym	Filet z kurczaka pieczony w folii 120g	Serdelek 1 szt w sosie musztardowym
	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
	Sałatka owocowa 150g	Sałatka owocowa 150g	Sałatka owocowa 150g	Sałatka owocowa 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				Brzoskwinie z jogurtem 150g( <b>mleko</b> )
KOLACJA	Paszтет pieczony 50gkiełbasa szynkowa40g ogórek kiszony ,	Paszтет pieczony 50gkiełbasa szynkowa40g ogórek kiszony ,	Wędlina 60g sałata lodowa	Kiełbasa szynkowa 50g ogórek kiszony
	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 mus owocowy 100 g	Masło 10g Herbata z/c mus owocowy 100 g	Masło 10g Herbata z/c mus owocowy 100 g	Masło 10g Herbata b/c 250ml
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>
II KOLACJA				Twarożek z musem truskawkowym 100 g( <b>mleko</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2423 kcal tłuszcz 77g kw.ł.nasyc.39g białko 75g cukry 38g węglowodany 288g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2196 kcal tłuszcz 69g kw.ł.nasyc.31g białko 69gcukry 33g węglowodany 270g sól 1,9g</b>	<b>Energia 2196 kcal tłuszcz 69g kw.ł.nasyc.31g białko 69gcukry 33g węglowodany 270g sól 1,9g</b>	<b>Energia 1510 kcal tłuszcz 53g kw.ł.nasyc.29g białko 75gcukry 38g węglowodany 233g sól 1,8g</b>

