

Piątek 02.02.2024 r

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml
	Twaróg ze szczypiorkiem 50g ,miód 25g zielony ogórek i papryka súpki	Twaróg ze szczypiorkiem 50g ,miód 25g zielony ogórek i papryka súpki	Twaróg ze szczypiorkiem 50g ,miód 25g zielony ogórek i papryka súpki	Twaróg ze szczypiorkiem 50g ,zielony ogórek i papryka súpki
	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</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>
II ŚNIADANIE				Mus owocowy 100g
OBIAD	zupa ryżowa 350ml	zupa ryżowa 350ml	zupa ryżowa 350ml	zupa ryżowa 300ml
	ryba dorsz 100 g w sosie greckim 150g	ryba dorsz 100 g w sosie greckim 150g	ryba dorsz 100 g w sosie greckim 150g	ryba dorsz 100 g w sosie greckim 150g
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 1800g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,ryba</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
PODWIECZOREK				Kisiel z jabłkiem (6 posiłków)
KOLACJA	Ser żółty 40g szynka konserwowa 40g pomidor	Ser żółty 40g szynka konserwowa 40g	Szynka konserwowa 50g ser żółty 30g sałata lodowa z zieleniną	Szynka konserwowa 50g pomidor
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 40g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c z cytryną ciastka	Masło 10g Herbata z/c z cytryną ciastka	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				Budyń mleczny (mleko) 150g
Wartość odżywcza	<b>Energia 2471kcal tłuszcze 57g kw.tł.nasyc.34g białko 77g cukry 41g węglowodany 320g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2261kcal tłuszcze 55g kw.tł.nasyc.34g białko 75g cukry 39g węglowodany 300g sól 1,9g</b>	<b>Energia 2261kcal tłuszcze 55g kw.tł.nasyc.34g białko 75g cukry 39g węglowodany 300g sól 1,9g</b>	<b>Energia 1673kcal tłuszcze 57g kw.tł.nasyc.30g białko 77gcukry 30g węglowodany 275g sól 1,9g</b>

Sobota 03.02.2024 r

Sobota 03.02.2024 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 1szt ketchup saszetka ,ser topiony plastry 2 szt	Parówka 1szt ketchup saszetka ,ser topiony plastry 2 szt	Parówka 1szt ketchup saszetka ,ser topiony plastry 2 szt	Parówka 2szt ketchup saszetka
	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
	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 z/c 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko ,gorczyca,soja,seler</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II ŚNIADANIE				Sok warzywny 300 ml
OBIAD	Pomidorowa z ryżem 350ml	Pomidorowa z ryżem 350ml	Pomidorowa z ryżem 350ml	Pomidorowa z ryżem 300ml
	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 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 180 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,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>
PODWIECZOREK				Banan 150g ( 6 posiłków)
KOLACJA	Półdewic sopocka 50g ser wędzony 30g mandarynka 2 szt	Półdewic sopocka 50g ser wędzony 30g mandarynka 2 szt	Półdewic sopocka 50g ser wędzony 30g mandarynka 2 szt	Półdewic sopocka 50g mandarynka 2szt
	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	
<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 wędliną i papryką 1szt <b>(gorczyca,seler,gluten,mleko)</b>
Wartość odżywcza	<b>Energia 2422 kcal tłuszcz 80g kw.ł.nasyc.37g białko 77gcukry 44g węglowodany 278g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2000 kcal tłuszcz 71g kw.ł.nasyc.35g białko 73gcukry 40g węglowodany 260g sól 1,8g</b>	<b>Energia 2000 kcal tłuszcz 71g kw.ł.nasyc.35g białko 73gcukry 40g węglowodany 260g sól 1,8g</b>	<b>Energia 1710 kcal tłuszcz 60g kw.ł.nasyc.25g białko 70gcukry 41g węglowodany 240g sól 1,8g</b>

Niedziela 04.02.2024 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
	Ser żółty50g dżem25g sałata lodowa z zielenią	Ser żółty50g dżem25g sałata lodowa z zielenią	Ser żółty50g dżem25g sałata lodowa z zielenią	Ser żółty50g dżem25g sałata lodowa z zielenią
	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 naturalny 100ml	Jogurt naturalny 100ml	Jogurt naturalny 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 naturalny 100ml chrupki ( <b>mleko</b> )
OBİAD	Zupa koperkowa 350ml	Zupa koperkowa 350ml	Zupa koperkowa 350ml	Zupa koperkowa 300ml
	Pieczeń rzymska 100 g sos pomidorowy100g	Pieczeń rzymska 100 g sos pomidorowy100g	Pieczeń rzymska 100 g sos pomidorowy100g	Pieczeń rzymska 100 g sos pomidorowy100g
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 180g
	Fasolka szparagowa z masłem i bułką150g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką150g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką150g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Herbatniki 50g	Herbatniki 50g	Herbatniki 50g	
<b><i>Alergeny</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>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i></b>
PODWIECZOREK				Mus owocowy 100g ( <b>6 posiłków</b> )
KOLACJA	Szynka konserwowa 50g ser topiony kostka 1 szt	Szynka konserwowa 50g ser topiony kostka 1 szt	Szynka konserwowa 50g ser topiony kostka 1 szt	Szynka konserwowa 50g ser topiony kostka 1 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 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
<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,</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</i></b>
II KOLACJA				Kisiel z truskawkami 150 ml
Wartość odżywcza	<b><i>Energia 2418 kcal tłuszcz 79g kw.tł.nasyc.44g białko 73g cukry 36g węglowodany 268g sól 2,0g</i></b>	<b><i>Energia 2108 kcal tłuszcz 70g kw.tł.nasyc.40g białko 69gcukry 34g węglowodany 248g sól 1,9g</i></b>	<b><i>Energia 2108 kcal tłuszcz 70g kw.tł.nasyc.40g białko 69gcukry 34g węglowodany 248g sól 1,9g</i></b>	<b><i>Energia 1708 kcal tłuszcz 55g kw.tł.nasyc.34g białko 65gcukry 31g węglowodany 218g sól 1,8g</i></b>

Poniedziałek 05.02.2024 r

Poniedziałek 05.02.2024 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	
	Jajko 2 połówki ze szczypiorem ser topiony plastry 2 szt zielony ogórek	Jajko 2 połówki ze szczypiorem ,ser topiony plastry 2 szt zielony ogórek	Wędlina 50 g,ser topiony plastry 2 szt sałata lodowa zielony ogórek	Jajko 2 połówki ze szczypiorem ,ser topiony plastry 2 szt 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	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,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II ŚNIADANIE				jogurt naturalny 100 ml banan150g ( <b>mleko</b> )
OBIAD	Kasza manna na rosole 350ml	Kasza manna na rosole 350ml	Kasza manna na rosole 350ml	Kasza manna na rosole 300ml
	Kurczak pieczony 250g	Kurczak gotowany 250g	Kurczak gotowany 250g	Kurczak gotowany 250g
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 180g
	Brokuł z bułką i masłem 150g	Brokuł z bułką i masłem 150g	Brokuł z bułką i masłem 150g	Brokuł z bułką i masłem 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Sok owocowy 200 ml ciastka	Sok owocowy 200 ml ciastka	Sok owocowy 200 ml ciastka	
<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	Szynka mielona 40g ser żółty 40g pomidor	Szynka mielona 40g ser żółty 40g pomidor	Szynka mielona 60g pomidor	Szynka mielona 50g pomidorek
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g kisiel z jabłkiem 150g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g kisiel z jabłkiem	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g kisiel z jabłkiem	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 szynką i sałatą 1szt( <b>mleko,gluten,seler,gorczyca</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2318 kcal tłuszcz 89g kw.ł.nasyc.41g białko 89g cukry 50g węglowodany 298g sól 2,7g</b>	<b>Energia 2018 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.36g białko 79gcukry 44g węglowodany 278g sól 2,6g</b>	<b>Energia 2018 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.36g białko 79gcukry 44g węglowodany 278g sól 2,6g</b>	<b>Energia 1628 kcal tłuszcz 59g kw.ł.nasyc.30g białko 70gcukry 42g węglowodany 255g sól 2,0g</b>

Wtorek 06.02.2024 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
	wędlina 50g miód 25 g zielony ogórek	Wędlina 50g miód 25 g zielony ogórek	Wędlina 50g miód 25 g zielony ogórek	Wędlina 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 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><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>
II ŚNIADANIE				Jogurt z ananasem 150g 6 posiłków( <b>mleko</b> )
OBIAD	Kapuśniak z kiszonej kapusty 350ml	Ziemniaczana z z fasolka szparagową 350 ml	Ziemniaczana z z fasolka szparagową 350 ml	Ziemniaczana z z fasolka szparagową 300 ml
	Naleśniki z twarogiem 2 szt	Makaron z twarogiem 250g	Makaron z twarogiem 250g	Makaron z twarogiem 250g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Kisiel z jabłkiem 150g	Kisiel z jabłkiem 150g	Kisiel z jabłkiem 150g	
<b><i>Alergeny</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</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				Kisiel z jabłkiem 150g
KOLACJA	Salatka jarzynowa 180g szynka wędzona 40g	Salatka jarzynowa 180g szynka wędzona 40g	wędlina 50g pomidor 50g	Salatka jarzynowa 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 250ml sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Masło 10g Herbata z/c 250 ml sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Masło 10g Herbata z/c sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Masło 10g Herbata b/c 250ml
<b><i>Alergeny:</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>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i></b>
II KOLACJA				Kanapka z mozzarellą i sałata lodową 1szt <b>(gluten,jaja,mleko)</b>
Wartość odżywcza	<b><i>Energia 2313 kcal tłuszcz 88g kw.tł.nasyc.40g białko 83g cukry 44g węglowodany 288g sól 2,0g</i></b>	<b><i>Energia 2015 kcal tłuszcz 78g kw.tł.nasyc.37g białko 70gcukry 38g węglowodany 260g sól 1,9g</i></b>	<b><i>Energia 2015 kcal tłuszcz 78g kw.tł.nasyc.37g białko 70gcukry 38g węglowodany 260g sól 1,9g</i></b>	<b><i>Energia 1577 kcal tłuszcz 69g kw.tł.nasyc.30g białko 78gcukry 38g węglowodany 251g sól 2,1g</i></b>

Środa 07.02.2024 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
	Ser żółty 50g szynka drobiowa 40g pomidor	Ser żółty 50g szynka drobiowa 40g pomidor	Ser żółty 50g szynka drobiowa 40g 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
	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	
	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 gorczyca,seler</b>
II ŚNIADANIE				Mus owocowy 100 g
OBIAD	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 300ml
	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 150g
	Salatka z kiszzonego ogórka i papryki 150g	Kalafior z bułką i masłem 150g	Kalafior z bułką i masłem 150g	Kalafior z bułką i masłem 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Herbatniki 50g	Herbatniki 50g	Herbatniki 50g	
<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 czekoladowy 150g( <b>mleko</b> ) <b>6 posiłków</b>
KOLACJA	Pasta z jaja i szynki 50g ser topiony kostka 1 szt kapusta pekińska z zielonym ogórkiem i kukurydzą	Pasta z jaja i szynki 50g ser topiony kostka 1 szt kapusta pekińska z zielonym ogórkiem i kukurydzą	Pasta z jaja i szynki 50g ser topiony kostka 1 szt kapusta pekińska z zielonym ogórkiem i kukurydzą	Pasta z jaja i szynki 50g kapusta pekińska z zielonym ogórkiem i kukurydzą
	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 mandarynki 2szt
	Masło 10g Herbata z/c 250ml mandarynki 2szt	Masło 10g Herbata z/c 250ml mandarynki 2szt	Masło 10g Herbata z/c 250ml mandarynki 2szt	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,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Kanapka z tuńczykiem i kisz.ogórkiem 1szt ( <b>gluten,mleko,ryba</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2243 kcal tłuszcz 81g kw.tł.nasyc.36g białko 75g cukry 42g węglowodany 260g sól 1,9g</b>	<b>Energia 2000 kcal tłuszcz 78g kw.tł.nasyc.32g białko 70g cukry 40g węglowodany 242g sól 1,8g</b>	<b>Energia 2000 kcal tłuszcz 78g kw.tł.nasyc.32g białko 70g cukry 40g węglowodany 242g sól 1,8g</b>	<b>Energia 1670 kcal tłuszcz 70g kw.tł.nasyc.28g białko 72g cukry 37g węglowodany 240g sól 1,7g</b>

Czwartek 08.02.2024 r

Czwartek 08.02.2024 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
	Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50g pomidor dżem 25g	Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50g pomidor dżem 25g	Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50g pomidor dżem 25g	Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50g pomidor dżem 25g
	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
	Banan 150g	Banan 150g	Banan 150g	
	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 gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>
II ŚNIADANIE				Kisiel z jabłkiem 180g
OBIAD	Żurek z kielbasą 350ml	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 300ml
	Gulasz drobiowy 250ml	Gulasz drobiowy 250ml	Gulasz drobiowy 250ml	Gulasz drobiowy 250ml
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	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
	Galaretka jogurtowa 150g	Galaretka jogurtowa 150g	Galaretka jogurtowa 150g	
<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				Sałata z feta i pomidorem 150g(mleko) 6 posiłków
KOLACJA	Paszтетowa 50g ser topiony plastry 2szt papryka konserwowa	Wędlina 50g ser topiony plastry 2 szt sałata lodowa z zieleńią sok owocowy 200 ml	Wędlina 50g ser topiony plastry 2 szt sałata lodowa z zieleńią sok owocowy 200 ml	Wędlina 50g ser topiony plastry 2 szt sałata lodowa z zieleńią
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g sok owocowy 200 ml ciastka	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g sok owocowy 200 ml ciastka	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g sok owocowy 200 ml ciastka	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c 250ml	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	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				Galaretka jogurtowa 150g
Wartość odżywcza	<b>Energia 2413 kcal tłuszcz 79g kw.tł.nasyc.41g białko 73g cukry 46g węglowodany 298g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2156 kcal tłuszcz 70g kw.tł.nasyc.38g białko 70gcukry 43g węglowodany 280g sól 1,9g</b>	<b>Energia 2156 kcal tłuszcz 70g kw.tł.nasyc.38g białko 70gcukry 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>

Piątek 09.02.2024 r

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
<b>ŚNIADANIE</b>	Zacierka na mleku 300ml	Zacierka na mleku 300ml	Zacierka na mleku 300ml	Zacierka na mleku 300ml
	Parówka 1 szt ketchup saszetka 1szt ser wędzony 40g zielony ogórek	Parówka 1 szt ketchup saszetka 1szt ser wędzony 40g zielony ogórek	Parówka 1 szt ketchup saszetka 1szt ser wędzony 40g zielony ogórek	Parówka 1 szt ketchup saszetka 2szt zielony ogórek
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni b/ziaren40g	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
<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>
<b>II ŚNIADANIE</b>				Sok marchwiowo -bananowy 300 ml
<b>OBIAD</b>	Barszcz czerwony 350ml	Barszcz czerwony 350ml	Barszcz czerwony 350ml	Barszcz czerwony 300ml
	Kopytka z boczkiem i cebulką 300 g	Kopytka z masłem 300 g	Kopytka z masłem 300 g	Kopytka z masłem 300 g
	Surówka z kiszanej kapusty 150g	Kapusta pekińska z marchewka 150g	Kapusta pekińska z marchewka 150g	Kapusta pekińska z marchewka 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Drożdżówka 120g	Drożdżówka 120g	Drożdżówka 120g	
<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>
<b>PODWIECZOREK</b>				Mus z brzoskwini z cynamonem
<b>KOLACJA</b>	Sałatka ryżowa z tuńczykiem,groszkiem ,kukurydzą i papryką	Sałatka ryżowa z tuńczykiem,groszkiem ,kukurydzą i papryką	Wędlina 60g pomidor z sałata	Sałatka ryżowa z tuńczykiem,groszkiem ,kukurydzą i papryką
	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 b/ziaren 60g
	Masło 10g Herbata z/c mandarynki 2 szt	Masło 10g Herbata z/c mandarynki 2szt	Masło 10g Herbata z/c mandarynki 2 szt	Masło 10g Herbata b/c mandarynki 2 szt
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,ryba,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,ryba,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,ryba,jaja</b>
<b>II KOLACJA</b>				Drożdżówka 120g
<b>Wartość odżywcza</b>	<b>Energia 2411kcal tłuszcze 77g kw.tł.nasyc.38g białko 68g cukry 34g węglowodany 340g sól 2,4g</b>	<b>Energia 2201kcal tłuszcze 70g kw.tł.nasyc.34g białko 60g cukry 30g węglowodany 300g sól 2,3g</b>	<b>Energia 2201kcal tłuszcze 70g kw.tł.nasyc.34g białko 60g cukry 30g węglowodany 300g sól 2,3g</b>	<b>Energia 1821kcal tłuszcze 65g kw.tł.nasyc.29g białko 59g cukry 28g węglowodany 285g sól 2,0g</b>



Sobota 10.02.2024 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 ser topiony kostka 1szt pomidor	Pasta z jaja 50g ser topiony kostka 1szt pomidor	Wędlina 60g pomidor	Pasta z jaja 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
	Jabłko pieczone 80g	jabłko pieczone 80g	jabłko pieczone 80g	
	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,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II ŚNIADANIE				jabłko pieczone 80g
OBIAD	Kasza jaglana na rosole 350ml	Kasza jaglana na rosole 350ml	Kasza jaglana na rosole 350ml	Kasza jaglana na rosole 350ml
	Potrąwka z kurczaka z warzywami 300 ml	Potrąwka z kurczaka z warzywami 300 ml	Potrąwka z kurczaka z warzywami 300 ml	Potrąwka 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
	Ciastka jogurt naturalny 100 ml	Ciastka jogurt naturalny 100 g	Ciastka jogurt naturalny 100 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				Jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ) chrupki kukurydziane
KOLACJA	połędwica z warzywami 40g szynka drobiowa 40g sok warzywny 300 ml	połędwica z warzywami 40g szynka drobiowa 40g sok warzywny 300 ml	połędwica z warzywami 40g szynka drobiowa 40g sok warzywny 300 ml	szynka drobiowa 50g 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 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				Feta z zielonym ogórkiem i szczypiorem 120g( <b>mleko</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2410 kcal tłuszcz 78g kw.ł.nasyc.40g białko 78g cukry 49g węglowodany 298g sól 2,1g</b>	<b>Energia 2330 kcal tłuszcz 75g kw.ł.nasyc.35g białko 76g cukry 44g węglowodany 280g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2330 kcal tłuszcz 75g kw.ł.nasyc.35g białko 76g cukry 44g węglowodany 280g sól 2,0g</b>	<b>Energia 1710 kcal tłuszcz 60g kw.ł.nasyc.25g białko 78g cukry 41g węglowodany 240g sól 1,8g</b>

--

Niedziela 11.02.2024 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
	Poledwica sopocka 50g dżem 25g sałata lodowa z pomidorem i szczypiorem	Poledwica sopocka 50g dżem 25g sałata lodowa z pomidorem i szczypiorem	Poledwica sopocka 50g dżem 25g sałata lodowa z pomidorem i szczypiorem	Poledwica sopocka 50g sałata lodowa z pomidorem i 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
	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	
	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				Mus owocowy 100g
OBIAŁ	Zupa krupnik z ziemniakami 350ml	Zupa krupnik z ziemniakami 350ml	Zupa krupnik z ziemniakami 350ml	Zupa krupnik z ziemniakami 350ml
	Zraz mielony 100 g sos pomidorowy	Zraz mielony 100 g sos pomidorowy	Zraz mielony 100 g sos pomidorowy	Zraz mielony 100 g sos pomidorowy
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Banan 150g	Banan 150g	banan150g	
<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 posiłek)
KOLACJA	Szynka drobiowa 50g ser topiony plastry 2 szt ogórek kiszony	Szynka drobiowa 50g ser topiony plastry 2 szt ogórek kiszony	Szynka drobiowa 50g ser topiony plastry 2 szt ogórek kiszony	Szynka drobiowa 50g 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 sok marchwiowo-bananowy 300ml	Masło 10g Herbata z/c sok marchwiowo-bananowy 300ml	Masło 10g Herbata z/c sok marchwiowo-bananowy 300ml	Masło 10g Herbata b/c
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,ryba</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja,jaja</b>
II KOLACJA				Budyń mleczny 150ml ( <i>mleko</i> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2308 kcal tłuszcz 89g kw.tł.nasyc.43g białko 83g cukry 46g węglowodany 298g sól 2,3g</b>	<b>Energia 2108 kcal tłuszcz 79g kw.tł.nasyc.40g białko 80gcukry 44g węglowodany 288g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2108 kcal tłuszcz 79g kw.tł.nasyc.40g białko 80gcukry 44g węglowodany 288g sól2,0</b>	<b>Energia 1698 kcal tłuszcz 60g kw.tł.nasyc.38g białko 77gcukry 41g węglowodany 258g sól 2,1g</b>