

Środa 13.03.2024 r

Środa 13.03.2024 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
	Pasta z twarogu 50g,miód 25g pomidor	Pasta z twarogu 50g,miód 25g pomidor	Pasta z twarogu 50g,miód 25g pomidor	Pasta z twarogu 50g, pomidor
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
Alergeny	gluten,mleko	gluten,mleko gorczyca,	gluten,mleko gorczyca	gluten,mleko gorczyca,
II ŚNIADANIE				Budyń mleczny 150g(mleko)
OBIAD	zupa grochowa 350ml	Zupa ryżowa 350ml	Zupa ryżowa 350ml	Zupa ryżowa 300ml
	Wątróbka z indyka duszona z cebulką 180 g	Wątróbka z indyka duszona 180 g	Wątróbka z indyka duszona 180 g	Wątróbka z indyka duszona 180 g
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Surówka z kiszanej kapusty 150g	Surówka z marchewki i jabłka 150g	Surówka z marchewki i jabłka 150g	Surówka z marchewki i jabłka 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				Mus z brzoskwini z cynamonem (6 posiłek)
KOLACJA	Szynka drobiowa 50g ser żółty 40g sałata lodowa z zielenią	Szynka drobiowa 50g ser żółty 40g sałata lodowa z zielenią	Szynka drobiowa 50g ser żółty 40g sałata lodowa z zielenią	Szynka drobiowa 50g 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 Herbata z/c mus owocowy 100 g	Masło 10g Herbata z/c mus owocowy 100g	Masło 10g Herbata z/c mus owocowy 100g	Masło 10g Herbata b/c
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja
II KOLACJA				Kanapka z serem i ogórkiem(gluten,mleko) 1szt
Wartość odżywcza	Energia 2431kcal tłuszcze 87g kw.tł.nasyc.38g białko 98g cukry 39g węglowodany 300g sól 2,6g	Energia 2221kcal tłuszcze 82g kw.tł.nasyc.34g białko 87g cukry 35g węglowodany 280g sól 2,4g	Energia 2221kcal tłuszcze 82g kw.tł.nasyc.34g białko 87gcukry 35g węglowodany 280g sól 2,4g	Energia 2721kcal tłuszcze 78g kw.tł.nasyc.30g białko 80g cukry 29g węglowodany 275g sól 2,0g

Czwartek 14.03.2024 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 jaja i wędliny 50g dżem 25g zielony ogórek	Pasta jaja i wędliny 50g dżem 25g zielony ogórek	Pasta jaja i wędliny 50g dżem 25g zielony ogórek	Pasta jaja i wędliny 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
	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
	Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II ŚNIADANIE				Sok warzywny 300ml(seler)
OBIAD	Kapuśniak ze słodkiej kapusty z pomidorami i zacierką 350ml	Kapuśniak ze słodkiej kapusty z pomidorami i zacierką 350ml	Kapuśniak ze słodkiej kapusty z pomidorami i zacierką 350ml	Kapuśniak ze słodkiej kapusty z pomidorami i zacierką 300ml
	Kurczak pieczony 200g	Kurczak gotowany 200g	Kurczak gotowany 200g	Kurczak gotowany 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
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Banan 150g	Banan 150g	Banan 150g	
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
PODWIECZOREK				Banan 150g (6 posiłków)
KOLACJA	Polędwica z warzywami 50g szynka drobiowa 40g pomidor	Polędwica z warzywami 50g szynka drobiowa 40g pomidor	Polędwica z warzywami 50g szynka drobiowa 40g pomidor	Polędwica z warzywami 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 kisiel z jabłkiem 150g	Masło 10g Herbata z/c kisiel z jabłkiem 150g	Masło 10g Herbata z/c kisiel z jabłkiem 150g	Masło 10g Herbata b/c
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Kisiel z jabłkiem 150g
Wartość odżywcza	Energia 2210 kcal tłuszcz 88g kw.ł.nasyc.38g białko 88g cukry 48g węglowodany 288g sól 2,2g	Energia 2100 kcal tłuszcz 80g kw.ł.nasyc.35g białko 86g cukry 44g węglowodany 280g sól 2,1g	Energia 2100 kcal tłuszcz 80g kw.ł.nasyc.35g białko 86g cukry 44g węglowodany 280g sól 2,1g	Energia 1710 kcal tłuszcz 60g kw.ł.nasyc.25g białko 80g cukry 41g węglowodany 240g sól 2,0g

Piątek 15.03.2024 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 40g jajko 2 połówki ze szczypiorem	Ser żółty 40g jajko 2 połówki ze szczypiorem	Ser żółty 40g jajko 2 połówki ze szczypiorem	jajko 2 połówki 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
	Mus owocowy 100 g	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
	Alergeny	gluten,mleko	gluten,mleko gorczyca,seler,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja
II ŚNIADANIE				Jogurt naturalny 100ml (mleko)
OBIAD	zupa z fasolki szparagowej 350ml	zupa z fasolki szparagowej 350ml	zupa z fasolki szparagowej 350ml	zupa z fasolki szparagowej 300ml
	Ryż z jabłkiem ze śmietaną i cynamonem	Ryż z jabłkiem ze śmietaną i cynamonem	Ryż z jabłkiem ze śmietaną i cynamonem	Ryż z jabłkiem ze śmietaną i cynamonem
	Drożdżówka z kruszonką 1szt	Drożdżówka z kruszonką 1szt	Drożdżówka z kruszonką 1szt	Drożdżówka z kruszonką 1szt b/cukru
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK				Sok marchwiowo-bananowy (6 posiłków)
KOLACJA	Pasta z twarogu z pomidorami,ser topiony plastry 2 szt pomidor	Pasta z twarogu z pomidorami,ser topiony plastry 2 szt pomidor	Pasta z twarogu z pomidorami,ser topiony plastry 2 szt pomidor	Pasta z twarogu z pomidorami 50gpomidor
	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	gluten,mleko	gluten,mleko	gluten,mleko gorczyca,
II KOLACJA				Budyń mleczny 150ml (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

--

sobota 16.03.2024 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
	parówka 2szt ketchup saszetka 1szt dżem 25g	parówka 2szt ketchup saszetka 1szt dżem 25g	parówka 2szt ketchup saszetka 1szt dżem 25g	parówka 2szt 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
	jabłko pieczone z cynamonem 80g	jabłko pieczone z cynamonem 80g	jabłko pieczone z cynamonem 80g	
	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				jabłko pieczone z cynamonem 80g
OBIAD	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 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 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
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK				jogurt naturalny 100 ml chrupki
KOLACJA	Paszтетowa 50g szynka konserwowa 40g ogórek kiszony	Paszтетowa 50g szynka konserwowa 40g ogórek kiszony	Paszтетowa 50g szynka konserwowa 40g ogórek kiszony	szynka konserwowa 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 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		Herbata b/c
II KOLACJA				Mus owocowy 100g
Wartość odżywcza	Energia 2318 kcal tłuszcz 89g kw.tł.nasyc.41g białko 89g cukry 50g węglowodany 298g sól 2,7g	Energia 2018 kcal tłuszcz 79g kw.tł.nasyc.36g białko 79gcukry 44g węglowodany 278g sól 2,6g	Energia 2018 kcal tłuszcz 79g kw.tł.nasyc.36g białko 79gcukry 44g węglowodany 278g sól 2,6g	Energia 1628 kcal tłuszcz 59g kw.tł.nasyc.30g białko 70gcukry 42g węglowodany 255g sól 2,0g

Niedziela 17.03.2024 r

Niedziela 17.03.2024 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Płatki ryżowe na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml
	Poledwica z warzywami 50g ser topiony plastry 2 szt	Poledwica z warzywami 50g ser topiony plastry 2 szt	Poledwica z warzywami 50g ser topiony plastry 2 szt	Poledwica z warzywami 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 warzywny 300ml	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	gluten,mleko gorczyca,seler
II ŚNIADANIE				Kisiel z jabłkiem
OBIAD	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 300ml
	Gulasz wieprzowy 200 g	Gulasz wieprzowy 200 g	Gulasz wieprzowy 200 g	Gulasz wieprzowy 200 g
	Kasza gryczana 100 g	Kasza gryczana 100 g	Kasza gryczana 100 g	Kasza gryczana 100 g
	Buraki 180g	Buraki 180g	Buraki 180g	Buraki 180g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Jabłko 1szt	Jabłko 1szt	Jabłko 1szt	
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK				Banan z jogurtem 150g
KOLACJA	Szynka konserwowa 50g ser żółty 40g pomidor	Szynka konserwowa 50g ser żółty 40g pomidor	Szynka konserwowa 50g ser żółty 40g pomidor	Szynka konserwowa 50g pomidor
	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 herbatniki 50g	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				Budyń czekoladowy 150g (mleko)
Wartość odżywcza	Energia 2400 kcal tłuszcz 89g kw.tł.nasyc.41g białko 86g cukry 46g węglowodany 298g sól 2,3g	Energia 2105 kcal tłuszcz 76g kw.tł.nasyc.33g białko 79gcukry 40g węglowodany 285g sól 2,2g	Energia 2105 kcal tłuszcz 76g kw.tł.nasyc.33g białko 79gcukry 40g węglowodany 285g sól 2,2g	Energia 1697 kcal tłuszcz 69g kw.tł.nasyc.30g białko 78gcukry 38g węglowodany 251g sól 2,1g

Poniedziałek 18.03.2024 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
	Twaróg 50g miód 25g zielony ogórek	Twaróg 50g miód 25g zielony ogórek	Twaróg 50g miód 25g zielony ogórek	Twaróg 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
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II ŚNIADANIE				Jogurt naturalny 100 ml(mleko)
OBIAD	Barszcz czerwony 350ml	Barszcz czerwony 350ml	Barszcz czerwony 350ml	Barszcz czerwony 300ml
	Zraz mielony 100g w sosie pomidorowym	Zraz mielony 100g w sosie pomidorowym	Zraz mielony 100g w sosie pomidorowym	Zraz mielony 100g w sosie pomidorowym
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 180g	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 180g	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 180g	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 180g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Banan 150g	Banan 150g	Banan 150g	
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
PODWIECZOREK				Banan 150g (6 posiłków)
KOLACJA	Salceson biały 50g polędwica sopocka 40g sok pomidorowy 300 ml	Salceson biały 50g polędwica sopocka 40g sok pomidorowy 300 ml	Salceson biały 50g polędwica sopocka 40g sok pomidorowy 300 ml	polędwica sopocka 50g sok pomidorowy 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 250ml	Masło 10g Herbata z/c 250ml	Masło 10g Herbata z/c 250ml	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				Sałata z fetą i pomidorem, oliwa z oliwek i słonecznik
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

Wtorek 19.03.2024 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
	Wędlina 50g ser topiony plastry 2 szt pomidor	Wędlina 50g ser topiony plastry 2 szt pomidor	Wędlina 50g ser topiony plastry 2 szt pomidor	Wędlina 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 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Sok owocowy 200 ml	Sok owocowy 200 ml	Sok owocowy 200 ml	Sok owocowy 200 ml
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
	Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
II ŚNIADANIE				Kisiel z jabłkiem 150g
OBIAD	Zupa z fasolki szparagowej 350ml	Zupa z fasolki szparagowej 350ml	Zupa z fasolki szparagowej 350ml	Zupa z fasolki szparagowej 300ml
	Łazanka z kapustą kiszoną i pieczarkami 300 g	Makaron z twarogiem 300g	Makaron z twarogiem 300g	Makaron z twarogiem 300g
	Galaretka owocowa 150g	Galaretka owocowa 150g	Galaretka owocowa 150g	
	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				
KOLACJA	Polędwica sopocka 50g ser żółty 40g sałata lodowa z ziel.ogórkiem i zieleniną	Polędwica sopocka 50g ser żółty 40g sałata lodowa z ziel.ogórkiem i zieleniną	Polędwica sopocka 50g ser żółty 40g sałata lodowa z ziel.ogórkiem i zieleniną	Polędwica sopocka 50g sałata lodowa z ziel.ogórkiem i zieleniną
	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 mus owocowy 100 g	Masło 10g Herbata z/c mus owocowy 100g	Masło 10g Herbata z/c mus owocowy 100g	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 serem 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 84gcukry 43g węglowodany 280g sól 1,9g	Energia 1670 kcal tłuszcz 50g kw.tł.nasyc.31g białko 72gcukry 40g węglowodany 240g sól 1,9g

Środa 20.03.2024 r

Środa 20.03.2024 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml	Kasza kukurydziana na mleku 300ml	Kasza kukurydziana na mleku 300ml	Kasza kukurydziana na mleku 300ml
	Parówka 2 szt ketchup saszetka 1szt ser topiony 1szt	Parówka 2 szt ketchup saszetka 1szt ser topiony 1szt	Parówka 2 szt ketchup saszetka 1szt miód 1szt	Parówka 2 szt 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
	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	gluten,mleko gorczyca,seler
II ŚNIADANIE				Sok warzywny 300ml
OBIAD	Pomidorowa z ryżem 350ml	Pomidorowa z ryżem 350ml	Pomidorowa z ryżem 350ml	Pomidorowa z ryżem 300ml
	Rolada drobiowa 120g,sos potrawkowy	Rolada drobiowa 120g,sos potrawkowy	Rolada drobiowa 120g,sos potrawkowy	Rolada drobiowa 120g,sos potrawkowy
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Marchewka z groszkiem 180g	Marchewka z groszkiem 150g	Marchewka z groszkiem 150g	Marchewka z groszkiem 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Kisiel truskawkowy 150g	Kisiel truskawkowy 150g	Kisiel truskawkowy 150g	
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
PODWIECZOREK				Kisiel truskawkowy 150g (6 posiłków)
KOLACJA	Szynka wędzona 50g pasztetowa 40g buraczki z jabłkiem 150g	Szynka wędzona 50g pasztetowa 40g buraczki z jabłkiem 150g	Szynka wędzona 50g pasztetowa 40g buraczki z jabłkiem 150g	Szynka wędzona 50g buraczki z jabłkiem 150g
	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	Masło 10g Herbata z/c galaretka owocowa 150g	Masło 10g Herbata z/c galaretka owocowa 150g	Masło 10g Herbata b/c
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Kanapka z jajkiem i sałatą 1szt (gluten,mleko,jaja)
Wartość odżywcza	Energia 2378 kcal tłuszcz 79g kw.tł.nasyc.39g białko 79g cukry 40g węglowodany 287g sól 2,3g	Energia 2128 kcal tłuszcz 75g kw.tł.nasyc.34g białko 70gcukry 36g węglowodany 258g sól 2,2g	Energia 2128 kcal tłuszcz 75g kw.tł.nasyc.34g białko 70gcukry 36g węglowodany 258g sól 2,2g	Energia 1738 kcal tłuszcz 59g kw.tł.nasyc.30g białko 70gcukry 42g węglowodany 255g sól 2,0g

Czwartek 21.03.2024 r

Czwartek 21.03.2024 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
	Szynka drobiowa 50g dżem 25 g sałata lodowa z zieleniną	Szynka drobiowa 50g dżem 25 g sałata lodowa z zieleniną	Szynka drobiowa 50g dżem 25 g sałata lodowa z zieleniną	Szynka drobiowa 50g sałata lodowa z 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
	Mus owocowy 100 g	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 z/c 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
II ŚNIADANIE				Mus owocowy 100 g
OBIAD	Zupa kalafiorowa 350ml	Zupa kalafiorowa 350ml	Zupa kalafiorowa 350ml	Zupa kalafiorowa 300ml
	Schab duszony 100g sos potrawkowy	Schab duszony 100g sos potrawkowy	Schab duszony 100g sos potrawkowy	Schab duszony 100g sos potrawkowy
	Kasza jęczmienna 100g	Kasza jęczmienna 100g	Kasza jęczmienna 100g	Kasza jęczmienna 100g
	Salatka z kiszzonego ogórka i cebulki	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 180g	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 180g	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 180g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Ciastka	ciastka	ciastka	
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,ryba	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,ryba	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,ryba
PODWIECZOREK				Jogurt naturalny chrupki (6 posiłków)
KOLACJA	Polędwica z warzywami 50g szynka mielona 40g pomidor	Polędwica z warzywami 50g szynka mielona 40g pomidor	Polędwica z warzywami 50g szynka mielona 40g pomidor	Polędwica z warzywami 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 banan 150g	Masło 10g Herbata z/c banan 150g	Masło 10g Herbata z/c banan 150g	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				Płatki owsiane z bananem i jogurtem ,cynamon 150g(mleko , gluten)
Wartość odżywcza	Energia 2313 kcal tłuszcz 81g kw.ł.nasyc.40g białko 85g cukry 45g węglowodany 298g sól 2,0g	Energia 2156 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.38g białko 84gcukry 43g węglowodany 280g sól 1,9g	Energia 2156 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.38g białko 84gcukry 43g węglowodany 280g sól 1,9g	Energia 1670 kcal tłuszcz 50g kw.ł.nasyc.31g białko 72gcukry 40g węglowodany 240g sól 1,9g

Piątek 22.03.2024r

Piątek 22.03.2024r				
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 miód 25g zielony ogórek	Twaróg ze szczypiorkiem 50g dżem 25g zielony ogórek	Twaróg 50g dżem 25g zielony ogórek	Twaróg ze szczypiorkiem 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 b/c 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II ŚNIADANIE				Budyń czekoladowy 150g (<i>mleko</i>)
OBIAD	Barszcz czerwony 350 ml	Barszcz czerwony 350 ml	Barszcz czerwony 350 ml	Barszcz czerwony 350 ml
	Ryba dorsz 100 g w sosie greckim 200 g	Ryba dorsz 100 g w sosie greckim 200 g	Ryba dorsz 100 gw sosie greckim 200 g	Ryba dorsz 100g w sosie greckim 200 g
	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 180g
	Jabłko pieczone z cynamonem 1szt	jabłko pieczone z cynamonem 1szt	jabłko pieczone z cynamonem 1szt	
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,ryba	gluten,mleko gorczyca,seler,ryba	gluten,mleko gorczyca,seler,ryba	gluten,mleko gorczyca,seler,ryba
PODWIECZOREK				jabłko pieczone z cynamonem 1szt(<i>6 posiłków</i>)
KOLACJA	Salatka ziemniaczana z zielonym groszkiem i kukurydzą,kiszonym ogórkiem i jajkiem 150 g sok owocowy 200 ml ciastka	Salatka ziemniaczana z zielonym groszkiem i kukurydzą,kiszonym ogórkiem i jajkiem 150 g sok owocowy 200 ml ciastka	Szynka drobiowa 50g sok owocowy 200 ml ciastka	Salatka ziemniaczana z zielonym groszkiem i kukurydzą,kiszonym ogórkiem i jajkiem 150 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	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				Feta z sałata i pomidorem 150g (<i>mleko</i>)
Wartość odżywcza	Energia 2310 kcal tłuszcz 89g kw.tł.nasyc.41g białko 86g cukry 46g węglowodany 298g sól 2,3g	Energia 2005 kcal tłuszcz 76g kw.tł.nasyc.33g białko 79gcukry 40g węglowodany 285g sól 2,2g	Energia 2005 kcal tłuszcz 76g kw.tł.nasyc.33g białko 79gcukry 40g węglowodany 285g sól 2,2g	Energia 1577 kcal tłuszcz 69g kw.tł.nasyc.30g białko 78gcukry 38g węglowodany 251g sól 2,1g

