

Sobota 25.01.2025 r

Sobota 25.01.2025 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Kasza mana na mleku 300ml	Kasza mana na mleku 300ml	Kasza mana na mleku 300ml	Kasza mana na mleku 300ml
	Kiełbasa szynkowa 50 g ser żółty 40 g pomidor	Kiełbasa szynkowa 50 g ser żółty 40 g pomidor	Kiełbasa szynkowa 50 g ser żółty 40 g pomidor	Kiełbasa szynkowa 50 g 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 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</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>
II ŚNIADANIE				Budyń czekoladowy 150g
OBIAD	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 300ml
	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 200g	Ziemniaki 200g	Ziemniaki 200g	Ziemniaki 180g
	Mandarynki 2 szt	Mandarynki 2szt	Mandarynki 2 szt	
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
PODWIECZOREK				Sok pomidorowy 300 ml 6 posiłków
KOLACJA	szynka drobiowa 50g salceson biały 40 g zielony ogórek	szynka drobiowa 50g salceson biały 40 g zielony ogórek	szynka drobiowa 50g szynka wędzona 40 g 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 Herbata z/c sok z buraka 300 ml	Masło 10g Herbata z/c sok z buraka 300 ml	Masło 10g Herbata z/c sok z buraka 300 ml	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				Jogurt naturalny 180g chrupki ( <b>mleko</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2244kcal tłuszcze 59g kw.tł.nasyc.24g białko 69g cukry 38g węglowodany 315g sól 2,1g</b>	<b>Energia 2200kcal tłuszcze 54g kw.tł.nasyc.23 g białko 66g cukry 36g węglowodany 290g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2200kcal tłuszcze 54g kw.tł.nasyc.23 g białko 66g cukry 36g węglowodany 290g sól 2,0g</b>	<b>Energia 1821kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc.20g białko 71g cukry 33g węglowodany 290g sól 2,0g</b>

Niedziela 26.01.2025 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml
	Serek twarogowy 30g dżem 25 g sałata lodowa z zieleniną	Serek twarogowy 30g dżem 25 g sałata lodowa z zieleniną	Serek twarogowy 30g dżem 25 g sałata lodowa z zieleniną	Serek twarogowy 30g dżem 25 g 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
	Jabłko 1szt	Jabłko 1szt	Jabłko 1szt	Jabłko 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 ,gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko ,gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko ,gorczyca,seler</b>
II ŚNIADANIE				Sok pomidorowy 300 ml
OBIAD	Zupa kalafiorowa 350ml	Zupa kalafiorowa 350ml	Zupa kalafiorowa 350ml	Zupa kalafiorowa 300ml
	Pulpet 100 g sos koperkowy	Pulpet 100 g sos koperkowy	Pulpet 100 g sos koperkowy	Pulpet 100 g sos koperkowy
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 180g
	Marchewka z groszkiem 150 g	Marchewka z groszkiem 150 g	Marchewka z groszkiem 150 g	Marchewka z groszkiem 150 g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Sok bananowo -marchwiowy 300 ml	Sok bananowo -marchwiowy 300 ml	Sok bananowo -marchwiowy 300 ml	
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler jaja</b>	<b>,jaja gluten,mleko gorczyca,seler</b>
PODWIECZOREK				Mus owocowy 100 ml (6 posiłków)
KOLACJA	Polędwica sopocka50g szynka mielona 40 g pomidor	Polędwica sopocka50g szynka mielona 40 g	Polędwica sopocka50g szynka mielona 40 g	Polędwica sopocka50g szynka mielona 40 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 mus owocowy 100 ml	Masło 10g Herbata z/c mus owocowy 100 ml	Masło 10g Herbata z/c ,mus owocowy 100 ml	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				Kisiel z jabłkiem 150 g
Wartość odżywcza	<b>Energia 2433kcal tłuszcze 70g kw.tł.nasyc.39g białko 79gcukry 51g węglowodany 359g sól 2,2g</b>	<b>Energia 2331kcal tłuszcze 68g kw.tł.nasyc.36g białko 78g cukry 48gwęglowodany 347g sól 2,1g</b>	<b>Energia 2331kcal tłuszcze 68g kw.tł.nasyc.36g białko 78g cukry 45gwęglowodany 347g sól 2,1g</b>	<b>Energia 1855kcal tłuszcze 58g kw.tł.nasyc.30g białko 72g cukry 39g węglowodany 300g sól 2,1g</b>

Poniedziałek 27.01.2025 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
	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem , ser topiony 2 szt zielony ogórek	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem , ser topiony 2 szt zielony ogórek	Szynka drobiowa 50 g , ser topiony 2 szt zielony ogórek	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem , 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
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko ,gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>
II ŚNIADANIE				Sok warzywny 300 ml
OBIAD	Zupa ogórkowa 350ml	Zupa ogórkowa 350ml	Zupa ogórkowa 350ml	Zupa ogórkowa 300ml
	Szynka duszona 100 g sos	Szynka duszona 100 g sos	Szynka duszona 100 g sos	Szynka duszona 100 g sos
	Ziemniaki 200g	Ziemniaki 200g	Ziemniaki 200g	Ziemniaki 180g
	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
	Mandarynki 2 szt	Mandarynki 2 szt	Mandarynki 2 szt	
<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				Jogurt naturalny z owocami 150g (6 posiłków) <b>(mleko)</b>
KOLACJA	Poledwica sopocka 40g szynka konserwowa 40 g sałata lodowa z pomidorem	Poledwica sopocka 40g szynka konserwowa 40 g sałata lodowa z pomidorem	Poledwica sopocka 40g szynka konserwowa 40 g sałata lodowa z pomidorem	Poledwica sopocka 50g sałata lodowa z pomidorem
	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 1 szt	Masło 10g Herbata z/c banan 1 szt	Masło 10g Herbata z/c banan 1szt	Masło 10g Herbata b/c
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Budyń czekoladowy 150g <b>(mleko)</b>
Wartość odżywcza	<b>Energia 2360kcal tłuszcze 64g kw.tł.nasyc.26g białko 78g cukry 46g węglowodany 337g sól 2,2g</b>	<b>Energia 2200kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc.20g białko 70g cukry 41g węglowodany 304g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2200kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc.20g białko 70g cukry 41g węglowodany 304g sól 2,0g</b>	<b>Energia 1891kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc.22g białko 72g cukry 36g węglowodany 274g sól 1,8g</b>

Wtorek 28.01.2025 r

Wtorek 28.01.2025 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
	Ser żółty 50g dżem 25 g pomidor	Ser żółty 50g dżem 25 g pomidor	Ser żółty 50g dżem 25 g 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 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 ,seler , gorczyca</b>	<b>gluten,mleko ,seler,gorczyca</b>	<b>gluten,mleko,seler,gorczyca</b>	<b>gluten,mleko,seler,gorczyca</b>
II ŚNIADANIE				Kisiel z jabłkiem 150 g
OBIAD	Żurek z kielbasą 350ml	Żurek z kielbasą 350ml	Żurek z kielbasą 350ml	Żurek z kielbasą 300ml
	Ryż z jabłkiem ,śmietana i cynamonem 300 g	Ryż z jabłkiem ,śmietana i cynamonem 300 g	Ryż z jabłkiem ,śmietana i cynamonem 300 g	Ryż z jabłkiem ,śmietana i cynamonem 300 g
	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,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>
PODWIECZOREK				Mus owocowy <b>6 posiłków</b>
KOLACJA	Paszтет 50g szynka wędzona 40g kiszony ogórek	Paszтет 50g szynka wędzona 40g kiszony ogórek	szynka wędzona 60g pomidor	szynka wędzona 50g kiszony 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 mus owocowy 100 ml	Masło 10g Herbata z/c mus owocowy 100 ml	Masło 10g Herbata z/c mus owocowy 100 ml	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 mozzarellą i pomidorem ( <b>mleko , gluten</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2433kcal tłuszcze 58g kw.tł.nasyc.30g białko 76g cukry 40g węglowodany 332g sól 2,3g</b>	<b>Energia 2191kcal tłuszcze 59g kw.tł.nasyc.27g białko 73gcukry 39g węglowodany 300g sól 2,1g</b>	<b>Energia 2191kcal tłuszcze 59g kw.tł.nasyc.27g białko 73gcukry 39g węglowodany 300g sól 2,1g</b>	<b>Energia 1861kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc.23g białko 69gcukry 36g węglowodany 271g sól 2,1g</b>

Środa 29.01.2025 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
	Pasta jajeczna 50g,dżem 25g ,sałata lodowa z zielenią	Pasta jajeczna 50g,dżem 25g ,sałata lodowa z zielenią	Wędlina 50g,dżem 25g ,sałata lodowa z zielenią	Pasta jajeczna 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 40g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Sok z buraka 300 ml	Sok z buraka 300 ml	Sok z buraka 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,jaja</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko,gorczyca,soja,seler</b>
II ŚNIADANIE				Budyń wanilinowy150 ml
OBIAD	Pomidorowa z makaronem 350 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml	Pomidorowa z makaronem 300 ml
	Kotlet mielony 100 g	Pulpet 100 g sos koperkowy	Pulpet 100 g sos koperkowy	Pulpet 100 g sos koperkowy
	Ziemniaki 180g	Ziemniaki 180g	Ziemniaki 180g	Ziemniaki 180g
	Marchewka mini z masłem i bułką 150 g	Marchewka mini z masłem i bułką 150 g	Marchewka mini z masłem i bułką 150 g	Marchewka mini z masłem i bułką 150 g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	jogurt owocowy 100 ml	jogurt owocowy 100 ml	jogurt owocowy 100 ml	
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko ,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>
PODWIECZOREK				Jogurt naturalny chrupki ( <b>mleko</b> )6 posiłków
KOLACJA	Szynka konserwowa 50g kielbasa żywiecka 40 g pomidor	Szynka konserwowa 50g kielbasa żywiecka 40 g pomidor	Szynka konserwowa 50g kielbasa żywiecka 40 g pomidor	Szynka konserwowa 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 40g
	Masło 10g Herbata z/c jabłko ,herbatniki 50g	Masło 10g Herbata z/c jabłko ,herbatniki 50g	Masło 10g Herbata z/c jabłko ,herbatniki 50g	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				Płatki ryżowe z mussem truskawkowym 150 g( <b>mleko</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2401kcal tłuszcze 56g kw.tł.nasyc.30g białko 78g cukry 40g węglowodany 410g sól 2,3g</b>	<b>Energia 2200kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc.27g białko 75gcukry 38g węglowodany 375g sól 2,1g</b>	<b>Energia 2200kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc.27g białko 75gcukry 38g węglowodany 375g sól 2,1g</b>	<b>Energia 1781kcal tłuszcze 44g kw.tł.nasyc.26g białko 69gcukry 28g węglowodany 300g sól 2,0g</b>

Czwartek 30.01.12.2025 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
	Twarożek ze szczypiorkiem 50 g miód 25 g zielony ogórek	Twarożek ze szczypiorkiem 50 g miód 25 g zielony ogórek	Twarożek ze szczypiorkiem 50 g miód 25 g zielony ogórek	Twarożek ze szczypiorkiem 50 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 40g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Banan 1szt	Banan 1szt	Banan 1szt	
	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 ,seler ,gorczyca</b>	<b>gluten,mleko ,seler ,gorczyca</b>	<b>gluten,mleko ,seler ,gorczyca</b>
II ŚNIADANIE				Jogurt naturalny 180g( <b>mleko</b> )
OBIAD	Zupa krupnik z pęczaku b/ziemniaków 350ml	Zupa krupnik z pęczaku b/ziemniaków 350ml	Zupa krupnik z pęczaku b/ziemniaków 350ml	Zupa krupnik z pęczaku b/ziemniaków 300ml
	Wątróbka z indyka duszona 200 g	Wątróbka z indyka duszona 200 g	Wątróbka z indyka duszona 200 g	Wątróbka z indyka duszona 200 g
	Ziemniaki gotowane 250g	Ziemniaki gotowane 250g	Ziemniaki gotowane 250g	Ziemniaki gotowane 250g
	Surówka z kapusty pekińskiej 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
	Sok marchwiowo – bananowy 300 ml	Sok marchwiowo – bananowy 300 ml	Sok marchwiowo – bananowy 300 ml	
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
PODWIECZOREK				Sok warzywny 300 ml ( <b>seler , gorczyca</b> ) (6 posiłek)
KOLACJA	Polędwica z warzywami 40g szynka mielona 40g pomidor	Polędwica z warzywami 40g szynka mielona 40g pomidor	Polędwica z warzywami 40g 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 40g	chleb razowy żytni 40g
	Masło 10g Herbata z/c biszkopty 50g sok owocowy 200 ml	Masło 10g Herbata z/c biszkopty 50g sok owocowy 200 ml	Masło 10g Herbata z/c biszkopty 50g sok owocowy 200 ml	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				Pomidor z feta i sałata ,oliwa z oliwek 150g ( <b>mleko</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2471kcal tłuszcze 59g kw.tł.nasyc.30g białko 71g cukry 40g węglowodany 470g sól 2,1g</b>	<b>Energia 2291kcal tłuszcze 55g kw.tł.nasyc.28g białko 69gcukry 39g węglowodany 400g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2291kcal tłuszcze 55g kw.tł.nasyc.28g białko 69gcukry 39g węglowodany 400g sól 2,0g</b>	<b>Energia 1781kcal tłuszcze 53g kw.tł.nasyc.21g białko 65gcukry 30g węglowodany 380g sól 1,8g</b>

Piątek 31.01.2025 r

Piątek 31.01.2025 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 2szt ketchup 1szt ser topiony plastry 2szt sałata lodowa z zielonym ogórkiem	Parówka 2szt ketchup 1szt ser topiony plastry 2szt sałata lodowa z zielonym ogórkiem	Parówka 2szt ketchup 1szt ser topiony plastry 2szt sałata lodowa z zielonym ogórkiem	Parówka 2szt ketchup 1szt sałata lodowa z zielonym ogórkiem
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 40g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g mus owocowy 100 g	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</b>	<b>gluten,mleko</b>
II ŚNIADANIE				Jabłko pieczone z cynamonem 1szt
OBIAD	Barszcz czerwony 350ml	Barszcz czerwony 350ml	Barszcz czerwony 350ml	Barszcz czerwony 300ml
	Risotto z mięsem i warzywami 300 g	Risotto z mięsem i warzywami 300 g	Risotto z mięsem i warzywami 300 g	Risotto z mięsem i warzywami 300 g
	Sos pomidorowy	Sos pomidorowy	Sos pomidorowy	Sos pomidorowy
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Drożdżówka z kruszonką 1szt	Drożdżówka z kruszonką 1szt	Drożdżówka z kruszonką 1szt	
<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>
PODWIECZOREK				Mus owocowy ( <b>gluten</b> ) 6 positek
KOLACJA	Pasztet pieczony 50g szynka konserwowa 40g ogórek kiszony	Pasztet pieczony 50g szynka konserwowa 40g ogórek kiszony	Pasztet pieczony 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 40g
	Masło 10g Herbata z/c sok z buraka 300 ml	Masło 10g Herbata z/c sok z buraka 300 ml	Masło 10g Herbata z/c sok z buraka 300 ml	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				Drożdżówka z kruszonką 1szt ( <b>mleko,gluten,jaja</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2361kcal tłuszcze 67g kw.tł.nasyc.28g białko 68g cukry 40g węglowodany 310g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2121kcal tłuszcze 60g kw.tł.nasyc.24g białko 67gcukry 38g węglowodany 300g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2121kcal tłuszcze 60g kw.tł.nasyc.24g białko 67gcukry 38g węglowodany 300g sól 2,0g</b>	<b>Energia 1761kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc.20g białko 71gcukry 33g węglowodany 270g sól 2,0g</b>

Sobota 01.02.2025r

	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
	szynka drobiowa 50g ser topiony plastry 2szt pomidor	szynka drobiowa 50g ser topiony plastry 2szt pomidor	szynka drobiowa 50g ser topiony plastry 2szt pomidor	szynka drobiowa 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 40g
	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 ,seler ,gorczyca</b>	<b>gluten,mleko ,seler ,gorczyca</b>	<b>gluten,mleko ,seler ,gorczyca</b>
II ŚNIADANIE				Budyń mleczny 150g( <b>mleko</b> )
OBIAD	Zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 350ml	Zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 350ml	Zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 350ml	Zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 350ml
	Gulasz z szynki w jarzynach 180g	Gulasz z szynki w jarzynach 180g	Gulasz z szynki w jarzynach 180g	Gulasz z szynki w jarzynach 180g
	Kasza gryczana 180 g	Kasza gryczana 180 g	Kasza gryczana 180 g	Kasza gryczana 180 g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 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>
PODWIECZOREK				Jogurt naturalny chrupki (6 posiłek)( <b>mleko</b> )
KOLACJA	Polędwica sopocka 50g pasztetowa 40 g zielony ogórek	Polędwica sopocka 50g pasztetowa 40 g zielony ogórek	Polędwica sopocka 50g szynka drobiowa 40 g zielony ogórek	Polędwica sopocka 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 40g
	Masło 10g Herbata z/c sok warzywny 300 ml	Masło 10g Herbata z/c sok warzywny 300 ml	Masło 10g Herbata z/c sok warzywny 300 ml	Masło 10g Herbata b/c
<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				Sok warzywny 300 ml ( <b>seler , gorczyca</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2462kcal tłuszcze 68g kw.tł.nasyc.30g białko 78g cukry 41g węglowodany 310g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2221kcal tłuszcze 60g kw.tł.nasyc.29g białko 70g cukry 39g węglowodany 300g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2221kcal tłuszcze 60g kw.tł.nasyc.29g białko 70g cukry 39g węglowodany 300g sól 2,0g</b>	<b>Energia 1801kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc.22g białko 71g cukry 33g węglowodany 270g sól 1,9g</b>

Niedziela 02.02.2025 r

Niedziela 02.02.2025 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
	Ser żółty 50g dżem 25g sałata lodowa z zielonym ogórkiem	Ser żółty 50g dżem 25g sałata lodowa z zielonym ogórkiem	Ser żółty 50g dżem 25g sałata lodowa z zielonym ogórkiem	Ser żółty 50g sałata lodowa z zielonym ogórkiem
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 40g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Sok z buraka 300 ml	Sok z buraka 300 ml	Sok z buraka 300 ml	
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>
II ŚNIADANIE				Kisiel z jabłkiem 150 g
OBIAD	Zupa krupnik jaglany 350ml	Zupa krupnik jaglany 350ml	Zupa krupnik jaglany 350ml	Zupa krupnik jaglany 300ml
	Rolada drobiowa ,sos potrawkowy	Rolada drobiowa ,sos potrawkowy	Rolada drobiowa ,sos potrawkowy	Rolada drobiowa ,sos potrawkowy
	Ziemniaki gotowane 180 g	Ziemniaki gotowane 180 g	Ziemniaki gotowane 180 g	Ziemniaki gotowane 180 g
	Marchewka z groszkiem z bułka i masłem 150g	Marchewka z groszkiem z bułka i masłem 150g	Marchewka z groszkiem z bułka i masłem 150g	Marchewka z groszkiem bułka i masłem 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Mus owocowy 100 ml	Mus owocowy 100 ml	Mus owocowy 100 ml	
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
PODWIECZOREK				Sok pomidorowy 300 ml( <b>seler,gorczyca</b> )
KOLACJA	Salceson 50g szynka wędzona 40 g pomidor	Salceson 50g szynka wędzona 40 g pomidor	Salceson 50g szynka wędzona 40 g pomidor	Salceson 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 40g
	Masło 10g Herbata z/c ciastka ,sok jabłkowy 200 ml	Masło 10g Herbata z/c ciastka,sok jabłkowy 200 ml	Masło 10g Herbata z/c ciastka,sok jabłkowy 200 ml	Masło 10g Herbata z/c
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Kanapka z szynka i pomidorem 1 szt( <b>seler, gluten , mleko,gorczyca</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2401kcal tłuszcze 60g kw.tł.nasyc.30g białko 77g cukry 40g węglowodany 500g sól 2,1g</b>	<b>Energia 2361kcal tłuszcze 55g kw.tł.nasyc.28g białko 70gcukry 39g węglowodany 460g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2361kcal tłuszcze 55g kw.tł.nasyc.28g białko 70gcukry 39g węglowodany 460g sól 2,0g</b>	<b>Energia 1881kcal tłuszcze 53g kw.tł.nasyc.20g białko 67gcukry 30g węglowodany 380g sól 1,8g</b>

poniedziałek 03.02.2025 r

poniedziałek 03.02.2025 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
	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem, ser topiony 1 szt,sałata lodowa z zielenią	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem, ser topiony 1 szt sałata lodowa z zielenią	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem, ser topiony 1 szt sałata lodowa z zielenią	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem, 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 40g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Sok pomidorowy 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml	
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko ,seler ,gorczyca</b>	<b>gluten,mleko ,seler ,gorczyca</b>	<b>gluten,mleko ,seler ,gorczyca</b>	<b>gluten,mleko ,seler,gorczyca</b>
II ŚNIADANIE				Sok pomidorowy 300 ml ( <b>gorczyca ,seler</b> )
OBIAD	Kapuśniak z kiszonej kapusty 350ml	Zupa koperkowa 350ml	Zupa koperkowa 350ml	Zupa koperkowa 300ml
	Karkówka pieczona ,sos	Pulpet drobiowy 100g w sosie potrawkowym	Pulpet drobiowy 100g w sosie potrawkowym	Pulpet drobiowy 100g w sosie potrawkowym
	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g
	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
	Mandarynka 2 szt ½ banan	Mandarynka 2 szt ½ banan	Mandarynka 2 szt ½ banan	Mandarynka 2 szt ½ banan
<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 180 g 6 posiłek
KOLACJA	Pasztet pieczony 50g szynka drobiowa 40g kiszony ogórek	Pasztet pieczony 50g szynka drobiowa 40g kiszony ogórek	szynka drobiowa 50g kiełbasa szynkowa 40 g kiszony ogórek	szynka drobiowa 50g kiszony 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 40g
	Masło 10g Herbata z/c mus owocowy 100 ml	Masło 10g Herbata z/c mus owocowy 100 ml	Masło 10g Herbata z/c mus owocowy 100 ml	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,gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Kisiel z jabłkiem 150 g
Wartość odżywcza	<b>Energia 2501kcal tłuszcze 52g kw.tł.nasyc.33g białko 80g cukry 39g węglowodany 490g sól 2,2g</b>	<b>Energia 2290kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc.25g białko 69gcukry 36g węglowodany 380g sól 2,1g</b>	<b>Energia 2290kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc.25g białko 69gcukry 36g węglowodany 380g sól 2,1g</b>	<b>Energia 1780kcal tłuszcze 43g kw.tł.nasyc.19g białko 70gcukry 28g węglowodany 380g sól 1,8g</b>

