

DIETA PODSTAWOWA 27.04.2024

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kakao	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2403 kcal Białko: 83 g Tłuszcze: 96 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 35g Węglowodany: 325 g W tym cukry: 60 g Błonnik: 32 g Sól: 1509 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Serek topiony	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Sałata, papryka			
II śniadanie	Ptasie mleczko			
Obiad	Zupa kapuśniak	*9	Gotowanie	
	Kurczak w sosie śmietanowym	*1,7	Gotowanie	
	Ryż		Gotowanie	
	Marchew z porem	*7		
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Sok	*1,3,7		
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Sałatka ziemniaczana	*7		
	Herbata			

*ALERGENY: 1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3.Jaja, 4.Ryby, 5.Orzeszki ziemne, 6.Soja, 7.Mleko i produkty pochodne, 8.Orzechy, 9.Seler, 10.Gorczyca, 11. Nasiona sezamu, 12. Siarczany, 13. Łubin, 13. Mięczaki

DIETA PODSTAWOWA 28.04.2024

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą manną	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2403 kcal Białko: 85 g Tłuszcze: 83 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 31g Węglowodany: 323 g W tym cukry: 57 g Błonnik: 33 g Sól: 1609 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Dżem			
	Pasta z jaja	*3		
	Salatka z pomidora			
	Herbata			
II śniadanie	Mandarynka			
	Chrupki			
Obiad	Zupa z groszku	*7,9	Gotowanie	
	Kotlet schabowy	*1,3,7	Smażenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Mizeria	*7		
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Jogurt owocowy	*7		
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Ser żółty	*7		
	Pasta z kurczaka			
	Salata, kalarepa			
	Herbata			

*ALERGENY: 1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3.Jaja, 4.Ryby, 5.Orzeszki ziemne, 6.Soja, 7.Mleko i produkty pochodne, 8.Orzechy, 9.Seler, 10.Gorczyca, 11. Nasiona sezamu, 12. Siarczany, 13. Łubin, 13. Mięczaki

DIETA PODSTAWOWA 29.04.2024

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
	Kawa	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2491 kcal Białko: 102 g Tłuszcze: 88 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 37g Węglowodany: 357 g W tym cukry: 73 g Błonnik: 42 g Sól: 1981 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Twaróg	*7		
	Wędlina drobiowa	*1,3,6,7		
	Sałata, papryka			
II śniadanie	Budyń z wiśniami	*7		
Obiad	Zupa pieczarkowa	*7,9	Gotowanie	
	Fasolka po bretońsku			
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Banan			
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Kalafior z bułką tartą	*1,7		
	Herbata			

*ALERGENY: 1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3.Jaja, 4.Ryby, 5.Orzeszki ziemne, 6.Soja, 7.Mleko i produkty pochodne, 8.Orzechy, 9.Seler, 10.Gorczyca, 11. Nasiona sezamu, 12. Siarczany, 13. Łubin, 13. Mięczaki

DIETA PODSTAWOWA 30.04.2024

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2885 kcal Białko: 104 g Tłuszcze: 119 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 38g Węglowodany: 369 g W tym cukry: 68 g Błonnik: 32 g Sól: 1978 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Pasztet mięsno - warzywny	*1,3,9	Pieczenie	
	Sałatka z ogórka kiszzonego			
	Herbata			
II Śniadanie	Kiwi			
	Herbatniki	*1,3,7		
Obiad	Zupa z fasolki szparagowej	*7,9	Gotowanie	
	Pulpet w sosie koperkowym	*1,3,7	Duszenie	
	Kasza jęczmienna	*1	Gotowanie	
	Kapusta pekińska			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Legumina z twarogu	*7		
Kolacja	Bułka pszenna	*1		
	Masło			
	Sałata			
	Wędlina drobiowa	*1,3,6,7		
	Placki z jabłkiem	*1,3,7	Smażenie	
	Herbata			

*ALERGENY: 1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3.Jaja, 4.Ryby, 5.Orzeszki ziemne, 6.Soja, 7.Mleko i produkty pochodne, 8.Orzechy, 9.Seler, 10.Gorczyca, 11. Nasiona sezamu, 12. Siarczany, 13. Łubin, 13. Mięczaki

DIETA PODSTAWOWA 01.05.2024

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2245 kcal Białko: 94g Tłuszcze: 82 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 34g Węglowodany: 345 g W tym cukry: 57 g Błonnik: 27 g Sól: 1350 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Ser żółty	*7		
	Sałata, rzodkiewka			
	Herbata			
II śniadanie	Kisiel z jabłkiem	*1,7	Gotowanie	
Obiad	Zupa kalafiorowa	*9	Gotowanie	
	Risotto z kurczakiem	*1,7		
	Sałatka z pomidora			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Koktajl mleczno - owocowy			
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Jajo	*3		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Sałata, pomidor			
	Herbata			

*ALERGENY: 1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3.Jaja, 4.Ryby, 5.Orzeszki ziemne, 6.Soja, 7.Mleko i produkty pochodne, 8.Orzechy, 9.Seler, 10.Gorczyca, 11. Nasiona sezamu, 12. Siarczany, 13. Łubin, 13. Mięczaki

DIETA PODSTAWOWA 02.05.2024

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kakao	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2523 kcal Białko: 77 g Tłuszcze: 105 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 35g Węglowodany: 311 g W tym cukry: 50 g Błonnik: 35 g Sól: 1624 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7	Gotowanie	
	Sałatka jarzynowa			
II śniadanie	Owsianka z truskawkami	*1,7	Gotowanie	
Obiad	Zupa zacierkowa	*1,9	Gotowanie	
	Gulasz mięsno - warzywny	*1,9	Duszenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Gruszka			
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Sałatka jarzynowa	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Herbata			

*ALERGENY: 1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3.Jaja, 4.Ryby, 5.Orzeszki ziemne, 6.Soja, 7.Mleko i produkty pochodne, 8.Orzechy, 9.Seler, 10.Gorczyca, 11. Nasiona sezamu, 12. Siarczany, 13. Łubin, 13. Mięczaki

DIETA PODSTAWOWA 03.05.2024

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
	Zupa mleczna z zacierką	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2342 kcal Białko: 89 g Tłuszcze: 71 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 30g Węglowodany: 361 g W tym cukry: 91 g Błonnik: 33 g Sól: 1931 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Ser żółty	*7		
	Dżem			
	Salata, kalarepa			
	Herbata		Gotowanie	
II śniadanie	Banan	*7		
Obiad	Zupa pomidorowa	*1,9	Gotowanie	
	Ryba panierowana	*1,4,7	Smażenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Kapusta kiszona			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Sok marchwiowo - owocowy			
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Salata			
	Serek topiony	*7		
	Pierogi leniwe	*1,3,7		
	Herbata			

*ALERGENY: 1. Gluten, 2. Skorupiaki, 3.Jaja, 4.Ryby, 5.Orzeszki ziemne, 6.Soja, 7.Mleko i produkty pochodne, 8.Orzechy, 9.Seler, 10.Gorczyca, 11. Nasiona sezamu, 12. Siarczany, 13. Łubin, 13. Mięczaki