

**DIETA PODSTAWOWA 04.05.2024**

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kawa	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2636 kcal Białko: 95 g Tłuszcze: 112 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 40g Węglowodany: 332 g W tym cukry: 43 g Błonnik: 32 g Sól: 1854 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Parówka	*1,3,6,7	Gotowanie	
	Ketchup			
	Ogórek ze szczypiorkiem			
II śniadanie	Kiwi			
	Chrupki kukurydziane			
Obiad	Zupa brokułowa	*7,9	Gotowanie	
	Spaghetti	*1		
	Surówka z kapusty pekińskiej			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Jogurt naturalny	*3		
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Sałatka z kurczaka	*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 05.05.2024**

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
<b>Śniadanie</b>	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi	*7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2856 kcal Białko: 109 g Tłuszcze: 114 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 38g Węglowodany: 375 g W tym cukry: 90 g Błonnik: 35 g Sól: 1978 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Twarożek z rzodkiewką	*7		
	Wędlina drobiowa	*1,3,6,7		
	Papryka			
	Herbata			
<b>II śniadanie</b>	Kisiel z bitą śmietaną	*7	Gotowanie	
<b>Obiad</b>	Zupa rosół z makaronem	*1,9	Gotowanie	
	Udo pieczone		Pieczenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Marchew z groszkiem	*1,7		
	Kompot		Gotowanie	
<b>Podwieczorek</b>	Jabłko			
	Herbatniki	*1,3,7		
<b>Kolacja</b>	Chleb	*1		
	Masło	*7		
	Jajo	*3	Gotowanie	
	Majonez	*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 06.05.2024**

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
	Zupa mleczna z płatkami owsianymi	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2692 kcal Białko: 92 g Tłuszcze: 121 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 41g Węglowodany: 328 g W tym cukry: 62 g Błonnik: 33 g Sól: 1374 g
	Rogal pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Ser żółty	*7		
	Wędlina drobiowa	*1,3,6,7		
	Sałata, kalarepa			
	Herbata		Gotowanie	
<b>II śniadanie</b>	Grysik z truskawkami	*1,7	Gotowanie	
<b>Obiad</b>	Zupa krupnik	*1,9	Gotowanie	
	Zrazy z szynki w sosie koperkowym	*1,7	Duszenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Buraczki	*7		
	Kompot		Gotowanie	
<b>Podwieczorek</b>	Popcorn			
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Dżem			
	Pasta z wędlin	*1,3,6,7		
	Sałatka grecka			
	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 07.05.2024**

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kakao	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 3089 kcal Białko: 98 g Tłuszcze: 100 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 43g Węglowodany: 436 g W tym cukry: 73 g Błonnik: 30 g Sól: 1540 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Pasta z jaja	*1,3,6,7		
	Wędlina wieprzowa	*7		
	Ogórek ze szczypiorkiem			
II śniadanie	Jogurt owocowy	*7		
Obiad	Zupa gulaszowa	*1,9	Gotowanie	
	Racuchy z dżemem	*1,3,7	Smażenie	
	Kompot			
Podwieczorek	Jabłecznik	*1,3,7	Pieczenie	
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Salatka brokułowa	*1,7		
	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 08.05.2024**

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
<b>Śniadanie</b>	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi	*7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2561 kcal Białko: 74 g Tłuszcze: 104 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 40g Węglowodany: 319 g W tym cukry: 90 g Błonnik: 27 g Sól: 1632 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Drobiowa	*1,3,6,7		
	Jajo,sos tatarski			
	Pomidor			
	Herbata			
<b>II śniadanie</b>	Budyń z sokiem	*7	Gotowanie	
<b>Obiad</b>	Zupa ogórkowa	*7,9	Gotowanie	
	Kotlet mielony	*1,3,7		
	Ziemniaki			
	Marchew z groszkiem	*1,7		
	Kompot		Gotowanie	
<b>Podwieczorek</b>	Banan			
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Sałatka ziemniaczana	*7		
	Herbata		Gotowanie	

\*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 09.05.2024**

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kawa zbożowa	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2409 kcal Białko: 94 g Tłuszcze: 93 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 35g Węglowodany: 319 g W tym cukry: 65 g Błonnik: 30 g Sól: 1793 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Serek topiony	*7	Gotowanie	
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Salata, rzodkiewka			
II śniadanie	Galaretka z bitą śmietaną	*7		
Obiad	Zupa kapuśniak	*9	Gotowanie	
	Kurczak w sosie śmietanowym	*1,7	Gotowanie	
	Ryż			
	Marchew z porem	*7		
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Jabłko			
	Herbatniki	*1,3,7		
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Wędlina drobiowa	*1,3,6,7		
	Pasta z ryby wędzonej	*4,7		
	Salatka z pomidora			
	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 10.05.2024**

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
	Zupa mleczna z kaszą manną	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2520 kcal Białko: 92 g Tłuszcze: 96 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 35g Węglowodany: 347 g W tym cukry: 94 g Błonnik: 26 g Sól: 1687 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Jajo	*7		
	Sos tatarski			
	Szynka konserwowa	*1,3,6,7		
	Ogórek ze szczypiorkiem			
	Herbata		Gotowanie	
<b>II śniadanie</b>	Owsianka z truskawkami	*1,7	Gotowanie	
<b>Obiad</b>	Barszcz czerwony	*1,9	Gotowanie	
	Naleśniki z twarogiem i musem owocowym	*1,3,7	Smażenie	
	Kompot		Gotowanie	
<b>Podwieczorek</b>	Sok marchwiowo - owocowy			
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Ser żółty	*7		
	Wędlina drobiowa	*1,3,6,7		
	Sałata, papryka			
	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