

<b>DIETA PODSTAWOWA 11.05.2024</b>				
<b>Rodzaj posiłku</b>	<b>Skład posiłku</b>	<b>Alergeny</b>	<b>Sposób obróbki termicznej</b>	<b>Wartość energetyczna, odżywcza</b>
<b>Śniadanie</b>	Kakao	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2373 kcal Białko: 97 g Tłuszcze: 94 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 34g Węglowodany: 307 g W tym cukry: 70 g Błonnik: 30 g Sól: 1678 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Twaróg	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Sałata, kalarepa			
<b>II śniadanie</b>	Kisiel z jabłkiem			
<b>Obiad</b>	Zupa pieczarkowa	*7,9	Gotowanie	
	Makaron ze szpinakiem i kurczakiem	*1,7		
	Sałatka z pomidora			
	Kompot		Gotowanie	
<b>Podwieczorek</b>	Koktajl mleczno - owocowy	*7		
<b>Kolacja</b>	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 12.05.2024**

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi	*7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2762 kcal Białko: 104 g Tłuszcze: 102 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 33g Węglowodany: 392 g W tym cukry: 72 g Błonnik: 45 g Sól: 2510 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Dżem			
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Salata, ogórek			
	Herbata			
II śniadanie	Banan			
Obiad	Zupa fasolowa	*9	Gotowanie	
	Pieczeń rzymska w sosie	*1,3,7	Pieczenie	
	Kasza jęczmienna	*1	Gotowanie	
	Marchew z porem	*7		
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Jogurt naturalny	*7		
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Pasta z kurczaka	*7		
	Salata, rzodkiewka			
	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 13.05.2024**

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
	Zupa mleczna z zacierką	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2845 kcal Białko: 95 g Tłuszcze: 99 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 42g Węglowodany: 417 g W tym cukry: 68 g Błonnik: 36 g Sól: 2613 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Parówka wieprzowa	*1,3,6,7		
	Ketchup			
	Sałata, papryka			
	Herbata		Gotowanie	
<b>II śniadanie</b>	Koktajl mleczno-owocowy	*7		
<b>Obiad</b>	Zupa marchwiowa z grzanką	*1,7,9	Gotowanie	
	Kotlet siekany z kurczaka	*1,3,7	Pieczenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Mizeria	*7		
	Kompot		Gotowanie	
<b>Podwieczorek</b>	Arbuz			
<b>Kolacja</b>	Bułka pszenna	*1		
	Masło	*7		
	Sałata			
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Ryż z jabłkiem	*7	Pieczenie	
	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 14.05.2024**

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2915 kcal Białko: 104 g Tłuszcze: 106 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 37g Węglowodany: 421 g W tym cukry: 48 g Błonnik: 45 g Sól: 1798 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Pasztet mięsno - warzywny	*1,3,6,7	Pieczenie	
	Sałatka z ogórka kiszzonego			
	Herbata			
II śniadanie	Kiwi			
	Chrupki			
Obiad	Zupa porowa	*7,9	Gotowanie	
	Bigos z młodej kapusty	*9	Duszenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Drożdżówka z jabłkiem	*1,3,7	Pieczenie	
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Sałatka z brokuła	*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 15.05.2024**

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
<b>Śniadanie</b>	Zupa mleczna z kaszą manną	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2629 kcal Białko: 90g Tłuszcze: 109 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 36g Węglowodany: 351 g W tym cukry: 47 g Błonnik: 44 g Sól: 1747 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Jajo	*4	Gotowanie	
	Sos tatarski			
	Wędlina drobiowa	*1,3,6,7		
	Salata, pomidor			
	Herbata			
<b>II śniadanie</b>	Jabłko			
	Chrupki kukurydziane			
<b>Obiad</b>	Zupa kapuśniak	*9	Gotowanie	
	Pulpet w sosie koperkowym	*1,7		
	Kasza jęczmienna			
	Buraczki			
	Marchew z selerem			
	Kompot		Gotowanie	
<b>Podwieczorek</b>	Popcorn			
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Twaróg z rzodkiewką	*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 16.05.2024**

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kakao	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2494 kcal Białko: 86 g Tłuszcze: 87 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 33g Węglowodany: 358 g W tym cukry: 78 g Błonnik: 26 g Sól: 1901 g
	Rogal pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Dżem			
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Ogórek ze szczypiorkiem			
II śniadanie	Budyń z truskawkami	*7	Gotowanie	
Obiad	Zupa żurek z jajkiem i kiełbaską	*1,9	Gotowanie	
	Makaron z truskawkami	*1,7	Gotowanie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Tosty	*1,7		
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Salatka z kurczaka	*7		
	Herbata	*7		

\*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 17.05.2024**

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
	Zupa mleczna z makaronem	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2335 kcal Białko: 95 g Tłuszcze: 83 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 33g Węglowodany: 287 g W tym cukry: 37 g Błonnik: 27 g Sól: 1577 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Ser żółty	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Sałata, papryka			
	Herbata		Gotowanie	
<b>II śniadanie</b>	Ptasie mleczko	*7		
<b>Obiad</b>	Zupa koperkowa	*7,9	Gotowanie	
	Kotlet rybny	*1,3,4,7	Smażenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Kapusta kiszona		Gotowanie	
	Kompot		Gotowanie	
<b>Podwieczorek</b>	Arbuz			
<b>Kolacja</b>	Bułka pszenna	*1		
	Masło	*7		
	Sałata	*4,7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Pierogi leniwe	*1,3,7	Gotowanie	
	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