

DIETA PODSTAWOWA 22.06.2024

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą manną	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2585 kcal Białko: 109 g Tłuszcze: 86 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 32g Węglowodany: 375 g W tym cukry: 72 g Błonnik: 41 g Sól: 1559 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Twaróg	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Sałata			
	Kalarepa			
	Herbata			
II śniadanie	Koktajl mleczno - owocowy	*7		
Obiad	Zupa brokułowa	*7,9	Gotowanie	
	Kurczak w sosie śmietanowym	*1,7	Gotowanie	
	Ryż		Gotowanie	
	Kapusta pekińska			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Banan			
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 23.06.2024

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi	*7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2676 kcal Białko: 104 g Tłuszcze: 89 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 29g Węglowodany: 383 g W tym cukry: 88 g Błonnik: 32 g Sól: 1553 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Ser żółty	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Ogórek ze szczypiorkiem			
	Herbata			
II śniadanie	Arbuz			
Obiad	Zupa selerowa	*7,9	Gotowanie	
	Pulpet w sosie pomidorowym	*1,3,7	Gotowanie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Fasolka szparagowa			
	Rzepa z marchwią	*7		
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Jogurt naturalny	*7		
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Parówka wieprzowa	*1,3,6,7	Gotowanie	
	Ketchup			
	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 24.06.2024

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
	Kawa	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2350 kcal Białko: 96 g Tłuszcze: 87 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 34g Węglowodany: 322 g W tym cukry: 67 g Błonnik: 33 g Sól: 2394 g
	Bułka pszenna	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Jajo	*4		
	Majonez			
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Pomidor			
	Herbata		Gotowanie	
II śniadanie	Owsianka z sokiem	*1,7		
Obiad	Zupa z groszku	*7,9	Gotowanie	
	Zrazy z szynki w sosie koperkowym	*1,7	Duszenie	
	Kasza jęczmienna	*1	Gotowanie	
	Buraczki			
	Ogórek małosolny			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Ognisko: Wędlina podwawelska	*1,3,6,7		
	Ketchup, musztarda			
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Dżem	*1,3,6,7	Gotowanie	
	Pasta z piersi kurczaka	*10		
	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

DIETA PODSTAWOWA 25.06.2024

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z zacierką	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2550 kcal Białko: 88 g Tłuszcze: 112 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 38g Węglowodany: 333 g W tym cukry: 50 g Błonnik: 45 g Sól: 1834 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Pasztet mięsno - warzywny	*1,3,7	Pieczenie	
	Sałatka z ogórka i papryki	*7		
	Herbata			
II śniadanie	Koktajl mleczno - owocowy	*7		
Obiad	Zupa kapuśniak	*7,9	Gotowanie	
	Kotlet pożarski	*1,3,7	Pieczenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Marchew z selerem	*7		
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Ciasto drożdżowe z jabłkiem	*1,3,7	Pieczenie	
Kolacja	Bułka pszenna	*1		
	Masło	*7		
	Sałata	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	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

DIETA PODSTAWOWA 26.06.2024

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kakao	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2609 kcal Białko: 93g Tłuszcze: 108 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 37g Węglowodany: 337 g W tym cukry: 76 g Błonnik: 32 g Sól: 2223 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Ser topiony			
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Sałata, kalarepa			
	Nektarynka			
II śniadanie	Budyń z truskawkami	*1,7	Gotowanie	
Obiad	Zupa klopsikowa	*1,3,7,9	Gotowanie	
	Makaron z truskawkami	*1,7	Gotowanie	
	Kompot			
Podwieczorek	Tosty	*1,7		
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 27.06.2024

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2573 kcal Białko: 92 g Tłuszcze: 100 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 39g Węglowodany: 344 g W tym cukry: 80 g Błonnik: 32 g Sól: 2717 g
	Rogal pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Twaróg	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Sałata, pomidor			
	Herbata			
II śniadanie	Jabłko			
	Herbatniki	*1,3,7		
Obiad	Zupa krupnik	*1,9	Gotowanie	
	Gulasz z szynki	*1	Gotowanie	
	Kasza gryczana		Gotowanie	
	Kalafior		Gotowanie	
	Ogórek małosolny			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Ptasie mleczko	*7		
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Wędlina wieprzowa	*7		
	Sałatka z makaronu i brokuła	*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 28.06.2024

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
	Kawa zbożowa	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2999 kcal Białko: 101 g Tłuszcze: 37 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 37g Węglowodany: 402 g W tym cukry: 54 g Błonnik: 39 g Sól: 1622 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Pasta z jaja	*4		
	Wędlina drobiowa	*1,3,6,7		
	Ogórek ze szczypiorkiem			
II śniadanie	Grysik z wiśniami	*1,7	Gotowanie	
Obiad	Zupa barszcz czerwony	*1,9	Gotowanie	
	Ryba panierowana	*1,3,4,7	Smażenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Surówka colesław			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Arbuz			
Kolacja	Bułka pszenna	*1		
	Masło	*7		
	Sałata	*4,7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Placki z jabłkiem	*1,3,7	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