

| DIETA PODSTAWOWA 10.08.2024 | | | | |
|------------------------------------|------------------------------|-----------------|----------------------------------|--|
| Rodzaj posiłku | Skład posiłku | Alergeny | Sposób obróbki termicznej | Wartość energetyczna, odżywcza |
| Śniadanie | Zupa mleczna z kaszą jaglaną | *1,7 | Gotowanie | Wartość energetyczna (kcal): 2736 kcal Białko: 86 g Tłuszcze: 121 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 44g Węglowodany: 342 g W tym cukry: 74 g Błonnik: 27 g Sód: 1450 g |
| | Chleb pszenny | *1 | | |
| | Chleb razowy | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Parówka wieprzowa | *1,3,6,7 | Gotowanie | |
| | Salata, ogórek | | | |
| | Herbata | | | |
| II śniadanie | Budyń z sokiem | *1,7 | | |
| Obiad | Zupa kapuśniak | *1,7,9 | Gotowanie | |
| | Bitka w sosie koperkowym | * | Duszenie | |
| | Kasza jęczmienna | | Gotowanie | |
| | Salatka z ogórka kiszzonego | | | |
| | Kompot | | Gotowanie | |
| Podwieczorek | Banan | | | |
| Kolacja | Chleb pszenny | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Wędlina wieprzowa | *1,3,6,7 | | |
| | Salatka z makaronu i brokuła | *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 11.08.2024

| Rodzaj posiłku | Skład posiłku | Alergeny | Sposób obróbki termicznej | Wartość energetyczna, odżywcza |
|----------------|---------------------------|----------|---------------------------|---|
| Śniadanie | Kakao | *7 | Gotowanie | Wartość energetyczna (kcal): 2665 kcal Białko: 103 g Tłuszcze: 112 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 36g Węglowodany: 334 g W tym cukry: 82 g Błonnik: 32 g Sód: 2190 g |
| | Chleb pszenny | *1 | | |
| | Chleb razowy | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Wędlina drobiowa | *1,3,6,7 | | |
| | Twarożek ze szczypiorkiem | *7 | | |
| | Sałata, papryka | | | |
| | Herbata | | | |
| II śniadanie | Koktajl mleczno - owocowy | *7 | | |
| Obiad | Zupa rosół z makaronem | *1,9 | Gotowanie | |
| | Udo pieczone | *1,3,7 | Pieczenie | |
| | Ziemniaki | | Gotowanie | |
| | Marchew z selerem | *7 | | |
| | Kompot | | Gotowanie | |
| Podwieczorek | Herbatniki | *1,3,7 | | |
| Kolacja | Chleb | *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 12.08.2024

| Rodzaj posiłku | Skład posiłku | Alergeny | Sposób obróbki termicznej | Wartość energetyczna, odżywcza |
|---------------------|----------------------------------|----------|---------------------------|--|
| | Zupa mleczna z płatkami ryżowymi | *1,7 | Gotowanie | Wartość energetyczna (kcal): 2502 kcal Białko: 86 g Tłuszcze: 102 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 40g Węglowodany: 326 g W tym cukry: 45 g Błonnik: 29 g Sód: 1802 g |
| | Bułka graham | *1 | | |
| | Chleb pszenny | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Ser kanapkowy | *7 | | |
| | Wędlina wieprzowa | *1,3,6,7 | | |
| | Sałatka z pomidora | | | |
| | Herbata | | Gotowanie | |
| II śniadanie | Jogurt owocowy | *7 | | |
| Obiad | Zupa zacierkowa | *1,9 | Gotowanie | |
| | Gulasz wieprzowy | *1 | Duszenie | |
| | Ryż | | Gotowanie | |
| | Fasolka | | Gotowanie | |
| | Buraczki | | Gotowanie | |
| | Kompot | | Gotowanie | |
| Podwieczorek | Jabłko | | | |
| | Chrupki kukurydziane | | | |
| Kolacja | Chleb pszenny | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Połędwica z indyka | *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 13.08.2024

| Rodzaj posiłku | Skład posiłku | Alergeny | Sposób obróbki termicznej | Wartość energetyczna, odżywcza |
|----------------|--------------------------|----------|---------------------------|---|
| Śniadanie | Zupa mleczna z makaronem | *1,7 | Gotowanie | Wartość energetyczna (kcal): 2997 kcal Białko: 111 g Tłuszcze: 104 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 39g Węglowodany: 396 g W tym cukry: 60 g Błonnik: 33 g Sód: 1631 g |
| | Chleb pszenny | *1 | | |
| | Chleb razowy | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Jajo | *3 | Gotowanie | |
| | Majonez | *3 | | |
| | Wędlina wieprzowa | *1,3,6,7 | | |
| | Ogórek | | | |
| Herbata | | | | |
| II śniadanie | Grysik z wiśniami | *1,7 | Gotowanie | |
| Obiad | Zupa grochowa | *9 | Gotowanie | |
| | Kotlet pożarski | *1,3 | Pieczenie | |
| | Ziemniaki | | Gotowanie | |
| | Surówka colesław | | | |
| | Kompot | | Gotowanie | |
| Podwieczorek | Babka piaskowa | *1,3,7 | Pieczenie | |
| Kolacja | Chleb pszenny | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Twaróg | *7 | | |
| | Wędlina wieprzowa | *1,3,6,7 | | |
| | 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 14.08.2024 | | | | |
|------------------------------------|-----------------------|-----------------|----------------------------------|--|
| Rodzaj posiłku | Skład posiłku | Alergeny | Sposób obróbki termicznej | Wartość energetyczna, odżywcza |
| Śniadanie | Kawa zbożowa | *1,7 | Gotowanie | Wartość energetyczna (kcal): 2418 kcal Białko: 97g Tłuszcze: 84 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 38g Węglowodany: 333 g W tym cukry: 51 g Błonnik: 23 g Sód: 1426 g |
| | Chleb pszenny | *1 | | |
| | Chleb razowy | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Ser żółty | *7 | | |
| | Wędlina wieprzowa | *1,3,6,7 | | |
| | Sałata, pomidor | | | |
| | Herbata | | | |
| II śniadanie | Czereśnie | | | |
| | Herbatniki | *1,3,7 | | |
| Obiad | Zupa klopsikowa | *9 | Gotowanie | |
| | Makaron z truskawkami | *1,7 | | |
| | Kompot | | Gotowanie | |
| Podwieczorek | Jogurt naturalny | *7 | | |
| Kolacja | Chleb pszenny | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Miód | | | |
| | Pasta z kurczaka | *7 | | |
| | Sałata, 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 15.08.2024 | | | | |
|------------------------------------|-----------------------------------|-----------------|----------------------------------|---|
| Rodzaj posiłku | Skład posiłku | Alergeny | Sposób obróbki termicznej | Wartość energetyczna, odżywcza |
| Śniadanie | Zupa mleczna z płatkami owsianymi | *1,7 | Gotowanie | Wartość energetyczna (kcal): 2840 kcal Białko: 92 5 g Tłuszcze: 118 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 39g Węglowodany: 370 g W tym cukry: 65 g Błonnik: 36 g Sól: 1574 g |
| | Chleb pszenny | *1 | | |
| | Chleb razowy | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Wędlina wieprzowa | *1,3,6,7 | Gotowanie | |
| | Twarożek z rzodkiewką | *7 | | |
| | Salata, kiwi | | | |
| | Herbata | | | |
| II śniadanie | Galareta z bitą śmietaną | *7 | | |
| Obiad | Zupa krupnik | *1,9 | Gotowanie | |
| | Gołąbki w sosie pomidorowym | *1,3,7 | Gotowanie | |
| | Ziemniaki | | Gotowanie | |
| | Brokuł | | Gotowanie | |
| | Kompot | | | |
| Podwieczorek | Popcorn | | | |
| Kolacja | Bułka pszenna | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Salata | *7 | | |
| | Wędlina wieprzowa | *1,3,6,7 | | |
| | Placki z budyniem | *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 16.08.2024 | | | | |
|------------------------------------|----------------------------------|-----------------|----------------------------------|---|
| Rodzaj posiłku | Skład posiłku | Alergeny | Sposób obróbki termicznej | Wartość energetyczna, odżywcza |
| | Zupa mleczna z kaszą manną | *1,7 | Gotowanie | Wartość energetyczna (kcal): 2886 kcal Białko: 108 g Tłuszcze: 119 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 39g Węglowodany: 362 g W tym cukry: 79 g Błonnik: 25 g Sól: 1729 g |
| | Rogal pszenny | *1 | | |
| | Chleb razowy | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Jajecznica ze szczypiorem | *3 | | |
| | Wędlina drobiowa | *1,3,6,7 | | |
| | Sałata, rzodkiewka | | | |
| | Herbata | | Gotowanie | |
| II śniadanie | Banan | | | |
| Obiad | Zupa barszcz czerwony | *9 | Gotowanie | |
| | Naleśniki z twarogiem i śmietaną | *1,3,7 | Smażenie | |
| | Kompot | | Gotowanie | |
| Podwieczorek | Tosty | *1,7 | Pieczenie | |
| Kolacja | Chleb pszenny | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Serek topiony | *7 | | |
| | Pasta z ryby wędzonej | *4,7 | | |
| | 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