

DIETA PODSTAWOWA 24.08.2024

| Rodzaj posiłku | Skład posiłku | Alergeny | Sposób obróbki termicznej | Wartość energetyczna, odżywcza |
|----------------|----------------------------|----------|---------------------------|--|
| Śniadanie | Zupa mleczna z zacierką | *1,7 | Gotowanie | Wartość energetyczna (kcal): 2736 kcal Białko: 85 g Tłuszcze: 92 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 33 g Węglowodany: 377 g W tym cukry: 80 g Błonnik: 30 g Sól: 2138 g |
| | Chleb pszenny | *1 | | |
| | Chleb razowy | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Dżem | | | |
| | Wędlina wieprzowa | 1,3,6,7 | | |
| | Ogórek ze szczypiorkiem | | | |
| | Herbata | | | |
| II śniadanie | Owsianka z wiśniami | *1,7 | | |
| Obiad | Zupa żurek z jajem | *1, 7,9 | Gotowanie | |
| | Pulpet w sosie pomidorowym | *1,3,7 | Gotowanie | |
| | Ziemniaki | | Gotowanie | |
| | Surówka z kapusty białej | | | |
| | Kompot | | Gotowanie | |
| Podwieczorek | Herbatniki | *1,3 | | |
| 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 25.08.2024

| Rodzaj posiłku | Skład posiłku | Alergeny | Sposób obróbki termicznej | Wartość energetyczna, odżywcza |
|----------------|------------------------|----------|---------------------------|--|
| Śniadanie | Kawa | *1, 7 | Gotowanie | Wartość energetyczna (kcal): 2501 kcal Białko: 97 g Tłuszcze: 107 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 40g Węglowodany: 309 g W tym cukry: 45 g Błonnik: 28 g Sól: 1728 g |
| | Chleb pszenny | *1 | | |
| | Chleb razowy | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Ser żółty | *7 | | |
| | Wędlina wieprzowa | *1,3,6,7 | | |
| | Sałata, papryka | | | |
| | Herbata | | | |
| II śniadanie | Jogurt | *1, 7 | | |
| Obiad | Zupa koperkowa | *1,7,9 | Gotowanie | |
| | Zupa rosół z makaronem | *1,9 | Gotowanie | |
| | Udo pieczone | *7 | Gotowanie | |
| | Ziemniaki | | Gotowanie | |
| | Mizeria | *7 | | |
| | Kompot | | Gotowanie | |
| Podwieczorek | Śliwki | | | |
| | Chrupki | | | |
| Kolacja | Chleb | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Miód | | | |
| | Pasta z wędlin | *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 26.08.2024

| Rodzaj posiłku | Skład posiłku | Alergeny | Sposób obróbki termicznej | Wartość energetyczna, odżywcza |
|---------------------|------------------------------------|----------|---------------------------|---|
| | Zupa mleczna z kaszą manną | *1,7 | Gotowanie | Wartość energetyczna (kcal): 2534 kcal Białko: 95 g Tłuszcze: 110 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 41 g Węglowodany: 314 g W tym cukry: 44 g Błonnik: 31 g Sól: 1720 g |
| | Bułka pszenna | *1 | | |
| | Chleb graham | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Twaróg | *7 | | |
| | Wędlina drobiowa | *1,3,6,7 | | |
| | Salata, rzodkiewka | | | |
| | Herbata | | Gotowanie | |
| II śniadanie | Koktajl mleczno - owocowy | *7 | | |
| Obiad | Zupa pieczarkowa | *7,9 | Gotowanie | |
| | Pieczeń rzymska w sosie koperkowym | *1,3,7 | Pieczenie | |
| | Kasza gryczana | | Gotowanie | |
| | Kapusta czerwona | | | |
| | Kompot | | Gotowanie | |
| Podwieczorek | Gruszka | | | |
| 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 27.08.2024

| Rodzaj posiłku | Skład posiłku | Alergeny | Sposób obróbki termicznej | Wartość energetyczna, odżywcza |
|---------------------|--------------------------------------|----------|---------------------------|--|
| Śniadanie | Zupa mleczna z płatkami owsianymi | *1,7 | Gotowanie | Wartość energetyczna (kcal): 2634 kcal Białko: 101 g Tłuszcze: 101 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 33 g Węglowodany: 353 g W tym cukry: 66 g Błonnik: 30 g Sól: 2156 g |
| | Chleb pszenny | *1 | | |
| | Chleb razowy | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Jajo | *3 | | |
| | Majonez | | | |
| | Wędlina wieprzowa | *1,3,6,7 | | |
| | Salata, ogórek | | | |
| Herbata | | | | |
| II śniadanie | Grysik z wiśniami | *1,7 | Gotowanie | |
| Obiad | Zupa krupnik | *1,9 | Gotowanie | |
| | Zapiekanka ziemniaczana z kurczakiem | *1,3,7 | Duszenie | |
| | Marchew z selerem | *7 | | |
| | Kompot | | Gotowanie | |
| Podwieczorek | Ptasie mleczko | *7 | | |
| Kolacja | Rogal pszenny | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Salata | | | |
| | Wędlina wieprzowa | *1,3,6,7 | | |
| | Placki budyniowe | *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 28.08.2024

| Rodzaj posiłku | Skład posiłku | Alergeny | Sposób obróbki termicznej | Wartość energetyczna, odżywcza |
|----------------|-----------------------|----------|---------------------------|--|
| Śniadanie | Kakao | *7 | Gotowanie | Wartość energetyczna (kcal): 2500 kcal Białko: 90 g Tłuszcze: 106 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 40g Węglowodany: 314 g W tym cukry: 70 g Błonnik: 28 g Sól: 1620 g |
| | Chleb pszenny | *1 | | |
| | Chleb razowy | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Parówka wieprzowa | *1,3,6,7 | Gotowanie | |
| | Ketchup | | | |
| | Sałata, papryka | | | |
| | Kiwi | | | |
| II śniadanie | Owsianka z sokiem | *1,7 | Gotowanie | |
| Obiad | Zupa klopsikowa | *1,3,7,9 | Gotowanie | |
| | Makaron z truskawkami | *1,7 | Gotowanie | |
| | Kapusta biała | | | |
| | Kompot | | Gotowanie | |
| Podwieczorek | Popcorn | | | |
| Kolacja | Chleb pszenny | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Dżem | | | |
| | Pasta z kurczaka | *7 | | |
| | Sałata, kalarepa | | | |
| | | | | |

*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 29.08.2024

| Rodzaj posiłku | Skład posiłku | Alergeny | Sposób obróbki termicznej | Wartość energetyczna, odżywcza |
|---------------------|----------------------------------|----------|---------------------------|--|
| Śniadanie | Zupa mleczna z płatkami ryżowymi | *7 | Gotowanie | Wartość energetyczna (kcal): 2570 kcal Białko: 68 g Tłuszcze: 106 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 47g Węglowodany: 331 g W tym cukry: 87 g Błonnik: 35 g Sól: 1798 g |
| | Chleb pszenny | *1 | | |
| | Chleb razowy | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Ser żółty | *7 | | |
| | Wędlina wieprzowa | *1,3,6,7 | | |
| | Sałata, papryka | | | |
| | Herbata | | | |
| II śniadanie | Kisiel z jabłkiem | *7 | | |
| Obiad | Zupa żurek z jajem | *1,3,7 | Gotowanie | |
| | Kotlet mielony | *1,3,7 | Smażenie | |
| | Ziemniaki | | Gotowanie | |
| | Marchew z porem | *7 | | |
| | Kompot | | | |
| Podwieczorek | Sok marchwiowo - owocowy | | | |
| Kolacja | Chleb pszenny | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Sopocka | *1,3,6,7 | | |
| | Sałatka jarzynowa | *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 30.08.2024

| Rodzaj posiłku | Skład posiłku | Alergeny | Sposób obróbki termicznej | Wartość energetyczna, odżywcza |
|---------------------|-------------------------|----------|---------------------------|--|
| | Zupa mleczna z zacierką | *1,7 | Gotowanie | Wartość energetyczna (kcal): 2518 kcal Białko: 90 g Tłuszcze: 82 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 33 g Węglowodany: 375 g W tym cukry: 67 g Błonnik: 31 g Sól: 1704 g |
| | Chleb pszenny | *1 | | |
| | Chleb razowy | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Pasta z jaja | *3 | | |
| | Wędlina drobiowa | *1,3,6,7 | | |
| | Salatka z pomidora | | | |
| | Herbata | | Gotowanie | |
| II śniadanie | Jogurt owocowy | *7 | | |
| Obiad | Zupa barszcz czerwony | *1,9 | Gotowanie | |
| | Ryba panierowana | *1,3,7 | Smażenie | |
| | Ziemniaki | | Gotowanie | |
| | Surówka colesław | | | |
| | Kompot | | Gotowanie | |
| Podwieczorek | Arbuz | *1,3,7 | | |
| Kolacja | Bułka pszenna | *1 | | |
| | Masło | *7 | | |
| | Salata | *4,7 | | |
| | Ser topiony | | | |
| | Ryż z jabłkiem | *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