

DIETA PODSTAWOWA 31.08.2024				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kawa	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2513 kcal Białko: 81 g Tłuszcze: 112 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 43 g Węglowodany: 312 g W tym cukry: 64 g Błonnik: 27 g Sól: 1888 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Ser kanapkowy			
	Wędlina wieprzowa	1,3,6,7		
	Sałata, papryka			
II śniadanie	Budyń z wiśniami	*1,7		
Obiad	Zupa z groszku	*7,9	Gotowanie	
	Gulasz wieprzowy	*1,7	Gotowanie	
	Kasza jęczmienna	*1	Gotowanie	
	Sałatka z ogórka kiszzonego			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Jabłko			
	Chrupki kukurydziane			
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Sałatka ziemniaczana	*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 01.09.2024				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem	*7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2331 kcal Białko: 95 g Tłuszcze: 77 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 32g Węglowodany: 338 g W tym cukry: 72 g Błonnik: 33 g Sól: 3112 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Dżem	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Ogórek ze szczypiorkiem			
	Herbata			
II śniadanie	Koktajl mleczno - owocowy	*7		
Obiad	Zupa ogórkowa	*1,7,9	Gotowanie	
	Filet w jarzynach	*1	Gotowanie	
	Ziemniaki	*7	Gotowanie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Banan			
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Kiełbasa śląska pieczona	*1,3,6,7		
	Musztarda			
	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 02.09.2024				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi	*7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2718 kcal Białko: 114 g Tłuszcze: 93 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 37 g Węglowodany: 374 g W tym cukry: 72 g Błonnik: 34 g Sól: 2756 g
	Chleb pszenny	*1		
	Bułka graham	*1		
	Masło	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Twarożek z rzodkiewką	*7		
	Sałata			
	Herbata		Gotowanie	
II śniadanie	Grysik z sokiem	*1,7		
Obiad	Zupa jarzynowa	*9	Gotowanie	
	Spaghetti	*1	Smażenie	
	Kapusta pekińska			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Śliwki			
	Chrupki kukurydziane			
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Dżem			
	Pasta z kurczaka	*7		
	Sałata, ogórek			
	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 03.09.2024

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kakao	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2838 kcal Białko: 97 g Tłuszcze: 114 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 35 g Węglowodany: 376 g W tym cukry: 64 g Błonnik: 35 g Sól: 1749 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Jajo	*3		
	Parówka wieprzowa			
	Ketchup	*1,3,6,7		
Salata, papryka				
II śniadanie	Owsianka z wiśniami	*1,7	Gotowanie	
Obiad	Zupa zacierkowa	*1	Gotowanie	
	Kotlet siekany z kurczaka	*1,3,7	Pieczenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Surówka colesław			
	Kompot			
Podwieczorek	Popcorn			
Kolacja	Bułka pszenna	*1		
	Masło	*7		
	Salata			
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Ryż z jabłkiem	*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

DIETA PODSTAWOWA 04.09.2024				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą manną	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2558 kcal Białko: 92 g Tłuszcze: 109 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 38g Węglowodany: 284 g W tym cukry: 47 g Błonnik: 22 g Sól: 1631 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Ser żółty	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Ogórek ze szczypiorkiem			
	Herbata			
II śniadanie	Jogurt	*7		
Obiad	Zupa z fasolki szparagowej	*1,3,7,9	Gotowanie	
	Kotlety z makaronu	*1,3,7	Smażenie	
	Sos pomidorowy			
	Salatka grecka			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Sernik na zimno	*7		
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Salatka 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 05.09.2024

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi	*7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2477 kcal Białko: 106 g Tłuszcze: 82 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 31 g Węglowodany: 356 g W tym cukry: 82 g Błonnik: 35 g Sól: 1440 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Twaróg	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Sałata, kalarepa			
Herbata				
II śniadanie	Kisiel z bitą śmietaną	*7		
Obiad	Zupa grochowa	*7,9	Gotowanie	
	Kurczak w sosie śmietanowym	*7	Gotowanie	
	Ryż		Gotowanie	
	Marchew z selerem	*7		
	Kompot			
Podwieczorek	Arbuz			
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Dżem			
	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

DIETA PODSTAWOWA 06.09.2024				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
	Kakao	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2653 kcal Białko: 107 g Tłuszcze: 115 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 40 g Węglowodany: 312 g W tym cukry: 58 g Błonnik: 24 g Sól: 1728 g
	Bułka pszenna	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Jajecznica ze szczypiorem	*3		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Salatka z pomidora			
II śniadanie	Gruszka	*7		
Obiad	Zupa pieczarkowa	*1,7, 9	Gotowanie	
	Naleśniki z twarogiem i musem owocowym	*1,3,7	Smażenie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Tosty	*1,7		
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Ser kanapkowy	*7		
	Wędlina drobiowa	*1,3,6,7		
	Salata, 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