

DIETA PODSTAWOWA 12.04.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kawa	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2631 kcal Białko: 91 g Tłuszcze: 112 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 39g Węglowodany: 338 g W tym cukry: 83 g Błonnik: 35 g Sód: 2394 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Twaróg			
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Salata, papryka			
II śniadanie	Budyń z sokiem	*7		
Obiad	Zupa zacierkowa	*1,9	Gotowanie	
	Bitka wieprzowa w sosie koperkowym	*1,7	Duszenie	
	Kasza jęczmienna	*1	Gotowanie	
	Rzepa z marchwią	*7		
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Jabłko			
	Herbatniki	*1,3,7		
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Wędlina drobiowa	*1,3,6,7		
	Salatka jarzynowa	*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 13.04.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi	*1, 7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2678 kcal Białko: 103 g Tłuszcze: 124 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 40g Węglowodany: 311 g W tym cukry: 53 g Błonnik: 31 g Sód: 2049 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Serek topiony	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Herbata			
	Ogórek ze szczypiorem			
II śniadanie	Jogurt	*7		
Obiad	Zupa rosół z makaronem	*1,9	Gotowanie	
	Udo pieczone	*1,3,7	Pieczenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Surówka colesław			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Banan			
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Musztarda			
	Kiełbasa śląska pieczona	*1,3,6,7		
	Salatka z ogórka kiszzonego			
	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 14.04.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
	Zupa mleczna z zacierką	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2708 kcal Białko: 94 g Tłuszcze: 108 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 38g Węglowodany: 363 g W tym cukry: 88 g Błonnik: 35 g Sód: 2357 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Pasta z jaja	*3		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Salata, pomidor			
	Herbata			
II śniadanie	Kisiel z bitą śmietaną	*7	Gotowanie	
Obiad	Zupa kapuśniak	*9	Gotowanie	
	Kotlet mielony	*1,3,7	Pieczenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Marchew z groszkiem	*1,7	Gotowanie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Mandarynka			
	Chrupki bananowe			
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Dżem			
	Pasta z kurczaka	*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

DIETA PODSTAWOWA 15.04.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kakao	*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 Sód: 1834 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7	Gotowanie	
	Twarożek z rzodkiewką	*7		
	Salata, papryka			
II śniadanie	Koktajl mleczno-owocowy	*7		
Obiad	Zupa z fasolki szparagowej	*7,9	Gotowanie	
	Zraz zawijany z indyka	*1	Duszenie	
	Kasza gryczana		Gotowanie	
	Marchew z porem	*7		
	Buraczki			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Jabłecznik	*1,3,7	Pieczenie	
	Pizza	*1,3,7	Pieczenie	
	Salatka grecka	*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 16.04.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi	*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 Sód: 2223 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Dżem	*7		
	Pasztet	*1,3,7		
	Salatka z ogórka kiszzonego			
	Herbata			
II Śniadanie	Gryzik z wiśniami	*1,7	Gotowanie	
Obiad	Zupa klopsikowa	*1,3,7,9	Gotowanie	
	Racuchy z dżemem	*1,3,7	Gotowanie	
	Kompot			
Podwieczorek	Gruszka			
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Wędlina krakowska	*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 17.04.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi	*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 Sód: 2717 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Ser kanapkowy	*7		
	Wędlina drobiowa	*1,3,6,7		
	Ogórek ze szczypiorem			
	Herbata			
II śniadanie	Jogurt owocowy	*7		
Obiad	Zupa barszcz czerwony	*7,9	Gotowanie	
	Spaghetti	*1	Gotowanie	
	Kapusta pekińska			
	Kompot			
Podwieczorek	Ptasie mleczko	*7		
Kolacja	Bułka pszenna	*1		
	Masło	*7		
	Salata			
	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 18.04.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
	Zupa mleczna z makaronem	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 932 kcal Białko: 33 g Tłuszcze: 38 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 17g Węglowodany: 122 g W tym cukry: 35 g Błonnik: 11 g Sód: 531 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Jajo	*3		
	Majonez	*3		
	Ser żółty	*7		
	Salatka, pomidor			
	Herbata		Gotowanie	
II śniadanie	Sok	*7		
Obiad				
Podwieczorek				
Kolacja				

*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