

DIETA PODSTAWOWA 26.04.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kawa	* 1,7		Wartość energetyczna (kcal): 2840 kcal Białko: 101 g Tłuszcze: 113 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 49 g Węglowodany: 375 g W tym cukry: 44 g Błonnik: 32 g Sód: 1668 g
	Chleb pszenny	* 1		
	Chleb razowy	* 1		
	Masło	* 7		
	Ser żółty	* 7		
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Sałata, rzodkiewka			
II śniadanie	Kiwi			
	Chrupki kukurydziane			
Obiad	Zupa pieczarkowa	*7,9	Gotowanie	
	Bitka w sosie	*1	Duszenie	
	Ryż		Gotowanie	
	Rzepa z marchwią	* 7		
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Ciasto drożdżowe	* 1,3,7	Pieczenie	
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	* 7		
	Miód			
	Sałata			
	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 27.04.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą manną	* 7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2634 kcal Białko: 106 g Tłuszcze: 113 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 38 g Węglowodany: 289 g W tym cukry: 64 g Błonnik: 27 g Sód: 2773 g
	Chleb pszenny	* 1		
	Chleb razowy	* 1		
	Masło	* 7		
	Salata, papryka			
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Twarożek ze szczypiorkiem	* 7		
	Herbata			
II śniadanie	Sok	* 9		
Obiad	Zupa rosół z makaronem	* 1,9	Gotowanie	
	Udo panierowane	* 1,3,7	Pieczenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Mizeria	* 7		
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Jogurt owocowy	* 7		
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Musztarda	* 10		
	Kiełbasa śląska pieczona	* 1,3,6,7	Pieczenie	
	Salatka 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 28.04.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
	Zupa mleczna z płatkami owsianymi	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2979 kcal Białko: 88 g Tłuszcze: 116 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 46g Węglowodany: 427 g W tym cukry: 87 g Błonnik: 43 g Sód: 2689 g
	Chleb pszenny	* 1		
	Chleb razowy	* 1		
	Masło	* 7		
	Parówka	* 1,3,6,7	Gotowanie	
	Ketchup			
	Ogórek ze szczypiorem			
	Herbata			
II śniadanie	Banan			
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem	* 1,7,9	Gotowanie	
	Pieczeń rzymska w sosie	*1,3	Pieczenie	
	Kasza jęczmienna	*1	Gotowanie	
	Kalafior z bułką tartą	* 1,7	Gotowanie	
	Marchew z selerem	* 7		
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Kisiel z bitą śmietaną	* 7	Gotowanie	
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	*7		
	Wędlina drobiowa	* 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 29.04.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kakao	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2545 kcal Białko: 94 g Tłuszcze: 88 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 30g Węglowodany: 363 g W tym cukry: 81 g Błonnik: 28 g Sód: 1910 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Pasta z jaja	* 3	Smażenie	
	Salatka z pomidora			
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
II śniadanie	Budyń z sokiem	* 7	Gotowanie	
Obiad	Zupa porowa	* 7,9	Gotowanie	
	Kotlet drobiowy	*1,3,7	Pieczenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Surówka z kapusty pekińskiej			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Mandarynka			
	Chrupki kukurydziane			
Kolacja	Rogal pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Salata			
	Placki z jabłkiem	*1,3,7	Smażenie	
	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 30.04.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi	*7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2636 kcal Białko: 102 g Tłuszcze: 100 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 46 g Węglowodany: 357 g W tym cukry: 42 g Błonnik: 34 g Sód: 1596 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Twaróg	* 7		
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Sałata, rzodkiewka			
	Herbata			
II śniadanie	Jogurt naturalny	* 7		
Obiad	Zupa koperkowa	* 7,9	Gotowanie	
	Gołąbki w sosie pomidorowym	*1,3,7	Gotowanie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Brokuł		Gotowanie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Drożdżówka z jabłkiem	* 1,3,7	Pieczenie	
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Ser żółty	* 7		
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	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 01.05.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z zacierką	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2632 kcal Białko: 104 g Tłuszcze: 103 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 34g Węglowodany: 351 g W tym cukry: 51 g Błonnik: 38 g Sód: 1331 g
	Chleb pszenny	*1		
	Chleb razowy	*1		
	Masło	*7		
	Ser kanapkowy	* 7		
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Salata, papryka			
	Herbata			
II śniadanie	Koktajl mleczno - owocowy	* 7		
Obiad	Zupa jarzynowa	* 7,9	Gotowanie	
	Kurczak w sosie śmietanowym	*1,7	Duszenie	
	Ryż		Gotowanie	
	Marchew z porem	* 7		
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Kiwi			
	Herbatniki	* 1,3,7		
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Salatka brokułowa	* 1,7		
	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 02.05.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą manną	*1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2843 kcal Białko: 96 g Tłuszcze: 117 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 34g Węglowodany: 367 g W tym cukry: 77 g Błonnik: 31 g Sód: 1620 g
	Bułka graham	*1		
	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Miód			
	Jajo	* 3	Gotowanie	
	Sos tatarski	* 3		
	Salata, pomidor			
	Herbata			
II śniadanie	Owsianka z wiśniami	* 1,7	Gotowanie	
Obiad	Zupa barszcz czerwony	* 7,9	Gotowanie	
	Naleśniki z twarogiem i musem truskawkowym	*1,3,7	Smażenie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Popcorn			
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Ser topiony	* 7		
	Ryba po grecku	* 1,4,7		
	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