

DIETA PODSTAWOWA 21.06.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z zacierką	* 7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2480 kcal Białko: 95 g Tłuszcze: 96 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 37 g Węglowodany: 331 g W tym cukry: 50 g Błonnik: 33 g Sód: 1783 g
	Chleb pszenny	* 1		
	Chleb razowy	* 1		
	Masło	* 7		
	Twarożek ze szczypiorkiem	* 7		
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Pomidor			
II śniadanie	Grysik z sokiem	* 1,7	Gotowanie	
Obiad	Zupa brokułowa	* 7,9	Gotowanie	
	Gulasz mięsno-warzywny	* 1,3,7	Pieczenie	
	Kasza jęczmienna			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Jabłko, chrupki bananowe			
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Wędlina drobiowa			
	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 22.06.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2628 kcal Białko: 110 g Tłuszcze: 110 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 37g Węglowodany: 324 g W tym cukry: 77 g Błonnik: 31 g Sód: 2157 g
	Chleb pszenny	* 1		
	Chleb razowy	* 1		
	Masło	* 7		
	Miód	* 7	Gotowanie	
	Parówka z ketchupem	* 1,3,6,7		
	Sałata, rzodkiewka			
	Herbata			
II śniadanie	Jogurt			
Obiad	Zupa ogórkowa	* 1,9	Gotowanie	
	Filet w jarzynach	* 1,3,7	Smażenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
		* 7		
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Sok marchwiowo-owocowy	*7		
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Ser żółty			
	Krakowska	* 10		
	Ogórek	* 1,3,6,7	Pieczenie	
	Sałata rukola			
	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 23.06.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kawa	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2834 kcal Białko: 122 g Tłuszcze: 97 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 37g Węglowodany: 362 g W tym cukry: 57 g Błonnik: 40 g Sód: 2647 g
	Chleb razowy	* 1		
	Bułka pszenna	* 1		
	Masło	* 7		
	Jajo z majonezem	* 7		
	Wędlina drobiowa	* 1,3,6,7		
	Salata,pomidor			
	Herbata			
II śniadanie	Budyń z wiśniami	* 7	Gotowanie	
Obiad	Zupa jarzynowa	* 7,9	Gotowanie	
	Spaghetti	*1,7	Pieczenie	
	Salatka grecka			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Arbuz	*1,7	Pieczenie	
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło			
	Salatka z kurczaka	*7		
	Dżem	*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 24.06.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2584 kcal Białko: 60 g Tłuszcze: 78 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 31 g Węglowodany: 371 g W tym cukry: 83 g Błonnik: 31 g Sód: 1861 g
	Chleb razowy	* 1		
	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Ser kanapkowy			
	Ogórek ze szczypiorem	* 7		
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Herbata			
II śniadanie	Koktajl mleczno-owocowy		Gotowanie	
Obiad	Zupa klopsikowa	*7,9	Gotowanie	
	Ryż z jabłkiem	* 1,3,7	Smażenie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Tosty			
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Wędlina drobiowa	*7		
	Salatka brokułowa			
	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 25.06.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
	Zupa mleczna z kaszą manną	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2688 kcal Białko: 88 g Tłuszcze: 116 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 38 g Węglowodany: 346 g W tym cukry: 54 g Błonnik: 33 g Sód: 1559 g
	Chleb pszenny	* 1		
	Chleb razowy	* 1		
	Masło	* 7		
	Twarożek z rzodkiewką	* 7		
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Sałata			
	Herbata			
II śniadanie	Owsianka z sokiem	* 7		
Obiad	Zupa krupnik	* 9	Gotowanie	
	Kotlet devolay	*1,3,7	Gotowanie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Sałata z ogórkiem i śmietaną	*7		
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Banan			
Kolacja	Bułka	* 1		
	Masło			
	Sałata	*7		
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Placki budyniowe	*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 26.06.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kakao	*7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2648 kcal Białko: 92 g Tłuszcze: 106 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 30g Węglowodany: 346 g W tym cukry: 85 g Błonnik: 28 g Sód: 1934 g
	Chleb razowy	*1		
	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Dżem			
	Pasztet	*1,3,7	Pieczenie	
	Jablko			
	Ogórek małosolny			
	Herbata			
II śniadanie	Jogurt owocowy			
Obiad	Zupa z groszku	* 7,9	Gotowanie	
	Pieczeń rzymska w sosie koperkowym	*7	Duszenie	
	Kasza jęczmienna		Gotowanie	
	Buraczki,marchew z rzepą			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Kiwi,herbatnik			
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Salata,papryka			
	Ser topiony	*1,7		
	Pasta 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 27.06.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi	* 7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2648 kcal Białko: 92 g Tłuszcze: 106 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 30g Węglowodany: 346 g W tym cukry: 85 g Błonnik: 28 g Sód: 1934 g
	Chleb razowy	* 1		
	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Jajecznica ze szczypiorem	* 3		
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Pomidor			
	Herbata			
II Śniadanie	Sok			
Obiad	Zupa barszcz czerwony	* 1,7,9	Gotowanie	
	Ryba panierowana	* 1,4,7	Smażenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Kapusta młoda			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Ciasto z rabarborem	* 7		
Kolacja	Bułka	*1		
	Masło	*7		
	Salata			
	Wędlina drobiowa	*7		
	Makaron z truskawkami	* 1,3,7	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