

DIETA PODSTAWOWA 05.07.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kakao	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2430 kcal Białko: 100 g Tłuszcze: 85 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 32 g Węglowodany: 340 g W tym cukry: 46 g Błonnik: 34 g Sód: 1034 g
	Chleb pszenny	* 1		
	Chleb razowy	* 1		
	Masło	* 7		
	Twaróg	* 7		
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Rukola, ogórek			
II śniadanie	Owsianka z wiśniami	* 1,7	Gotowanie	
Obiad	Zupa z fasolki szparagowej	* 7,9	Gotowanie	
	Makaron ze szpinakiem i kurczakiem	* 1,7	Duszenie	
	Kapusta biała			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Kiwi			
	Chrupki kukurydziane			
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 06.07.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2522 kcal Białko: 101 g Tłuszcze: 113 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 45 g Węglowodany: 293 g W tym cukry: 49 g Błonnik: 29 g Sód: 916 g
	Chleb pszenny	* 1		
	Chleb razowy	* 1		
	Masło	* 7		
	Salata, papryka			
	Ser kanapkowy	* 7		
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Herbata			
II śniadanie	Jabłko			
	Herbatniki	* 1,3,7		
Obiad	Zupa pieczarkowa	* 7,9	Gotowanie	
	Bitka w sosie koperkowym	* 1,7	Duszenie	
	Kasza jęczmienna	* 1	Gotowanie	
	Kapusta czerwona			
	Fasolka szparagowa		Gotowanie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Jogurt owocowy	*7		
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Ser topiony	* 7		
	Pasta z kureczaka	* 7		
	Salata, rzodkiewka			
	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 07.07.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi	* 7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2848 kcal Białko: 103 g Tłuszcze: 97 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 38g Węglowodany: 412 g W tym cukry: 75 g Błonnik: 30 g Sód: 1414 g
	Chleb pszenny	* 1		
	Chleb razowy	* 1		
	Masło	* 7		
	Parówka	* 1,3,6,7	Gotowanie	
	Ketchup			
	Salata rukola, pomidor			
	Herbata			
II śniadanie	Budyń jaglany z sokiem	* 7	Gotowanie	
Obiad	Zupa brokułowa	* 7,9	Gotowanie	
	Kotlet siekany z kurczaka	* 1,3,7	Smażenie	
	Ziemniaki			
	Surówka colesław			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Arbuz			
Kolacja	Bułka pszenna	*1		
	Masło			
	Salata	*7		
	Wędlina wieprzowa	*1,3,6,7		
	Makaron z truskawkami	* 1,7	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 08.07.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kawa	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2748 kcal Białko: 104 g Tłuszcze: 97 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 37 g Węglowodany: 389 g W tym cukry: 72 g Błonnik: 31 g Sód: 1834 g
	Chleb razowy	* 1		
	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Ogórek			
	Wędlina drobiowa	* 1,3,6,7		
	Twarożek ze szczypiorem	* 7		
II śniadanie	Koktajl mleczno - owocowy	* 7		
Obiad	Zupa gulaszowa	* 1,7,9	Gotowanie	
	Racuchy z dżemem	* 1,3,7	Smażenie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Brzoskwinia			
	Chrupki kukurydziane			
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Salatka brokułowa	* 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 09.07.2025				
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
	Bułka graham	* 1		
	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Jajo	* 3	Gotowanie	
	Majonez	* 3		
	Salata, papryka			
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Herbata			
II śniadanie	Jogurt owocowy	* 7		
Obiad	Zupa grochowa	* 9	Gotowanie	
	Pierogi ruskie	*1,3,7	Gotowanie	
	Surówka colesław			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Ciasto z rabarbarem	* 1.3.7	Pieczenie	
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Pasta z wędlin	* 1,3,6,7		
	Salatka grecka			
	Ser kanapkowy	* 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 10.07.2025

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi	* 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			
	Herbata			
	Ogórek małosolny			
	Pasztet wieprzowo - warzywny	*1,3,7	Pieczenie	
II śniadanie	Owsianka z truskawkami	* 1,7	Gotowanie	
Obiad	Zupa kapuśniak	* 9	Gotowanie	
	Pulpet w sosie koperkowym	* 1,3,7	Duszenie	
	Kasza jęczmienna	* 1	Gotowanie	
	Fasolka			
	Buraczki			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Popcorn			
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Salatka 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 11.07.2025				
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		
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Jajecznica ze szczypiorem	* 3	Smażenie	
II Śniadanie	Jabłko			
	Herbatniki			
Obiad	Zupa zacierkowa	* 1,7,9	Gotowanie	
	Kotlet rybny	* 1,3,4,7	Pieczenie	
	Ziemniaki			
	Kapusta biała			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Legumina z twarogu	* 7		
Kolacja	Bułka pszenna	*1		
	Masło	*7		
	Salata			
	Ser topiony	* 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