

DIETA PODSTAWOWA 26.07.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2688 kcal Białko: 83 g Tłuszcze: 103 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 40 g Węglowodany: 351 g W tym cukry: 79 g Błonnik: 34 g Sód: 1895 g
	Chleb pszenny	* 1		
	Chleb razowy	* 1		
	Masło	* 7		
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Twarożek ze szczypiorem	* 7		
	Salata, rzodkiewka			
	Herbata			
II śniadanie	Kisiel z bitą śmietaną	* 7	Gotowanie	
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem	* 1,7,9	Gotowanie	
	Sakiewki drobiowe ze szpinakiem	* 1,3,7	Pieczenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Fasolka			
	Marchew z selerem	* 7		
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Brzoskwinia			
	Chrupki bananowe			
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 27.07.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kakao	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2688 kcal Białko: 71 g Tłuszcze: 114 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 40 g Węglowodany: 345 g W tym cukry: 40 g Błonnik: 39 g Sód: 2535 g
	Chleb pszenny	* 1		
	Chleb razowy	* 1		
	Masło	* 7		
	Kiwi			
	Ketchup			
	Parówka wieprzowa	* 1,3,6,7	Gotowanie	
	Salata rukola, kalarepa			
II śniadanie	Jogurt owocowy	* 7		
Obiad	Zupa kalafiorowa	* 7,9	Gotowanie	
	Kotlet schabowy	* 1,3,7	Pieczenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Surówka colesław	* 7		
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Jabłko			
	Herbatniki	* 1,3,7		
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Ser topiony	* 7		
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Salata, papryka, marchew			
	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 28.07.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi	* 7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2688 kcal Białko: 111 g Tłuszcze: 112 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 41 g Węglowodany: 339 g W tym cukry: 68 g Błonnik: 41 g Sód: 3046 g
	Bułka graham	* 1		
	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Jajo	* 3	Gotowanie	
	Sos tatarski	* 3		
	Salata rukola, pomidor			
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Herbata			
II śniadanie	Koktajl mleczno - owocowy	* 7		
Obiad	Zupa pieczarkowa	* 9	Gotowanie	
	Pulpety w sosie pomidorowym	* 1,3,7	Gotowanie	
	Kasza jęczmienna	* 1	Gotowanie	
	Rzepa z marchwią	* 7	Gotowanie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Brzoskwinia			
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Dżem	* 1,7		
	Musztarda	* 10		
	Salatka grecka			
	Kiełbasa śląska pieczona	*1,3,6,7	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 29.07.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi	* 7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2688 kcal Białko: 87 g Tłuszcze: 93 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 47 g Węglowodany: 367 g W tym cukry: 92 g Błonnik: 37 g Sód: 2888 g
	Chleb razowy	* 1		
	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Salata, kalarepa			
	Wędlina wieprzowa			
	Twarożek z rzodkiewką	* 7		
	Herbata	* 7		
II śniadanie	Budyń z sokiem			
Obiad	Zupa botwinka	* 7,9	Gotowanie	
	Kotlet mielony	* 1,3,7		
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Marchew z groszkiem	* 1,7	Gotowanie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Arbuz	*		
Kolacja	Bułka pszenna	*1		
	Masło	*7		
	Salata			
	Ryż z jabłkiem	* 7	Pieczenie	
	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 30.07.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
I Śniadanie	Kakao	* 7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2688 kcal Białko: 104 g Tłuszcze: 84 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 31 g Węglowodany: 413 g W tym cukry: 98 g Błonnik: 42 g Sód: 2222 g
	Chleb pszenny	* 1		
	Chleb razowy	* 1		
	Masło	* 7		
	Jabłko			
	Ser żółty	* 7		
	Salata, papryka			
	Wędlina drobiowa	* 1,3,6,7		
II śniadanie	Sok marchwiowo - owocowy			
Obiad	Zupa grochowa	* 7,9	Gotowanie	
	Risotto kurczakiem	* 7	Duszenie	
	Kompot			
Podwieczorek	Kisiel z bitą śmietaną	* 7	Gotowanie	
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Salatka z makaronu i brokuła	* 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 31.07.2025

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą manną	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2798 kcal Białko: 97 g Tłuszcze: 124 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 42 g Węglowodany: 344 g W tym cukry: 647 g Błonnik: 38 g Sód: 1724 g
	Bułka graham	* 1		
	Chleb pszenny	* 1		
	Herbata			
	Masło	* 7		
	Dżem			
	Ketchup			
	Salata, rzodkiewka			
	Parówka wieprzowa	* 1,3,6,7		
II śniadanie	Owsianka z sokiem	* 1,7	Gotowanie	
Obiad	Zupa kalafiorowa	* 7, 9	Gotowanie	
	Gołąbki w sosie pomidorowym	* 1,3	Duszenie	
	Brokuł			
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Banan			
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Salatka jarzynowa	* 7		
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		

*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 01.08.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kawa	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2778 kcal Białko: 110 g Tłuszcze: 115 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 34 g Węglowodany: 345 g W tym cukry: 82 g Błonnik: 29 g Sód: 1544 g
	Chleb razowy	* 1		
	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Pomidor			
	Wędlina drobiowa	* 1,3,6,7		
	Jajecznica ze szczypiorem	* 3	Smażenie	
II Śniadanie	Budyń z sokiem	* 7	Gotowanie	
Obiad	Zupa zacierkowa	* 1,9	Gotowanie	
	Ziemniaki			
	Surówka colesław			
	Ryba panierowana	* 1,4,7	Smażenie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Ciasto z rabarbarem			
Kolacja	Bułka pszenna	* 1		
	Masło	* 7		
	Salata		Gotowanie	
	Herbata			
	Placki z jabłkiem	* 1,3,7	Smażenie	
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		

*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