

DIETA PODSTAWOWA 02.08.2025

Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi	* 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	* 7		
	Ogórek ze szczypiorem			
	Herbata			
II śniadanie	Owsianka z wiśniami	* 7	Gotowanie	
Obiad	Zupa z fasolki szparagowej	* 1,7,9	Gotowanie	
	Zapiekanka ziemniaczana z kurczakiem	* 1,3,7	Pieczenie	
	Marchew z selerem		Gotowanie	
		* 7		
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Kiwi			
	Chrupki			
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 03.08.2025

Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną	* 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		
	Wędlina krakowska			
	Ser kanapkowy			
	Herbata	* 1,3,6,7	Gotowanie	
	Salata rukola, papryka			
II śniadanie	Jabłko, herbatnik	* 7		
Obiad	Zupa pieczarkowa	* 7,9	Gotowanie	
	Pulpet w sosie pomidorowym	* 1,3,7	Pieczenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Buraczki	* 7		
	Rzepa z marchwią			
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Jogurt owocowy			
		* 1,3,7		
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Ser topiony	* 7		
	Pasta z kurczaka	* 1,3,6,7		
	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 04.08.2025

Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kakao	* 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
	Chleb razowy	* 1		
	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Dżem	* 3	Gotowanie	
	Kiwi	* 3		
	Parówka			
	Ketchup	* 1,3,6,7		
	Salata,papryka			
II śniadanie	Sok	* 7		
Obiad	Zupa marchwiowa z grzankami	* 9	Gotowanie	
	Kurczak w sosie śmietanowym	* 1,3,7	Gotowanie	
	Ryż	* 1	Gotowanie	
	Kapusta pekińska	* 7	Gotowanie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Koktajl mleczno-owocowy			
Kolacja	Bułka graham	* 1		
	Masło	* 7		
	Salata	* 1,7		
	Wędlina wieprzowa	* 10		
	Makaron z truskawkami			
		*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 05.08.2025				
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: 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		
	Bułka	* 1		
	Masło	* 7		
	Pasta z jaja			
	Wędlina wieprzowa			
	Salatka z pomidora	* 7		
	Herbata	* 7		
II śniadanie	Budyń z kaszy jaglanej z sokiem			
Obiad	Zupa z groszku	* 7,9	Gotowanie	
	Kotlet z makaronu z sosem pomidorowym	* 1,3,7		
	Salatka grecka		Gotowanie	
		* 1,7	Gotowanie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Banan	*		
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Dżem			
	Kalafior z bułka tartą	* 7	Pieczenie	
	Wędlina drobiowa	* 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 06.08.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
I Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą manną	* 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		
	Serek topiony			
	Pasztet	* 7		
	Salatka z ogórka kiszzonego			
	Herbata	* 1,3,6,7		
II śniadanie	Gryzik z wiśniami			
Obiad	Zupa gulaszowa	* 7,9	Gotowanie	
	Racuchy z dżemem	* 7	Duszenie	
	Kompot			
Podwieczorek	Gruszka	* 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 07.08.2025

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kawa	* 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
	Chleb razowy	* 1		
	Chleb pszenny	* 1		
	Herbata			
	Masło	* 7		
	Wędlina sopocka			
	Twarożek z rzodkiewką			
	Sałata			
	Kalarepa	* 1,3,6,7		
II śniadanie	Jogurt	* 1,7	Gotowanie	
Obiad	Zupa ogórkowa	* 7, 9	Gotowanie	
	Kotlet drobiowy	* 1,3	Duszenie	
	Colesław			
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Drożdżówka z jabłkiem			
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Salatka brokułowa	* 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 08.08.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z zacierką	* 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
	Bułka graham	* 1		
	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Pomidor			
	Wędlina drobiowa	* 1,3,6,7		
	Jajo z majonezem	* 3	Smażenie	
II Śniadanie	Kisiel z sokiem	* 7	Gotowanie	
Obiad	Zupa krupnik	* 1,9	Gotowanie	
	Ziemniaki			
	Babka ziemniaczana z sosem pieczarkowym			
	Kapusta czerwona	* 1,4,7	Smażenie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Kiwi, chrupki			
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Dżem		Gotowanie	
	Herbata			
	Ryba po grecku	* 1,3,7	Smażenie	
		* 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