

DIETA PODSTAWOWA 09.08.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2532 kcal Białko: 104 g Tłuszcze: 113 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 39 g Węglowodany: 299 g W tym cukry: 43 g Błonnik: 36 g Sód: 2091 g
	Chleb pszenny	* 1		
	Chleb razowy	* 1		
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Salata, papryka			
	Ser żółty	* 7		
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
II śniadanie	Arbuz			
Obiad	Zupa brokułowa	* 7,9	Gotowanie	
	Kompot			
	Zapiekanka makaronowa z kurczakiem	* 1,3,7	Pieczenie	
	Marchew z selerem	* 7		
Podwieczorek	Popcorn			
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Salata, kalarepa			
	Pasta z wędlin	* 1,3,6,7		
	Ser kanapkowy	* 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 10.08.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kakao	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2481 kcal Białko: 104 g Tłuszcze: 109 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 35 g Węglowodany: 297 g W tym cukry: 51 g Błonnik: 32 g Sód: 2089 g
	Chleb pszenny	* 1		
	Chleb razowy	* 1		
	Masło	* 7		
	Twaróg	* 7		
	Wędlina drobiowa	* 1,3,6,7		
	Ogórek ze szczypiorem			
II śniadanie	Jabłko			
	Herbatniki	* 1,3,7		
Obiad	Zupa rosół z makaronem	* 1,9	Gotowanie	
	Kompot			
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Udo panierowane	* 1,3,7	Pieczenie	
	Kalafior			
	Mizeria	* 7		
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Jogurt owocowy	* 7		
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

*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 11.08.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi	* 7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2559 kcal Białko: 90 g Tłuszcze: 95 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 37 g Węglowodany: 354 g W tym cukry: 73 g Błonnik: 28 g Sód: 2318 g
	Chleb razowy	* 1		
	Rogal pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Ser topiony	* 7		
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Pomidor, sałata rukola			
II śniadanie	Budyń z wiśniami	* 7	Gotowanie	
Obiad	Zupa kapuśniak	* 9	Gotowanie	
	Kompot			
	Kotlet mielony	* 1,3,7	Smażenie	
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Marchew z groszkiem	* 1,7	Gotowanie	
	Kompot		Gotowanie	
Podwieczorek	Banan			
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Miód			
	Herbata			
	Pasta z kurczaka	* 7		
	Sałata, ogórek małosolny			

*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 12.08.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kawa	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2677 kcal Białko: 92 g Tłuszcze: 114 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 42 g Węglowodany: 345 g W tym cukry: 59 g Błonnik: 36 g Sód: 2886 g
	Chleb pszenny	* 1		
	Chleb razowy	* 1		
	Masło	* 7		
	Pasta z jaja	* 3		
	Salata, papryka			
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
II śniadanie	Koktajl mleczno - owocowy	* 7		
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem	* 7,9	Gotowanie	
	Bitka w sosie koperkowym	* 1,7	Duszenie	
	Kompot			
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Buraczki		Gotowanie	
	Marchew z porem	* 7		
Podwieczorek	Arbuz			
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Herbata			
	Salatka brokułowa	* 1,7		
	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

*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 13.08.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
I Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi	* 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		
	Herbata			
	Twaróg	* 7		
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Ogórek ze szczypiorem			
II śniadanie	Kiwi			
	Herbatniki	* 1,3,7		
Obiad	Zupa fasolowa	* 9	Gotowanie	
	Ryż		Gotowanie	
	Kompot			
	Leczo z kurczakiem		Gotowanie	
Podwieczorek	Jogurt naturalny	* 7		
Kolacja	Pizza	* 1,3,7	Pieczenie	
	Herbata	* 7		
	Salatka grecka	* 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 14.08.2025				
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
	Chleb razowy	* 1		
	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Dżem			
	Ketchup			
	Herbata			
	Parówka wieprzowa	* 1,3,6,7	Gotowanie	
	Rukola, rzodkiewka			
II śniadanie	Owsianka z wiśniami	* 1,7	Gotowanie	
Obiad	Zupa klopsikowa	* 7, 9	Gotowanie	
	Kompot			
	Makaron z truskawkami	* 1,7		
Podwieczorek	Tosty	* 1,7	Pieczenie	
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Ser kanapkowy	* 7		
	Salatka z kurczaka	* 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 15.08.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kakao	* 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 pszenny	* 1		
	Chleb razowy	* 1		
	Masło	* 7		
	Ser żółty	* 7		
	Salata, pomidor			
	Jajecznica ze szczypiorem	* 3		
II Śniadanie	Jabłko			
	Chrupki bananowe			
Obiad	Zupa barszcz czerwony	* 7,9	Gotowanie	
	Kompot			
	Ziemniaki			
	Kapusta kiszona			
	Ryba panierowana	* 1,4,7	Smażenie	
Podwieczorek	Murzynek			
Kolacja	Bułka pszenna	* 1		
	Masło	* 7		
	Salata			
	Placki z jabłkami	* 1,3,7		
	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