

DIETA PODSTAWOWA 16.08.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2613 kcal Białko: 84 g Tłuszcze: 118 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 38 g Węglowodany: 325 g W tym cukry: 73 g Błonnik: 36 g Sód: 1761 g
	Chleb pszenny	* 1		
	Chleb razowy	* 1		
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Sałata, kalarepa			
	Wędlina drobiowa	* 1,3,6,7		
	Twarożek z rzodkiewką	* 7		
II śniadanie	Kisiel z bitą śmietaną			
Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem	* 1,7,9	Gotowanie	
	Kompot			
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Surówka colesław			
	Pulpet w sosie pomidorowym	* 1,3,7	Gotowanie	
Podwieczorek	Popcorn			
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Sałatka 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 17.08.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z makaronem	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2503 kcal Białko: 85 g Tłuszcze: 110 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 42 g Węglowodany: 321 g W tym cukry: 65 g Błonnik: 36 g Sód: 2674 g
	Chleb pszenny	* 1		
	Chleb razowy	* 1		
	Masło	* 7		
	Ser topiony	* 7		
	Papryka, sałata rukola			
	Wędlina drobiowa	* 1,3,6,7		
	Ogórek ze szczypiorem			
II śniadanie	Banan			
Obiad	Zupa selerowa	* 7,9	Gotowanie	
	Brokuł			
	Kompot			
	Gulasz wieprzowy	* 1,7	Gotowanie	
	Kasza jęczmienna	* 1	Gotowanie	
	Marchew z selerem	* 7		
Podwieczorek	Jogurt owocowy	* 7		
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Dżem			
	Musztarda	* 10		
	Salatka z pomidora			
	Kiełbasa śląska pieczona	* 1,3,6,7	Pieczenie	

*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 18.08.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi	* 7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2969 kcal Białko: 106 g Tłuszcze: 113 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 36 g Węglowodany: 410 g W tym cukry: 59 g Błonnik: 36 g Sód: 1728 g
	Chleb razowy	* 1		
	Bułka pszenna	* 1		
	Masło	* 7		
	Jajo			
	Herbata			
	Majonez	* 7		
	Salata, rzodkiewka			
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
II śniadanie	Budyń z kaszy jaglanej z sokiem	* 7	Gotowanie	
Obiad	Zupa ogórkowa	* 7,9	Gotowanie	
	Kompot			
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Kapusta biała			
	Fasolka szparagowa		Gotowanie	
	Sakiewki drobiowe ze szpinakiem	* 1,3,7	Pieczenie	
Podwieczorek	Kiwi			
	Chrupki bananowe			
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

DIETA PODSTAWOWA 19.08.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kawa	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2480 kcal Białko: 114 g Tłuszcze: 102 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 40 g Węglowodany: 303 g W tym cukry: 46 g Błonnik: 3 g Sód: 1817 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 gulaszowa	* 7,9	Gotowanie	
	Kompot			
	Salatka grecka			
	Kotlety ziemniaczane z sosem pomidorowym	* 1,3,7	Smażenie	
Podwieczorek	Gruszka			
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Masło	*7		
	Ser żółty	*7		
	Salata, papryka			
	Pasta 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

*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 20.08.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
I Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą manną	* 7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2895 kcal Białko: 100 g Tłuszcze: 102 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 39 g Węglowodany: 409 g W tym cukry: 68 g Błonnik: 30 g Sód: 2091 g
	Chleb pszenny	* 1		
	Chleb razowy	* 1		
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Ser kanapkowy	* 7		
	Wędlina drobiowa	* 1,3,6,7		
	Salatka z pomidora			
II śniadanie	Brzoskwinia			
	Herbatniki	* 1,3,7		
Obiad	Zupa krupnik	* 9	Gotowanie	
	Kompot			
	Spaghetti		Smażenie	
	Kapusta pekińska			
Podwieczorek	Tosty	* 1,7	Pieczenie	
Kolacja	Bułka graham	* 1		
	Masło			
	Salata			
	Herbata			
	Ryż z jabłkiem	* 7	Gotowanie	
	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 21.08.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z zacierką	* 1,7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2618 kcal Białko: 121 g Tłuszcze: 96 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 37 g Węglowodany: 350 g W tym cukry: 63 g Błonnik: 40 g Sód: 1998 g
	Chleb razowy	* 1		
	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Dżem			
	Herbata			
	Ogórek małosolny			
	Pasztet mięsno - warzywny	* 1,3,7		
II śniadanie	Arbuz			
Obiad	Zupa grochowa	* 9	Gotowanie	
	Kompot			
	Kasza jęczmienna	* 1		
	Marchew z selerem	* 7		
	Kurczak w sosie śmietanowym	* 1,7		
Podwieczorek	Sernik na zimno	* 7		
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Salatka ziemniaczana	* 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 22.08.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi	* 7	Gotowanie	Wartość energetyczna (kcal): 2812 kcal Białko: 110 g Tłuszcze: 100 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 33 g Węglowodany: 387 g W tym cukry: 71 g Błonnik: 27 g Sód: 2182 g
	Chleb razowy	* 1		
	Rogal pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Pasta z jaja	* 3		
	Salatka z pomidora			
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
II Śniadanie	Owsianka z truskawkami	* 1,7	Gotowanie	
Obiad	Zupa kapuśniak	* 7,9	Gotowanie	
	Kompot			
	Naleśniki z twarogiem i bitą śmietaną	* 1,3,7	Smażenie	
Podwieczorek	Jabłko			
	Chrupki kukurydziane			
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Salata, papryka			
	Wędlina drobiowa	* 1,3,6,7		
	Pasta z ryby wędzonej	* 4,7		

*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