

DIETA PODSTAWOWA 23.08.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	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			
	Parówka z ketchupem			
	Ogórek ze szczypiorem	* 1,3,6,7		
	Twarożek z rzodkiewką	* 7		
II śniadanie	Kisiel z jabłkiem			
Obiad	Zupa porowa	* 1,7,9	Gotowanie	
	Kompot			
	Ziemniaki		Gotowanie	
	Surówka colesław			
	Kotlet schabowy	* 1,3,7	Gotowanie	
Podwieczorek	Popcorn			
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Ser żółty			
	Kalafior bułką tartą			
	Sałata	* 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 24.08.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kawa	* 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		
	Twaróg	* 7		
	Pomidor, sałata rukola			
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Kiwi			
II śniadanie	Sok			
Obiad	Zupa rosół z makaronem	* 7,9	Gotowanie	
	Udo			
	Kompot			
	Brokuł	* 1,7	Gotowanie	
	Mizeria	* 1	Gotowanie	
	Ziemniaki	* 7		
Podwieczorek	Banan	* 7		
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Miód			
	Musztarda	* 10		
	Herbata			
	Salatka grecka			
	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

DIETA PODSTAWOWA 25.08.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z makaronem	* 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 pszenny	* 1		
	Bułka graham	* 1		
	Masło	* 7		
	Twarożek z rzodkiewką			
	Herbata			
	Kalarepa	* 7		
	Salata,			
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
II śniadanie	Grysik z soki	* 7	Gotowanie	
Obiad	Zupa brokułowa	* 7,9	Gotowanie	
	Kompot			
	Pieczeń rzymska		Gotowanie	
	Kasza jęczmienna			
	Kalafior z bułką		Gotowanie	
	Marchew z porzem	* 1,3,7	Pieczenie	
Podwieczorek	Gruszka			
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Salatka z kurczaka	* 1,7		
	Salata,papryka	* 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 26.08.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kakao	* 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		
	Jajo z majonezem	* 3		
	jałko			
	Rukola,ogórek			
	Wędlina drobiowa	* 1,3,6,7		
II śniadanie	Koktajl mleczno - owocowy	* 7		
Obiad	Zupa zacierkowa	* 7,9	Gotowanie	
	Kompot			
	Filet w jarzynach			
	Ziemniaki	* 1,3,7	Smażenie	
Podwieczorek	Arbuz			
Kolacja	Chleb pszenny	*1		
	Herbata			
	Masło	*7		
	Ser kanapkowy	*7		
	Salata, papryka			
	Polędwica z indyka	* 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 27.08.2025				
Rodzaj posilku	Skład posilku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
I Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi	* 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 topiony	* 7		
	Pasztet mięsno-warzywny	* 1,3,6,7		
	Sałatka z ogórka kiszzonego			
II śniadanie	Owsianka z wiśniami			
		* 1,3,7		
Obiad	Zupa żurek z jajkiem	* 9	Gotowanie	
	Kompot			
	Sos pieczarkowy			
	Babka ziemniaczana		Smażenie	
	Kapusta czerwona			
Podwieczorek	Legumina z twarogu	* 1,7	Pieczenie	
Kolacja	Chleb	* 1		
	Masło			
	Herbata			
	Sałatka jarzynowa	* 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 28.08.2025

Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Zupa mleczna z z płatkami ryżowymi	* 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		
	Rogal	* 1		
	Masło	* 7		
	Ser żółty			
	Herbata			
	Wędlina wieprzowa			
	Sałata,rzodkiewka	* 1,3,7		
II śniadanie	Jogurt owocowy			
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem	* 9	Gotowanie	
	Kompot			
	Zapiekanka ziemniaczana z kurczakiem	* 1		
	Kapusta czerwona	* 7		
		* 1,7		
Podwieczorek	Popkorn	* 7		
Kolacja	Chleb pszenny	* 1		
	Dżem			
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Parówka z ketchupem	* 1,3,6,7		
	Ogórek ze szczypiorem	* 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 29.08.2025				
Rodzaj posiłku	Skład posiłku	Alergeny	Sposób obróbki termicznej	Wartość energetyczna, odżywcza
Śniadanie	Kawa	* 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		
	Chleb pszenny	* 1		
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Jajecznicza	* 3		
	Pomidor			
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
II Śniadanie	Kisiel z bitą śmietaną	* 1,7	Gotowanie	
Obiad	Zupa z groszku	* 7,9	Gotowanie	
	Kompot			
	Ziemniaki			
	Kotlet rybny	* 1,3,7	Smażenie	
	Colesław			
Podwieczorek				
	Jabłecznik			
Kolacja	Bułka	* 1		
	Masło	* 7		
	Herbata			
	Salata			
	Wędlina wieprzowa	* 1,3,6,7		
	Makaron z tróskawkami	* 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