

	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
CZWARTEK 09.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Parówka drobiowa 2szt (GLU, MLE, SEL) Ketchup 30g (SEL) Sałatka z fasolką 100g	Zupa cebulowa 350ml (MLE, SEL) Kompot 250ml Filet z indyka w sosie koperkowym 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty pekińskiej 75g Szpinak zasmażany 75g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z twarogu i ryby 100g (MLE, RYB) Ogórek zielony 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2499,9kcal BIAŁKO: 101,1g TŁUSZCZ: 112,7g w tym kw. nasycone: 58,7g WĘGLOWODANY: 251,12g w tym cukry: 25,73g BŁONNIK: 21,99g SÓL: 10,24g			
CZWARTEK 09.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Parówka drobiowa 2szt (GLU, MLE, SEL) Ketchup 30g (SEL) Sałatka z pomidora i sałaty 100g	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Filet z indyka w sosie koperkowym 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU, JAJ) Szpinak zasmażany 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z twarogu i ryby 100g (MLE, RYB) Sałata	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 23657,9kcal BIAŁKO: 98,1g TŁUSZCZ: 108,6g w tym kw. nasycone: 51,7g WĘGLOWODANY: 251,12g w tym cukry: 25,73g BŁONNIK: 20,99g SÓL: 10,24g			
CZWARTEK 09.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Parówka drobiowa 2szt (GLU, MLE, SEL) Ketchup 30g (SEL) Sałatka z pomidora i sałaty 100g	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Filet z indyka w sosie koperkowym 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU, JAJ) Szpinak zasmażany 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z twarogu i ryby 100g (MLE, RYB) Sałata	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 23657,9kcal BIAŁKO: 98,1g TŁUSZCZ: 108,6g w tym kw. nasycone: 51,7g WĘGLOWODANY: 251,12g w tym cukry: 25,73g BŁONNIK: 20,99g SÓL: 10,24g			
CZWARTEK 09.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Parówka drobiowa 2szt (GLU, MLE, SEL) Ketchup 30g (SEL) Sałatka z pomidora i sałaty 100g	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Filet z indyka w sosie koperkowym 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU, JAJ) Szpinak zasmażany 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z twarogu i ryby 100g (MLE, RYB) Sałata	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 23657,9kcal BIAŁKO: 98,1g TŁUSZCZ: 108,6g w tym kw. nasycone: 51,7g WĘGLOWODANY: 251,12g w tym cukry: 25,73g BŁONNIK: 21,99g SÓL: 10,24g			
CZWARTEK 09.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Parówka drobiowa 2szt (GLU, MLE, SEL) Ketchup 30g (SEL) Sałatka z pomidora i sałaty 100g	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Filet z indyka w sosie koperkowym 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU, JAJ) Szpinak zasmażany 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z twarogu i ryby 100g (MLE, RYB) Sałata	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
ENERGIA: 2691,1kcal BIAŁKO: 119,8g TŁUSZCZ: 131,7g w tym kw. nasycone: 50,5g WĘGLOWODANY: 293,11g w tym cukry: 64,4g BŁONNIK: 20,25g SÓL: 8,36g				
CZWARTEK 09.11.2023	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku bez cukru 250ml (GLU, MLE) Pieczywo graham 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Parówka drobiowa 2szt (GLU, MLE, SEL) Ketchup 30g (SEL) Sałatka z fasolką 100g	Zupa jarzynowa 350ml (MLE, SEL) Kompot bez cukru 250ml Filet z indyka w sosie koperkowym 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty pekińskiej 75g Szpinak zasmażany 75g (GLU)	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z twarogu i ryby 100g (MLE, RYB) Ogórek zielony 100g	Serek homogenizowany naturalny 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			

ENERGIA: 2553,1kcal BIAŁKO: 113,1g TLUSZCZ: 125,6g w tym kw. nasycone: 46,4g WĘGLOWODANY: 253,38g w tym cukry: 26,82g BŁONNIK: 21,9g SÓL: 8,39g				
DIETA PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ				
CZWARTEK 09.11.2023	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE)	Zupa jarzynowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa jarzynowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa jarzynowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)
	II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (MLE)			
	ENERGIA: 1149kcal BIAŁKO: 57,3g TLUSZCZ: 62,9g w tym kw. nasycone: 17g WĘGLOWODANY: 90,92g w tym cukry: 18,45g BŁONNIK: 5,26g SÓL: 0,86g			
DIETA APLAZYJNA				
CZWARTEK 09.11.2023	Ryż na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Parówka drobiowa 2szt (GLU, MLE, SEL) Ketchup 30g (SEL) Sałatka z pomidora i sałaty 100g	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Filet z indyka w sosie koperkowym 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU, JAJ) Szpinak zasmażany 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z twarogu bez laktozy i ryby 100g (MLE, RYB) Sałata	Kisiel z jabłkiem 200g
	II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
	ENERGIA: 2483kcal BIAŁKO: 111,3g TLUSZCZ: 118g w tym kw. nasycone: 43,9g WĘGLOWODANY: 255g w tym cukry: 31,57g BŁONNIK: 22,26g SÓL: 9,8g			

Sporządziła
mgr Joanna Maziakowska

ALERGENY:

GLU Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne

JAJ Jaja oraz produkty pochodne

RYB Ryby oraz produkty pochodne

MLE Mleko i produkty pochodne

SEL Seler oraz produkty pochodne

	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
PIĄTEK 10.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Połędwica drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Papryka 100g	Zupa brokułowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Ryż z jabłkami i polewą jogurtowo-waniliową 380g (GLU, MLE)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Ser żółty 50g (MLE) Szyńka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek wiejski 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2346,2kcal BIAŁKO: 98,8g TŁUSZCZ: 87,6g w tym kw. nasycone: 29,3g WĘGLOWODANY: 303g w tym cukry: 47,64g BŁONNIK: 25,11g SÓL: 7,26g			
PIĄTEK 10.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Połędwica drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa brokułowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Ryż z jabłkami i polewą jogurtowo-waniliową 380g (GLU, MLE)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE), Pasta warzywna 50g Szyńka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek wiejski 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2262,5kcal BIAŁKO: 97,9g TŁUSZCZ: 74,8g w tym kw. nasycone: 26,7g WĘGLOWODANY: 309,97g w tym cukry: 49,66g BŁONNIK: 21,25 SÓL: 5,68g			
PIĄTEK 10.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Połędwica drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa brokułowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Ryż z jabłkami i polewą jogurtowo-waniliową 380g (GLU, MLE)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE), Pasta warzywna 50g Szyńka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek wiejski 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2144,1kcal BIAŁKO: 97,3g TŁUSZCZ: 61,8g w tym kw. nasycone: 24,3g WĘGLOWODANY: 310,26g w tym cukry: 49,83g BŁONNIK: 21,25g SÓL: 7,27g			
PIĄTEK 10.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Połędwica drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa brokułowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Ryż z jabłkami i polewą jogurtowo-waniliową 380g (GLU, MLE)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE), Pasta warzywna 50g Szyńka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek wiejski 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2144,1kcal BIAŁKO: 97,3g TŁUSZCZ: 61,8g w tym kw. nasycone: 24,3g WĘGLOWODANY: 310,26g w tym cukry: 49,83g BŁONNIK: 21,25g SÓL: 7,27g			
PIĄTEK 10.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Połędwica drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa brokułowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Ryż z jabłkami i polewą jogurtowo-waniliową 380g (GLU, MLE)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE), Pasta warzywna 50g Szyńka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek wiejski 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Twaróg 40g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
ENERGIA: 2482,4kcal BIAŁKO: 106,4g TŁUSZCZ: 84,3g w tym kw. nasycone: 32,1g WĘGLOWODANY: 335,62g w tym cukry: 50,28g BŁONNIK: 22,37g SÓL: 8,5g				
PIĄTEK 10.11.2023	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku bez cukru 250ml (GLU, MLE) Pieczywo graham 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Połędwica drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Papryka 100g	Zupa brokułowa 350ml (SEL) Kompot bez cukru 250ml Ryż z jabłkami i polewą jogurtowo-waniliową bez cukru 380g (GLU, MLE)	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta warzywna 50g Szyńka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek wiejski 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Twaróg 40g (MLE) Masło (MLE) Pieczywo (GLU)			
ENERGIA: 2456,8kcal BIAŁKO: 110,7g TŁUSZCZ: 92,3g w tym kw. nasycone: 33,8g WĘGLOWODANY: 312,47g				

	w tym cukry: 30,07g BŁONNIK: 33,33g SÓL: 8,14g			
PIĄTEK 10.11.2023	DIETA PLYNNA WZMOCNIONA			
	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE) II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (MLE)	Zupa brokułowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa brokułowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa brokułowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)
	ENERGIA: 1229,1kcal BIAŁKO: 58,2g TŁUSZCZ: 60g w tym kw. nasycone: 12,7g WĘGLOWODANY: 117,47g w tym cukry: 16,39g BŁONNIK: 6,94g SÓL: 1,1g			
PIĄTEK 10.11.2023	DIETA APLAZYJNA			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Polędwica drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g II ŚNIADANIE Twaróg bez laktozy 40g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)	Zupa brokułowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Ryż z jabłkami i polewą waniliową na mleku bez laktozy 380g (GLU, MLE)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE), Pasta warzywna 50g Szynka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek wiejski bez laktozy 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2582,4g BIAŁKO: 114,4g TŁUSZCZ: 81,2g w tym kw. nasycone: 36,1g WĘGLOWODANY: 324,05g w tym cukry: 36,35g BŁONNIK: 17,87g SÓL: 9,64g			

Sporządziła
mgr Joanna Maziakowska

ALERGENY:

GLU Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne

JAJ Jaja oraz produkty pochodne

RYB Ryby oraz produkty pochodne

MLE Mleko i produkty pochodne

SEL Seler oraz produkty pochodne

	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
SOBOTA 11.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Kiwi 1szt	Zupa buraczkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Fasolka po bretoński 350g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Sałata lodowa z sosem winegret	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny 100g (GLU, SEL, MLE) Pomidor 100g	Ser topiony 1/3 szt (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2262,5kcal BIALKO: 97,9g TLUSZCZ: 74,8g w tym kw. nasycone: 26,7g WĘGLOWODANY: 309,97g w tym cukry: 49,66g BŁONNIK: 21,25 SÓL: 5,68g			
SOBOTA 11.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Banan 0,5szt	Zupa buraczkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie koperkowym gotowany 180 (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z marchewki i jabłka 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny 100g (GLU, SEL, MLE)	Wędlina 30g (GLU, SEL, MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2070,6kcal BIALKO: 97g TLUSZCZ: 60,9g w tym kw. nasycone: 26,5g WĘGLOWODANY: 293,96g w tym cukry: 27,73g BŁONNIK: 26,82g SÓL: 8,35g			
SOBOTA 11.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Pasta z białek jaja 50g (JAJ) Banan 0,5szt	Zupa buraczkowa 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie koperkowym gotowany 180 (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z marchewki i jabłka 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny 100g (GLU, SEL, MLE) Pomidor 100g	Wędlina 30g (GLU, SEL, MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2001,4kcal BIALKO: 94,2g TLUSZCZ: 52,8g w tym kw. nasycone: 24,1g WĘGLOWODANY: 297,7g w tym cukry: 27,32g BŁONNIK: 21,02g SÓL: 6,57g			
SOBOTA 11.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Pasta z białek jaja 50g (JAJ) Banan 0,5szt	Zupa buraczkowa 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie koperkowym gotowany 180 (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z marchewki i jabłka 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny 100g (GLU, SEL, MLE) Pomidor 100g	Wędlina 30g (GLU, SEL, MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2001,4kcal BIALKO: 94,2g TLUSZCZ: 52,8g w tym kw. nasycone: 24,1g WĘGLOWODANY: 297,7g w tym cukry: 27,32g BŁONNIK: 21,02g SÓL: 6,57g			
SOBOTA 11.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Banan 0,5szt II ŚNIADANIE Koktajl owocowy 200ml (MLE)	Zupa buraczkowa 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie koperkowym gotowany 180 (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z marchewki i jabłka 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny 100g (GLU, SEL, MLE) Pomidor 100g	Wędlina 30g (GLU, SEL, MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2179,5kcal BIALKO: 103,7g TLUSZCZ: 63,6g w tym kw. nasycone: 28,1g WĘGLOWODANY: 308,72g w tym cukry: 36,39g BŁONNIK: 21,39g SÓL: 6,7g			
SOBOTA 11.11.2023	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku bez cukru 250ml (GLU, MLE) Pieczywo graham 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Kiwi 1szt II ŚNIADANIE Koktajl owocowy bez cukru 200ml (MLE)	Zupa buraczkowa 350ml (GLU, SEL) Kompot bez cukru 250ml Pulpet w sosie koperkowym gotowany 180 (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z marchewki i jabłka 150g	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny 100g (GLU, SEL, MLE) Pomidor 100g	Wędlina 30g (GLU, SEL, MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2083,8kcal BIALKO: 103,9g TLUSZCZ: 65,4g w tym kw. nasycone: 28,4g WĘGLOWODANY: 277,52g w tym cukry: 27,97g BŁONNIK: 15,63g SÓL: 6,7g			
SOBOTA 11.11.2023	DIETA PŁYNNA WZMOCNIONA			
	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE) II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-	Zupa buraczkowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa buraczkowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa buraczkowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ,

	ryżowa 250g (MLE)			MLE, SEL)
	ENERGIA: 1203,6kcal BIALKO: 59,1g TŁUSZCZ: 61g w tym kw. nasycone: 13,3g WĘGLOWODANY: 108,62g w tym cukry: 16,62g BŁONNIK: 8,36g SÓL: 1,06g			
	DIETA APLAZYJNA			
SOBOTA 11.11.2023	Płatki owsiane na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg bez laktozy 50g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Banan 0,5szt	Zupa buraczkowa 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie koperkowym gotowany 180 (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z marchewki i jabłka 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny 100g (GLU, SEL, MLE) Pomidor 100g	Wędlina 30g (GLU, SEL, MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	II ŚNIADANIE Koktajl owocowy na mleku bez laktozy 200ml (MLE)			
	ENERGIA: 2452,1kcal BIALKO: 107,2g TŁUSZCZ: 72,7g w tym kw. nasycone: 31,6g WĘGLOWODANY: 353,07g w tym cukry: 47,19g BŁONNIK: 22,14g SÓL: 7,34g			

Sporządziła
mgr Joanna Maziakowska

ALERGENY:

GLU Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne

JAJ Jaja oraz produkty pochodne

RYB Ryby oraz produkty pochodne

MLE Mleko i produkty pochodne

SEL Seler oraz produkty pochodne

	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
NIEDZIELA 12.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasztet pieczony 50g (GLU, SLE) Wędlna 50g (GLU, MLE, SEL) Papryka świeża 100g	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Bitka schabowa w sosie pieczeniowym duszona 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Szpinak zasmażany 75g (GLU) Surówka z czerwonej kapusty 75g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Sałata lodowa z pomidorami i olejem 100g	Wafle ryżowe 2szt Dżem 25g
	ENERGIA: 2252,7kcal BIALKO: 89,5g TŁUSZCZ: 85,1g w tym kw. nasycone: 33,9g WĘGLOWODANY: 292,69g w tym cukry: 48,48g BŁONNIK: 21,35g SÓL: 9,39g			
NIEDZIELA 12.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasztet pieczony 50g (GLU, SLE) Wędlna 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Bitka schabowa w sosie pieczeniowym duszona 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Szpinak zasmażany 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Sałata lodowa z pomidorami i olejem 100g	Wafle ryżowe 2szt Dżem 25g
	ENERGIA: 2254,4kcal BIALKO: 89,1g TŁUSZCZ: 83g w tym kw. nasycone: 33,1g WĘGLOWODANY: 297,97g w tym cukry: 48,37g BŁONNIK: 20,78g SÓL: 9,51g			
NIEDZIELA 12.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasztet pieczony 50g (GLU, SLE) Wędlna 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Bitka schabowa w sosie pieczeniowym duszona 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Szpinak zasmażany 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Sałata lodowa z pomidorami i olejem 100g	Wafle ryżowe 2szt Dżem 25g
	ENERGIA: 2216,7kcal BIALKO: 88,1g TŁUSZCZ: 77,7g w tym kw. nasycone: 28,7g WĘGLOWODANY: 301,63g w tym cukry: 51,86g BŁONNIK: 21,21g SÓL: 9,61g			
NIEDZIELA 12.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasztet pieczony 50g (GLU, SLE) Wędlna 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Bitka schabowa w sosie pieczeniowym duszona 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Szpinak zasmażany 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Sałata lodowa z pomidorami i olejem 100g	Wafle ryżowe 2szt Dżem 25g
	ENERGIA: 2216,7kcal BIALKO: 88,1g TŁUSZCZ: 77,7g w tym kw. nasycone: 28,7g WĘGLOWODANY: 301,63g w tym cukry: 51,86g BŁONNIK: 21,21g SÓL: 9,61g			
NIEDZIELA 12.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasztet pieczony 50g (GLU, SLE) Wędlna 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g II ŚNIADANIE Twarożek 40g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Bitka schabowa w sosie pieczeniowym duszona 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Szpinak zasmażany 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Sałata lodowa z pomidorami i olejem 100g	Wafle ryżowe 2szt Dżem 25g
	ENERGIA: 2527,7kcal BIALKO: 100,2g TŁUSZCZ: 93,9g w tym kw. nasycone: 39,1g WĘGLOWODANY: 331,64g w tym cukry: 52,43g BŁONNIK: 22,66g SÓL: 10,53g			
NIEDZIELA 12.11.2023	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml (GLU, MLE) Pieczywo graham 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasztet pieczony 50g (GLU, SLE) Wędlna 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g II ŚNIADANIE Twarożek 40g	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (GLU, SEL) Kompot bez cukru 250ml Bitka schabowa w sosie pieczeniowym duszona 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Szpinak zasmażany 75g (GLU) Surówka z czerwonej kapusty 75g	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Sałata lodowa z pomidorami i olejem 100g	Wafle ryżowe 2szt Jogurt naturalny 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2527,7kcal BIALKO: 100,2g TŁUSZCZ: 93,9g w tym kw. nasycone: 39,1g WĘGLOWODANY: 331,64g w tym cukry: 52,43g BŁONNIK: 22,66g SÓL: 10,53g			

	(MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)				
	ENERGIA: 2344,9kcal BIALKO: 101,4g TLUSZCZ: 96,7g w tym kw. nasycone: 41,1g WĘGLOWODANY: 282,28g w tym cukry: 16,89g BŁONNIK: 30,17g SÓL: 10,01g				
NIEDZIELA 12.11.2023	DIETA PŁYNNA WZMOCNIONA				
	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE) II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (MLE)	Zupa pomidorowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa pomidorowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa pomidorowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	
	ENERGIA: 1194,3kcal BIALKO: 61g TLUSZCZ: 61,5g w tym kw. nasycone: 13,7g WĘGLOWODANY: 102,14g w tym cukry: 17,91g BŁONNIK: 6,25g SÓL: 3,49g				
NIEDZIELA 12.11.2023	DIETA APLAZYJNA				
	Kaszka manna na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, SLE) Wędlina 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Bitka schabowa w sosie pieczeniowym duszona 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Szpinak zasmażany 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Sałata lodowa z pomidorami i olejem 100g	Wafle ryżowe 2szt Dżem 25g	
	II ŚNIADANIE Twarożek bez laktozy 40g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)				
	ENERGIA: 2579,3kcal BIALKO: 107,4g TLUSZCZ: 95,7g w tym kw. nasycone: 40,4g WĘGLOWODANY: 333,3g w tym cukry: 54,09g BŁONNIK: 22,66g SÓL: 10,62g				

Sporządziła
mgr Joanna Maziakowska

ALERGENY:

GLU Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne

JAJ Jaja oraz produkty pochodne

RYB Ryby oraz produkty pochodne

MLE Mleko i produkty pochodne

SEL Seler oraz produkty pochodne

	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
PONIEDZIAŁEK 13.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Płatki żytnie na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Wędlna 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa ogórkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Pulpet z indyka w sosie duszony 180g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka colesław 75g Marchewka gotowana 75g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa z ogórkiem 150g (RYB) Pomidor 50g	Pasztet 1/3szt (GLU, SEL, MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2346,2kcal BIĄŁKO: 98,8g TŁUSZCZ: 87,6g w tym kw. nasycone: 29,3g WĘGLOWODANY: 303g w tym cukry: 47,64g BŁONNIK: 25,11g SÓL: 7,26g			
PONIEDZIAŁEK 13.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Płatki żytnie na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 60g (MLE) Wędlna 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Pulpet z indyka w sosie duszony 180g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa 150g (RYB) Pomidor 50g	Pasztet 1/3szt (GLU, SEL, MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2262,5kcal BIĄŁKO: 97,9g TŁUSZCZ: 74,8g w tym kw. nasycone: 26,7g WĘGLOWODANY: 309,97g w tym cukry: 49,66g BŁONNIK: 21,25g SÓL: 5,68g			
PONIEDZIAŁEK 13.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Płatki żytnie na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 60g (MLE) Wędlna 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Pulpet z indyka w sosie duszony 180g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa 150g (RYB) Pomidor 50g	Wędlna 30g (GLU, SEL, MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2144,1kcal BIĄŁKO: 97,3g TŁUSZCZ: 61,8g w tym kw. nasycone: 24,3g WĘGLOWODANY: 310,26g w tym cukry: 49,83g BŁONNIK: 21,25g SÓL: 7,27g			
PONIEDZIAŁEK 13.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Płatki żytnie na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 60g (MLE) Wędlna 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Pulpet z indyka w sosie duszony 180g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa 150g (RYB) Pomidor 50g	Wędlna 30g (GLU, SEL, MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2144,1kcal BIĄŁKO: 97,3g TŁUSZCZ: 61,8g w tym kw. nasycone: 24,3g WĘGLOWODANY: 310,26g w tym cukry: 49,83g BŁONNIK: 21,25g SÓL: 7,27g			
PONIEDZIAŁEK 13.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Płatki żytnie na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 60g (MLE) Wędlna 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Pulpet z indyka w sosie duszony 180g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa 150g (RYB) Pomidor 50g	Pasztet 1/3szt (GLU, SEL, MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
ENERGIA: 2482,4kcal BIĄŁKO: 106,4g TŁUSZCZ: 84,3g w tym kw. nasycone: 32,1g WĘGLOWODANY: 335,62g w tym cukry: 50,28g BŁONNIK: 22,37g SÓL: 8,5g				
PONIEDZIAŁEK 13.11.2023	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW			
	Płatki żytnie na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku bez cukru 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 60g (MLE) Wędlna 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot bez cukru 250ml Pulpet z indyka w sosie duszony 180g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka colesław 150g	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa 150g (RYB) Pomidor 50g	Pasztet 1/3szt (GLU, SEL, MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
ENERGIA: 2456,8kcal BIĄŁKO: 110,7g TŁUSZCZ: 92,3g w tym kw. nasycone: 33,8g WĘGLOWODANY: 312,47g w tym cukry: 30,07g BŁONNIK: 33,33g SÓL: 8,14g				
DIETA PŁYNNA WZMOCNIONA				
	Zupa b/mleczna miksowana z	Zupa koperkowa miksowana z	Zupa koperkowa miksowana z	Zupa koperkowa

PONIEDZIAŁEK 13.11.2023	jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE) II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (MLE)	mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	
	ENERGIA: 1229,1kcal BIAŁKO: 58,2g TŁUSZCZ: 60g w tym kw. nasycone: 12,7g WĘGLOWODANY: 117,47g w tym cukry: 16,39g BŁONNIK: 6,94g SÓL: 1,1g				
PONIEDZIAŁEK 13.11.2023	DIETA APLAZYJNA				
	Płatki żytnie na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg bez laktozy 60g (MLE) Wędlina 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Pulpet z indyka w sosie duszony 180g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa 150g (RYB) Pomidor 50g	Paszтет 1/3szt (GLU, SEL, MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)	
	II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)	ENERGIA: 2582,4g BIAŁKO: 114,4g TŁUSZCZ: 81,2g w tym kw. nasycone: 36,1g WĘGLOWODANY: 324,05g w tym cukry: 36,35g BŁONNIK: 17,87g SÓL: 9,64g			

Sporządziła
mgr Joanna Maziakowska

ALERGENY:

GLU Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne

JAJ Jaja oraz produkty pochodne

RYB Ryby oraz produkty pochodne

MLE Mleko i produkty pochodne

SEL Seler oraz produkty pochodne

	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK NOCNY
DIETA PODSTAWOWA				

WTOREK 14.11.2023	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa z fasolką 350ml (SEL) Kompot 250ml Gołąbki z kaszą gryczaną z sosem pomidorowym 280g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Wędlina 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg 50g (MLE) Papryka 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2246,2kcal BIALKO: 98,8g TLUSZCZ: 87,6g w tym kw. nasycone: 36,3g WĘGLOWODANY: 343g w tym cukry: 42,64g BŁONNIK: 28,11g SÓL: 7,22g			
WTOREK 14.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Kasztto z sosem mięsnym i warzywami 400g (GLU, SEL) Sałata lodowa z sosem	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Wędlina 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg 50g (MLE) Pomidor 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
ENERGIA: 2346,2kcal BIALKO: 96,8g TLUSZCZ: 82,6g w tym kw. nasycone: 33,3g WĘGLOWODANY: 340,1g w tym cukry: 40,64g BŁONNIK: 29,11g SÓL: 7,22g				
WTOREK 14.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z białek jaj z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Kasztto z sosem mięsnym i warzywami 400g (GLU, SEL) Sałata lodowa z sosem	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Wędlina 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg 50g (MLE) Pomidor 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
ENERGIA: 2346,2kcal BIALKO: 96,8g TLUSZCZ: 82,6g w tym kw. nasycone: 33,3g WĘGLOWODANY: 340,1g w tym cukry: 40,64g BŁONNIK: 29,11g SÓL: 7,22g				
WTOREK 14.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta jaj z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Kasztto z sosem mięsnym i warzywami 400g (GLU, SEL) Sałata lodowa z sosem	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Wędlina 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg 50g (MLE) Pomidor 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
ENERGIA: 2346,2kcal BIALKO: 96,8g TLUSZCZ: 82,6g w tym kw. nasycone: 33,3g WĘGLOWODANY: 340,1g w tym cukry: 40,64g BŁONNIK: 29,11g SÓL: 7,22g				
WTOREK 14.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Kasztto z sosem mięsnym i warzywami 400g (GLU, SEL) Sałata lodowa z sosem	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Wędlina 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg 50g (MLE) Pomidor 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
II ŚNIADANIE Szyńka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)				
ENERGIA: 2546,2kcal BIALKO: 106,8g TLUSZCZ: 88,6g w tym kw. nasycone: 34,3g WĘGLOWODANY: 341,1g w tym cukry: 42,64g BŁONNIK: 29,11g SÓL: 8,22g				
WTOREK 14.11.2023	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku bez cukru 250ml (GLU, MLE) Pieczywo graham 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot bez cukru 250ml Kasztto z sosem mięsnym i warzywami 400g (GLU, SEL) Sałata lodowa z sosem	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Wędlina 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg 50g (MLE) Pomidor 100g	Jogurt naturalny 1szt (MLE)
II ŚNIADANIE Szyńka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo (GLU)				
ENERGIA: 2446,2kcal BIALKO: 105,8g TLUSZCZ: 88,6g w tym kw. nasycone: 34,3g WĘGLOWODANY: 334,1g w tym cukry: 39,62g BŁONNIK: 32,11g SÓL: 8,22g				
WTOREK 14.11.2023	DIETA PŁYNNNA WZMOCNIONA			
	Zupa b/mleczna mikсовana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE)	Zupa jarzynowa mikсовana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa jarzynowa mikсовana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa jarzynowa mikсовana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)
II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (MLE)				

ENERGIA: 1229,1kcal BIALKO: 58,2g TLUSZCZ: 60g w tym kw. nasycone: 12,7g WĘGLOWODANY: 117,47g w tym cukry: 16,39g BŁONNIK: 6,94g SÓL: 1,1g				
DIETA APLAZYJNA				
WTOREK 14.11.2023	Makaron na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Kaszto z sosem mięsnym i warzywami 400g (GLU, SEL) Sałata lodowa z sosem	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Wędlina 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg bez laktozy 50g (MLE) Pomidor 100g	Serek wiejski bez laktozy 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE II Szynka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
	ENERGIA: 2546,2kcal BIALKO: 106,8g TLUSZCZ: 88,6g w tym kw. nasycone: 34,3g WĘGLOWODANY: 341,1g w tym cukry: 42,64g BŁONNIK: 29,11g SÓL: 8,22g			

Sporządziła
mgr Joanna Maziakowska

ALERGENY:

GLU Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne

JAJ Jaja oraz produkty pochodne

RYB Ryby oraz produkty pochodne

MLE Mleko i produkty pochodne

SEL Seler oraz produkty pochodne

	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK NOCNY
	DIETA PODSTAWOWA			

ŚRODA 15.11.2023	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Ser topiony 1/3szt (MLE) Szyńka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Papryka 100g	Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Potrawka z kurczaka z jarzynką 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z marchewki i jabłka 75g Kapusta zasmażana 75g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka jarzynowa 150g (SLE, JAJ) Sałata	Szyńka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2068,8kcal BIAŁKO: 96g TŁUSZCZ: 62,1g w tym kw. nasycone: 23,7g WĘGLOWODANY: 291,85g w tym cukry: 47,4g BŁONNIK: 21,12g SÓL: 5,67g			
DIETA ŁATWOSTRAWNA				
ŚRODA 15.11.2023	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasztet 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Szyńka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Potrawka z kurczaka z jarzynką 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z marchewki i jabłka 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka jarzynowa 150g (SLE, JAJ) Sałata	Szyńka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2091,4kcal BIAŁKO: 96,9g TŁUSZCZ: 63,4g w tym kw. nasycone: 24,1g WĘGLOWODANY: 292,83g w tym cukry: 48,48g BŁONNIK: 19,12g SÓL: 5,68g			
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU				
ŚRODA 15.11.2023	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Dżem 50g Szyńka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Potrawka z kurczaka z jarzynką 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z marchewki i jabłka 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka jarzynowa 150g (SLE, JAJ) Sałata	Szyńka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2091,4kcal BIAŁKO: 96,9g TŁUSZCZ: 63,4g w tym kw. nasycone: 24,1g WĘGLOWODANY: 292,83g w tym cukry: 48,48g BŁONNIK: 19,12g SÓL: 5,68g			
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁADKOWEGO				
ŚRODA 15.11.2023	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Dżem 50g Szyńka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Potrawka z kurczaka z jarzynką 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z marchewki i jabłka 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka jarzynowa 150g (SLE, JAJ) Sałata	Szyńka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2091,4kcal BIAŁKO: 96,9g TŁUSZCZ: 63,4g w tym kw. nasycone: 24,1g WĘGLOWODANY: 292,83g w tym cukry: 48,48g BŁONNIK: 19,12g SÓL: 5,68g			
DIETA BOGATOBIĄKOWA				
ŚRODA 15.11.2023	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasztet 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Szyńka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Potrawka z kurczaka z jarzynką 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z marchewki i jabłka 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka jarzynowa 150g (SLE, JAJ) Sałata	Szyńka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	II ŚNIADANIE Jogurt owocowy 1szt (MLE)			
ENERGIA: 2350,5kcal BIAŁKO: 107g TŁUSZCZ: 74,8g w tym kw. nasycone: 29,1g WĘGLOWODANY: 322,57g w tym cukry: 48,81g BŁONNIK: 20,67g SÓL: 6,58g				
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
ŚRODA 15.11.2023	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml (GLU, MLE) Pieczywo graham 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Ser topiony 1/3szt (MLE) Szyńka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Papryka 100g	Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Kompot bez cukru 250ml Potrawka z kurczaka z jarzynką 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z marchewki i jabłka 75g Kapusta zasmażana 75g	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka jarzynowa 150g (SLE, JAJ) Sałata	Szyńka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	II ŚNIADANIE Jogurt naturalny 1szt (MLE)			
ENERGIA: 2313,5kcal BIAŁKO: 106,1g TŁUSZCZ: 76,9g w tym kw. nasycone: 29g WĘGLOWODANY: 309,52g w tym cukry: 35,48g BŁONNIK: 21,12g SÓL: 6,61g				

DIETA PŁYNNA WZMOCNIONA				
ŚRODA 15.11.2023	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE)	Zupa grysikowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa grysikowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa grysikowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)
	II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (MLE)			
	ENERGIA: 1199,2kcal BIAŁKO: 57,6g TŁUSZCZ: 62,7g w tym kw. nasycone: 15g WĘGLOWODANY: 104,23g w tym cukry: 24,47g BŁONNIK: 6,68g SÓL: 1,19g			
DIETA APLAZYJNA				
ŚRODA 15.11.2023	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasztet 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Szynka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Potrawka z kurczaka z jarzynką 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z marchewki i jabłka 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka jarzynowa 150g (SLE, JAJ) Sałata	Szynka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	II ŚNIADANIE Koktajl owocowy na mleku bez laktozy 200ml (MLE)			
	ENERGIA: 2304,1g BIAŁKO: 105,6g TŁUSZCZ: 71,2g w tym kw. nasycone: 26,8g WĘGLOWODANY: 321,07g w tym cukry: 35,95g BŁONNIK: 21,9g SÓL: 6,54g			

Sporządziła
mgr Joanna Maziakowska

ALERGENY:

GLU Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne

JAJ Jaja oraz produkty pochodne

RYB Ryby oraz produkty pochodne

MLE Mleko i produkty pochodne

SEL Seler oraz produkty pochodne