

	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
CZWARTEK 16.11.2023	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) Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Ogórek świeży 100g	Zupa pieczarkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Gulasz z szynki z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180g (GLU) Buraczki na ciepło 75g Sałata ze śmietaną	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Galareta drobiowa 150g (SEL) Sałata	Kefir 1szt (MLE)
	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			
CZWARTEK 16.11.2023	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) Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Gulasz z szynki z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180g (GLU) Buraczki na ciepło 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Galareta drobiowa 150g (SEL) Sałata	Kefir 1szt (MLE)
	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			
CZWARTEK 16.11.2023	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) Pasta z białek jaj 50g (JAJ) Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Gulasz z szynki z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180g (GLU) Buraczki na ciepło 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Galareta drobiowa 150g (SEL) Sałata	Kefir 1szt (MLE)
	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			
CZWARTEK 16.11.2023	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) Pasta z białek jaj 50g (JAJ) Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Gulasz z szynki z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180g (GLU) Buraczki na ciepło 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Galareta drobiowa 150g (SEL) Sałata	Kefir 1szt (MLE)
	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			
CZWARTEK 16.11.2023	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) Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g II ŚNIADANIE Paszтет drobiowy 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Gulasz z szynki z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180g (GLU) Buraczki na ciepło 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Galareta drobiowa 150g (SEL) Sałata	Kefir 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			
CZWARTEK 16.11.2023	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) Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g II ŚNIADANIE Paszтет drobiowy 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot bez cukru 250ml Gulasz z szynki z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180g (GLU) Buraczki na ciepło 75g Sałata ze śmietaną	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Galareta drobiowa 150g (SEL) Sałata	Kefir 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			

	ENERGIA: 2313,5kcal BIAŁKO: 106,1g TLUSZCZ: 76,9g w tym kw. nasycone: 29g WĘGLOWODANY: 309,52g w tym cukry: 35,48g BŁONNIK: 21,12g SÓL: 6,61g			
CZWARTEK 16.11.2023	DIETA PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ			
	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE)	Zupa koperkowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa koperkowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa koperkowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)
	II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (MLE)			
	ENERGIA: 1199,2kcal BIAŁKO: 57,6g TLUSZCZ: 62,7g w tym kw. nasycone: 15g WĘGLOWODANY: 104,23g w tym cukry: 24,47g BŁONNIK: 6,68g SÓL: 1,19g			
CZWARTEK 16.11.2023	DIETA APLAZYJNA			
	Kaszka kukurydziana na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Gulasz z szynki z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180g (GLU) Buraczki na ciepło 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Galareta drobiowa 150g (SEL) Pomidor 100g	Serek wiejski bez laktozy 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Paszтет drobiowy 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
	ENERGIA: 2304,1g BIAŁKO: 105,6g TLUSZCZ: 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

	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
PIĄTEK 17.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Płatki żywnie na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pomidorem 100g (MLE) Sałata	Zupa grochowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Kotlet rybny z pieca 140g (GLU, JAJ, RYB) Ziemiaki gotowane 180g Surówka z kapusty kiszzonej 75g Jarzynka po grecku 75g (SEL)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Szynka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Miód 25g
	ENERGIA: 2216,8kcal BIALKO: 94,8g TŁUSZCZ: 78,6g w tym kw. nasycone: 31,5g WĘGLOWODANY: 294,3g w tym cukry: 37,64g BŁONNIK: 22,11g SÓL: 5,26g			
PIĄTEK 17.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Płatki żywnie na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pomidorem 100g (MLE) Sałata	Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Kompot 250ml Kotlet rybny z pieca 140g (GLU, JAJ, RYB) Ziemiaki gotowane 180g Jarzynka po grecku 150g (SEL)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Szynka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Miód 25g
	ENERGIA: 2262,5kcal BIALKO: 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 17.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Płatki żywnie na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pomidorem 100g (MLE) Sałata	Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Kompot 250ml Kotlet rybny z pieca 140g (GLU, JAJ, RYB) Ziemiaki gotowane 180g Jarzynka po grecku 150g (SEL)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Szynka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Miód 25g
	ENERGIA: 2144,1kcal BIALKO: 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 17.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Płatki żywnie na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pomidorem 100g (MLE) Sałata	Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Kompot 250ml Kotlet rybny z pieca 140g (GLU, JAJ, RYB) Ziemiaki gotowane 180g Jarzynka po grecku 150g (SEL)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Szynka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Miód 25g
	ENERGIA: 2144,1kcal BIALKO: 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 17.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Płatki żywnie na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pomidorem 100g (MLE) Sałata II ŚNIADANIE Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Kompot 250ml Kotlet rybny z pieca 140g (GLU, JAJ, RYB) Ziemiaki gotowane 180g Jarzynka po grecku 150g (SEL)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Szynka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Miód 25g
	ENERGIA: 2482,4kcal BIALKO: 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 17.11.2023	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW			
	Płatki żywnie na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml (GLU, MLE) Bułka grahamka 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pomidorem 100g (MLE) Sałata II ŚNIADANIE Szynka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło (MLE) Pieczywo (GLU)	Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Kompot bez cukru 250ml Kotlet rybny z pieca 140g (GLU, JAJ, RYB) Ziemiaki gotowane 180g Jarzynka po grecku 150g (SEL)	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Szynka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Ser topiony 1/3szt (MLE)
	ENERGIA: 2456,8kcal BIALKO: 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 jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE)	Zupa ziemniaczana miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g	Zupa ziemniaczana miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g	Zupa ziemniaczana miksowana z

PIĄTEK 17.11.2023	II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (MLE)	(JAJ, MLE, SEL)	(JAJ, MLE, SEL)	mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	
	ENERGIA: 1229,1kcal BIAŁKO: 63,2g TŁUSZCZ: 58g w tym kw. nasycone: 12,7g WĘGLOWODANY: 117,47g w tym cukry: 16,39g BŁONNIK: 6,94g SÓL: 1,03g				
PIĄTEK 17.11.2023	DIETA APLAZYJNA				
	Płatki żywnie na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek bez laktozy z pomidorem 100g (MLE) Sałata	Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Kompot 250ml Kotlet rybny z pieca 140g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 180g Jarzynka po grecku 150g (SEL)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasztet pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Szynka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Miód 25g	
	II ŚNIADANIE II Ser żółty 30g (MLE) 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	POSIŁEK NOCNY
SOBOTA 18.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Ser żółty 50g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Papryka 100g	Zupa krupnik 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Makaron z sosem bolońskim 380g (GLU, SEL) Sałata lodowa z sosem winegret	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paprykarz 150g (RYB) Sałata	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2364,2kcal BIĄŁKO: 92,6g TŁUSZCZ: 77,6g w tym kw. nasycone: 29,3g WĘGLOWODANY: 305,3g w tym cukry: 44,64g BŁONNIK: 25,11g SÓL: 7,26g			
SOBOTA 18.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Papryka 100g	Zupa krupnik 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Makaron z sosem bolońskim 380g (GLU, SEL) Sałata lodowa z sosem winegret	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paprykarz 150g (RYB) Sałata	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2262,5kcal BIĄŁKO: 87,9g TŁUSZCZ: 74,8g w tym kw. nasycone: 23,7g WĘGLOWODANY: 309,97g w tym cukry: 49,66g BŁONNIK: 21,25 SÓL: 5,68g			
SOBOTA 18.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Papryka 100g	Zupa krupnik 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Makaron z sosem bolońskim 380g (GLU, SEL) Sałata lodowa z sosem winegret	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paprykarz 150g (RYB) Sałata	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2262,5kcal BIĄŁKO: 86,9g TŁUSZCZ: 69,8g w tym kw. nasycone: 20,7g WĘGLOWODANY: 309,97g w tym cukry: 49,66g BŁONNIK: 21,25 SÓL: 5,68g			
SOBOTA 18.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Papryka 100g	Zupa krupnik 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Makaron z sosem bolońskim 380g (GLU, SEL) Sałata lodowa z sosem winegret	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paprykarz 150g (RYB) Sałata	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2262,5kcal BIĄŁKO: 86,9g TŁUSZCZ: 69,8g w tym kw. nasycone: 20,7g WĘGLOWODANY: 309,97g w tym cukry: 49,66g BŁONNIK: 21,25 SÓL: 5,68g			
SOBOTA 18.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Papryka 100g	Zupa krupnik 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Makaron z sosem bolońskim 380g (GLU, SEL) Sałata lodowa z sosem winegret	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paprykarz 150g (RYB) Sałata	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Szynka gotowana 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
ENERGIA: 2462,5kcal BIĄŁKO: 98,9g TŁUSZCZ: 84,8g w tym kw. nasycone: 26,7g WĘGLOWODANY: 309,97g w tym cukry: 49,66g BŁONNIK: 21,25 SÓL: 5,68g				
SOBOTA 18.11.2023	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku bez cukru 250ml (GLU, MLE) Pieczywo graham 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Papryka 100g	Zupa krupnik 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot bez cukru 250ml Makaron z sosem bolońskim 380g (GLU, SEL) Sałata lodowa z sosem winegret	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paprykarz 150g (RYB) Sałata	Jogurt naturalny 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Szynka gotowana 30g (GLU, MLE, SEL) Masło (MLE) Pieczywo (GLU)			
ENERGIA: 2456,8kcal BIĄŁKO: 100,7g TŁUSZCZ: 84,8g w tym kw. nasycone: 26,7g WĘGLOWODANY: 292,47g w tym cukry: 30,07g BŁONNIK: 30,3g SÓL: 6,14g				
	DIETA PŁYNNA WZMOCNIONA			
	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE)	Zupa krupnik miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE,	Zupa krupnik miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE,	Zupa krupnik miksowana z

SOBOTA 18.11.2023	II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (MLE)	SEL)	SEL)	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				
SOBOTA 18.11.2023	DIETA APLAZYJNA				
	Kaszka manna na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo graham 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg bez laktozy 50g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Papryka 100g	Zupa krupnik 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Makaron z sosem bolońskim 380g (GLU, SEL) Sałata lodowa z sosem winegret	Herbata 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paprykarz 150g (RYB) Sałata	Koktajl owocowy na mleku bez laktozy (MLE)	
	II ŚNIADANIE II Szynka gotowana 30g (GLU, MLE, SEL) 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	POSIŁEK NOCNY
NIEDZIELA 19.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Śliwki 100g	Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Filet drobiowy panierowany 140g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 180g Mizeria z jogurtem 75g (MLE) Fasolka szparagowa gotowana 75g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta mięsna 100g (SEL) Ogórek zielony 100g	Ser żółty 30g (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			
NIEDZIELA 19.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Banan 100g	Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Filet drobiowy w sosie duszony 10g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 180g Fasolka szparagowa gotowana 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta mięsna 100g (SEL) Sałata	Ser żółty 30g (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: 21,25 SÓL: 5,68g			
NIEDZIELA 19.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Banan 100g	Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Filet drobiowy w sosie duszony 10g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 180g Fasolka szparagowa gotowana 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta mięsna 100g (SEL) Sałata	Szynka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) 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			
NIEDZIELA 19.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Banan 100g	Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Filet drobiowy w sosie duszony 10g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 180g Fasolka szparagowa gotowana 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta mięsna 100g (SEL) Sałata	Szynka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) 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			
NIEDZIELA 19.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Banan 100g II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)	Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Filet drobiowy w sosie duszony 10g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 180g Fasolka szparagowa gotowana 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta mięsna 100g (SEL) Sałata	Ser żółty 30g (MLE) 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			
NIEDZIELA 19.11.2023	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml (GLU, MLE) Pieczywo graham 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 100g (MLE) Śliwki 100g II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło (MLE) Pieczywo (GLU)	Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Kompot bez cukru 250ml Filet drobiowy w sosie duszony 10g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 180g Mizeria z jogurtem 75g (MLE) Fasolka szparagowa gotowana 75g	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta mięsna 100g (SEL) Sałata	Ser żółty 30g (MLE) 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 jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE)	Zupa ryżowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE,	Zupa ryżowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE,	Zupa ryżowa miksowana z

NIEDZIELA 19.11.2023	II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (MLE)	SEL)	SEL)	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				
NIEDZIELA 19.11.2023	DIETA APLAZYJNA				
	Płatki owsiane na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek bez laktozy 50g (MLE) Dżem 50g Banan 100g	Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Filet drobiowy w sosie duszony 10g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 180g Fasolka szparagowa gotowana 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta mięsna 100g (SEL) Sałata	Ser żółty 30g (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	POSIŁEK NOCNY
PONIEDZIAŁEK 20.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa 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	Żurek 350ml (GLU, MLE, JAJ, SEL) Kompot 250ml Kopytka z sosem mięsnym 400g (GLU, JAJ, SEL) Surówka z marchewki i jabłka 75g Kalafior gotowany 75g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z jaj i wędliny 100g (GLU, MLE, SEL, JAJ) Ogórek zielony plastry 100g	Serek wiejski 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2446,2kcal BIAŁKO: 96,8g TŁUSZCZ: 85,6g w tym kw. nasycone: 23,3g WĘGLOWODANY: 302,5g w tym cukry: 44,64g BŁONNIK: 20,11g SÓL: 7,26g			
PONIEDZIAŁEK 20.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Parówka drobiowa 2szt (GLU, MLE, SEL) Ketchup 30g (SEL) Sałata lodowa z pomidorem 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Kopytka z sosem mięsnym 400g (GLU, JAJ, SEL) Kalafior gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z jaj i wędliny 100g (GLU, MLE, SEL, JAJ) Pomidor 100g	Serek wiejski 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2362,5kcal BIAŁKO: 95,9g TŁUSZCZ: 74,8g w tym kw. nasycone: 26,7g WĘGLOWODANY: 309,97g w tym cukry: 49,66g BŁONNIK: 19,25 SÓL: 5,65g			
PONIEDZIAŁEK 20.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Parówka drobiowa 2szt (GLU, MLE, SEL) Ketchup 30g (SEL) Sałata lodowa z pomidorem 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Kopytka z sosem mięsnym 400g (GLU, JAJ, SEL) Kalafior gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z białek jaj i wędliny 100g (GLU, MLE, SEL, JAJ) Pomidor 100g	Serek wiejski 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2244,1kcal BIAŁKO: 93,3g TŁUSZCZ: 61,8g w tym kw. nasycone: 24,3g WĘGLOWODANY: 310,26g w tym cukry: 49,83g BŁONNIK: 18,23g SÓL: 6,27g			
PONIEDZIAŁEK 20.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Parówka drobiowa 2szt (GLU, MLE, SEL) Ketchup 30g (SEL) Sałata lodowa z pomidorem 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Kopytka z sosem mięsnym 400g (GLU, JAJ, SEL) Kalafior gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z białek jaj i wędliny 100g (GLU, MLE, SEL, JAJ) Pomidor 100g	Serek wiejski 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2244,1kcal BIAŁKO: 93,3g TŁUSZCZ: 61,8g w tym kw. nasycone: 24,3g WĘGLOWODANY: 310,26g w tym cukry: 49,83g BŁONNIK: 18,23g SÓL: 6,27g			
PONIEDZIAŁEK 20.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Parówka drobiowa 2szt (GLU, MLE, SEL) Ketchup 30g (SEL) Sałata lodowa z pomidorem 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Kopytka z sosem mięsnym 400g (GLU, JAJ, SEL) Kalafior gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z jaj i wędliny 100g (GLU, MLE, SEL, JAJ) Pomidor 100g	Serek wiejski 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Serek homogenizowany 1szt (MLE)			
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				
PONIEDZIAŁEK 20.11.2023	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa 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 (SEL) Kompot bez cukru 250ml Kopytka z sosem mięsnym 400g (GLU, JAJ, SEL) Surówka z marchewki i jabłka 75g Kalafior gotowany 75g	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z jaj i wędliny 100g (GLU, MLE, SEL, JAJ) Ogórek zielony plastry 100g	Serek wiejski 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Jogurt naturalny			

	1szt (MLE)			
	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			
PONIEDZIAŁEK 20.11.2023	DIETA PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ			
	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE) II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (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)
	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 20.11.2023	DIETA APLAZYJNA			
	Makaron na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Parówka drobiowa 2szt (GLU, MLE, SEL) Ketchup 30g (SEL) Pomidor z olejem 100g II ŚNIADANIE Wafle ryżowe 2szt Dżem 25g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Kopytka z sosem mięsny 400g (GLU, JAJ, SEL) Kalafior gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z jaj i wędliny 100g (GLU, MLE, SEL, JAJ) 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
WTOREK 21.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 60g (MLE) Szyunka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Papryka świeża 100g	Zupa kalafiorowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Kotlet schabowy panierowany 140g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 180g (GLU, JAJ) Surówka z buraczków 75g Kapusta zasmażana 75g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka z tuńczykiem 150g (RYB) Pomidor 100g	Szyunka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2262,2kcal BIAŁKO: 92,18g TŁUSZCZ: 83,6g w tym kw. nasycone: 22,3g WĘGLOWODANY: 283,1g w tym cukry: 46,2g BŁONNIK: 23,10g SÓL: 5,42g			
WTOREK 21.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 60g (MLE) Szyunka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa kalafiorowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Schab duszony w sosie pieczeniowym 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU, JAJ) Surówka z buraczków 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka z tuńczykiem 150g (RYB) Pomidor 100g	Szyunka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2132,5kcal BIAŁKO: 93,9g TŁUSZCZ: 82,8g w tym kw. nasycone: 24,7g WĘGLOWODANY: 309,97g w tym cukry: 49,66g BŁONNIK: 21,25 SÓL: 5,68g			
WTOREK 21.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 60g (MLE) Szyunka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa kalafiorowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Schab duszony w sosie pieczeniowym 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU, JAJ) Surówka z buraczków 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka z tuńczykiem 150g (RYB) Pomidor 100g	Szyunka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2130,5kcal BIAŁKO: 91,9g TŁUSZCZ: 78,8g w tym kw. nasycone: 24,7g WĘGLOWODANY: 306,97g w tym cukry: 49,66g BŁONNIK: 20,25 SÓL: 5,68g			
WTOREK 21.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 60g (MLE) Szyunka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa kalafiorowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Schab duszony w sosie pieczeniowym 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU, JAJ) Surówka z buraczków 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka z tuńczykiem 150g (RYB) Pomidor 100g	Szyunka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2130,5kcal BIAŁKO: 91,9g TŁUSZCZ: 78,8g w tym kw. nasycone: 24,7g WĘGLOWODANY: 306,97g w tym cukry: 49,66g BŁONNIK: 20,25 SÓL: 5,68g			
WTOREK 21.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 60g (MLE) Szyunka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa kalafiorowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Schab duszony w sosie pieczeniowym 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU, JAJ) Surówka z buraczków 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka z tuńczykiem 150g (RYB) Pomidor 100g	Szyunka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	II ŚNIADANIE Koktajl mleczno-owocowy 200ml (MLE)			
ENERGIA: 2470,4kcal 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				
WTOREK 21.11.2023	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml (GLU, MLE) Pieczywo graham 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 60g (MLE) Szyunka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa kalafiorowa 350ml (SEL) Kompot bez cukru 250ml Schab duszony w sosie pieczeniowym 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU, JAJ) Surówka z buraczków 75g Kapusta zasmażana 75g	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka z tuńczykiem 150g (RYB) Pomidor 100g	Szyunka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	II ŚNIADANIE Koktajl mleczno-owocowy bez cukru 200ml (MLE)			
ENERGIA: 2478,8kcal 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				

DIETA PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ				
WTOREK 21.11.2023	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE)	Zupa kalafiorowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa kalafiorowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa kalafiorowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)
	II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (MLE)			
	ENERGIA: 1230,1kcal BIAŁKO: 59,2g TŁUSZCZ: 59g w tym kw. nasycone: 11,7g WĘGLOWODANY: 117,47g w tym cukry: 16,39g BŁONNIK: 6,94g SÓL: 1,1g			
DIETA APLAZYJNA				
WTOREK 21.11.2023	Ryż na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg bez laktozy 60g (MLE) Szynka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa kalafiorowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Schab duszony w sosie pieczeniowym 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU, JAJ) Surówka z buraczków 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka z tuńczykiem 150g (RYB) Pomidor 100g	Szynka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	II ŚNIADANIE Koktajl mleczno-owocowy na mleku bez laktozy 200ml (MLE)			
	ENERGIA: 2562,4g BIAŁKO: 154,4g TŁUSZCZ: 91,2g 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
ŚRODA 22.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Ser topiony 1/3szt (MLE) Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Ogórek 100g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (SEL) Kompot 250ml Stek z cebulką smażony 180g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 180g Surówka colesław 75g Bukiet warzyw gotowany 75g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Banan 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2523,3kcal BIAŁKO: 98,8g TŁUSZCZ: 88,6g w tym kw. nasycone: 27,9g WĘGLOWODANY: 312g w tym cukry: 48,64g BŁONNIK: 25,11g SÓL: 8,26g			
ŚRODA 22.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie gotowany 180g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 180g Bukiet warzyw gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Banan 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2362,5kcal BIAŁKO: 97,9g TŁUSZCZ: 74,8g w tym kw. nasycone: 26,7g WĘGLOWODANY: 306,97g w tym cukry: 49,66g BŁONNIK: 21,25g SÓL: 5,68g			
ŚRODA 22.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z białka jaja 50g (JAJ) Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie gotowany 180g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 180g Bukiet warzyw gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Banan 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2362,5kcal BIAŁKO: 97,9g TŁUSZCZ: 74,8g w tym kw. nasycone: 26,7g WĘGLOWODANY: 306,97g w tym cukry: 49,66g BŁONNIK: 21,25g SÓL: 5,68g			
ŚRODA 22.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z białka jaja 50g (JAJ) Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie gotowany 180g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 180g Bukiet warzyw gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Banan 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2362,5kcal BIAŁKO: 97,9g TŁUSZCZ: 74,8g w tym kw. nasycone: 26,7g WĘGLOWODANY: 306,97g w tym cukry: 49,66g BŁONNIK: 21,25g SÓL: 5,68g			
ŚRODA 22.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie gotowany 180g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 180g Bukiet warzyw gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Banan 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
ENERGIA: 2482,61kcal BIAŁKO: 105,4g TŁUSZCZ: 83,3g w tym kw. nasycone: 31,1g WĘGLOWODANY: 335,62g w tym cukry: 50,28g BŁONNIK: 22,37g SÓL: 8,5g				
ŚRODA 22.11.2023	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW			
	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku bez cukru 250ml (GLU, MLE) Pieczywo graham 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (SEL) Kompot bez cukru 250ml Pulpet w sosie gotowany 180g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 180g Surówka colesław 75g Bukiet warzyw gotowany 75g	Herbata 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z koperkiem 100g (MLE) Papryka świeża 100g	Jogurt naturalny 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			

ENERGIA: 2456,8kcal BIAŁKO: 110,7g TŁUSZCZ: 92,3g w tym kw. nasycone: 33,8g WĘGLOWODANY: 312,47g w tym cukry: 40,07g BŁONNIK: 31,33g SÓL: 8,14g				
DIETA PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ				
ŚRODA 22.11.2023	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, 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)
	II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (MLE)			
	ENERGIA: 1129,1kcal BIAŁKO: 54,2g TŁUSZCZ: 56,4g w tym kw. nasycone: 10,7g WĘGLOWODANY: 112,47g w tym cukry: 13,39g BŁONNIK: 4,94g SÓL: 1,1g			
DIETA APLAZYJNA				
ŚRODA 22.11.2023	Płatki jęczmieńne na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Polędwica sopočka 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie gotowany 180g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 180g Bukiet warzyw gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek bez laktozy 50g (MLE) Dżem 50g Banan 100g	Sok warzywny 200ml Herbatniki 30g (GLU)
	II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
	ENERGIA: 2572,4g BIAŁKO: 113,4g TŁUSZCZ: 84,2g w tym kw. nasycone: 34,1g WĘGLOWODANY: 320,5g w tym cukry: 34,3g BŁONNIK: 19,87g SÓL: 8,64g			

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