

	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
ŚRODA 01.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z rzodkiewką 60g (MLE) Szyńka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Kiwi 100g	Rosół z makaronem 350ml (SEL, GLU) Kompot 250ml Gulasz z indyka z warzywami duszony (GLU, SLE) Kasza jęczmienna gotowana 180g (GLU) Surówka z czerwonej kapusty 75g Szpinak zasmażany 75g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z drobiu 100g (SEL) Pomidor 100g	Ser żółty 40g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
ENERGIA: 2504,7kcal BIAŁKO: 118,6g TŁUSZCZ: 97,6g w tym kw. nasycone: 37,8g WĘGLOWODANY: 299,37g w tym cukry: 39,78g BŁONNIK: 23,31g SÓL: 7,84g				
ŚRODA 01.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne Weka 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pomidorem 60g (MLE) Szyńka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Banan 100g	Rosół z makaronem 350ml (SEL, GLU) Kompot 250ml Gulasz z indyka z warzywami duszony (GLU, SLE) Kasza jęczmienna gotowana 180g (GLU) Szpinak zasmażany 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne Weka 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z drobiu 100g (SEL) Pomidor 100g	Ser żółty 40g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
ENERGIA: 2525kcal BIAŁKO: 151,6g TŁUSZCZ: 91,5g w tym kw. nasycone: 34,6g WĘGLOWODANY: 327,69g w tym cukry: 46,76g BŁONNIK: 24,26g SÓL: 7,18g				
ŚRODA 01.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne Weka 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pomidorem 60g (MLE) Szyńka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Banan 100g	Rosół z makaronem 350ml (SEL, GLU) Kompot 250ml Gulasz z indyka z warzywami duszony (GLU, SLE) Kasza jęczmienna gotowana 180g (GLU) Szpinak zasmażany 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne Weka 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z drobiu 100g (SEL) Pomidor 100g	Miód 2szt Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
ENERGIA: 2616,3kcal BIAŁKO: 115,6g TŁUSZCZ: 86,5g w tym kw. nasycone: 31,6g WĘGLOWODANY: 355,8g w tym cukry: 47,4g BŁONNIK: 24,26g SÓL: 6,74g				
ŚRODA 01.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne Weka 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pomidorem 60g (MLE) Szyńka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Banan 100g	Rosół z makaronem 350ml (SEL, GLU) Kompot 250ml Gulasz z indyka z warzywami duszony (GLU, SLE) Kasza jęczmienna gotowana 180g (GLU) Szpinak zasmażany 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne Weka 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z drobiu 100g (SEL) Pomidor 100g	Miód 2szt Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
ENERGIA: 2616,3kcal BIAŁKO: 115,6g TŁUSZCZ: 86,5g w tym kw. nasycone: 31,6g WĘGLOWODANY: 355,8g w tym cukry: 47,4g BŁONNIK: 24,26g SÓL: 6,74g				
ŚRODA 01.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne Weka 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pomidorem 60g (MLE) Szyńka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Banan 100g	Rosół z makaronem 350ml (SEL, GLU) Kompot 250ml Gulasz z indyka z warzywami duszony (GLU, SLE) Kasza jęczmienna gotowana 180g (GLU) Szpinak zasmażany 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne Weka 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z drobiu 100g (SEL) Pomidor 100g	Ser żółty 40g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)				
ENERGIA: 2896,6kcal BIAŁKO: 134,9g TŁUSZCZ: 108,9g w tym kw. nasycone: 44,4g WĘGLOWODANY: 356,86g w tym cukry: 47,03g BŁONNIK: 25,71g SÓL: 8,19g				
ŚRODA 01.11.2023	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml (GLU, MLE) Pieczywo graham 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pomidorem 60g (MLE) Szyńka	Rosół z makaronem 350ml (SEL, GLU) Kompot bez cukru 250ml Gulasz z indyka z warzywami duszony (GLU, SLE) Kasza jęczmienna gotowana 180g (GLU) Surówka z czerwonej kapusty 75g	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 50g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z drobiu 100g (SEL) Pomidor 100g	Ser żółty 40g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)

	gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Kiwi 100g	Szpinak zasmażany 75g (GLU)		
	II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
	ENERGIA: 2669,6kcal BIAŁKO: 129,9g TLUSZCZ: 112,7g w tym kw. nasycone: 44,2g WĘGLOWODANY: 292,36g w tym cukry: 30,95g BŁONNIK: 17,12g SÓL: 8,61g			
	DIETA PLYNNA WZMOCNIONA			
ŚRODA 01.11.2023	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE)	Zupa ryżowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa ryżowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa ryżowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)
	II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (MLE)			
	ENERGIA: 1229,2kcal BIAŁKO: 58,2g TLUSZCZ: 60g w tym kw. nasycone: 12,7g WĘGLOWODANY: 117,47g w tym cukry: 16,36g BŁONNIK: 6,68g SÓL: 1,19g			
	DIETA APLAZYJNA			
ŚRODA 01.11.2023	Kasza kukurydziana na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne Weka 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek bez laktozy z pomidorem 60g (MLE) Szyńka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Banan 100g	Rosół z makaronem 350ml (SEL, GLU) Kompot 250ml Gulasz z indyka z warzywami duszony (GLU, SLE) Kasza jęczmienna gotowana 180g (GLU) Szpinak zasmażany 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne Weka 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z drobiu 100g (SEL) Pomidor 100g	Ser żółty 40g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
	ENERGIA: 2896,6kcal BIAŁKO: 134,9g TLUSZCZ: 108,9g w tym kw. nasycone: 44,4g WĘGLOWODANY: 356,86g w tym cukry: 47,03g BŁONNIK: 25,71g SÓL: 8,19g			

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
CZWARTEK 02.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60g (JAJ) Szyńska wieprzowa 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Makaron z twarogiem i polewą truskawkową 380g (GLU, MLE)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Kielbasa śląska 120g (GLU, MLE, SEL) Ketchup 30g Sałata lodowa z olejem 100g	Serek homogenizowany 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 02.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60g (JAJ) Szyńska wieprzowa 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Makaron z twarogiem i polewą truskawkową 380g (GLU, MLE)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Szyńska drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Sałata lodowa z olejem (100g)	Serek homogenizowany 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 02.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne Weka 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Ppasta z jaj z koperkiem 60g (JAJ) Szyńska wieprzowa 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Makaron z twarogiem i polewą truskawkową 380g (GLU, MLE)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Szyńska drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g Serek homogenizowany 150g (MLE)	Serek homogenizowany 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 02.11.2023	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 Weka 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60g (JAJ) Szyńska wieprzowa 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Makaron z twarogiem i polewą truskawkową 380g (GLU, MLE)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Szyńska drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek homogenizowany 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 02.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne Weka 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60g (JAJ) Szyńska wieprzowa 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Makaron z twarogiem i polewą truskawkową 380g (GLU, MLE)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Szyńska drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Sałata lodowa z olejem (100g)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Twarożek 40g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)	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 02.11.2023	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) Pasta z jaj z koperkiem 60g (JAJ) Szyńska	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot bez cukru 250ml Makaron z twarogiem i polewą truskawkową bez cukru 380g (GLU, MLE)	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Szyńska drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Sałata lodowa z olejem (100g)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)

	wieprzowa 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g			
	II ŚNIADANIE Twarożek 40g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo graham 60g (GLU)			
	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			
CZWARTEK 02.11.2023	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: 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			
CZWARTEK 02.11.2023	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) Pasta z jaj z koperkiem 60g Szyńka wieprzowa 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Makaron z twarogiem bez laktozy i polewą truskawkową 380g (GLU, MLE)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne Weka 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg bez laktozy 50g (MLE) Wędlina drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Dżem 50g
	II ŚNIADANIE Twarożek bez laktozy (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
	ENERGIA: 2304,1g BIAŁKO: 105,6g TŁUSZCZ: 71,2g w tym kw. nasycone: 26,8g WĘGLOWODANY: 321,07g w tym cukry: 45,95g 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 03.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Smalec z fasoli 60g Szynka gotowana 40g Ogórek kiszony 100g	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Dorsz z pieca w sosie (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 180g Surówka z selera i marchewki 75g (SEL) Surówka z buraczków 75g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Sałatka makaronowa z brokułem 150g (GLU) Pomidor 100g	Paszтет 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g
	ENERGIA: 2051,6kcal BIALKO: 96,5g TŁUSZCZ: 60,9g w tym kw. nasycone: 26,2g WĘGLOWODANY: 291,81g w tym cukry: 28,22g BŁONNIK: 25,11g SÓL: 6,45g			
PIĄTEK 03.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 40g (MLE) Szynka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Sałata	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Dorsz z pieca w sosie (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 180g Surówka z buraczków 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) sałatka makaronowa z brokułem 150g (GLU), Pomidor 100g	Paszтет 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g
	ENERGIA: 2070,6kcal BIALKO: 97g TŁUSZCZ: 60,9g w tym kw. nasycone: 26,5g WĘGLOWODANY: 293,96g w tym cukry: 27,73g BŁONNIK: 26,82g SÓL: 8,35g			
PIĄTEK 03.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) twaróg (40g) (MLE) Szynka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Sałata	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Dorsz z pieca w sosie (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 180g Surówka z buraczków 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Sałatka makaronowa z brokułem 150g (GLU) Pomidor 100g	Paszтет 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g
	ENERGIA: 2001,4kcal BIALKO: 94,2g TŁUSZCZ: 52,8g w tym kw. nasycone: 24,1g WĘGLOWODANY: 297,7g w tym cukry: 27,32g BŁONNIK: 21,02g SÓL: 6,57g			
PIĄTEK 03.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 40g (MLE) Szynka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Sałata	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Dorsz z pieca w sosie (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 180g Surówka z buraczków 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Sałatka makaronowa z brokułem 150g (GLU) Pomidor 100g	Paszтет 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g
	ENERGIA: 2001,4kcal BIALKO: 94,2g TŁUSZCZ: 52,8g w tym kw. nasycone: 24,1g WĘGLOWODANY: 297,7g w tym cukry: 27,32g BŁONNIK: 21,02g SÓL: 6,57g			
PIĄTEK 03.11.2023	DIETA BOGATOBIALKOWA			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 40g (MLE) Szynka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Sałata	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Dorsz z pieca w sosie (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 180g Surówka z buraczków 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Sałatka makaronowa z brokułem 150g (GLU) Pomidor 100g	Paszтет 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g
	II ŚNIADANIE Smalec z fasoli 40g Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
ENERGIA: 2179,5kcal BIALKO: 103,7g TŁUSZCZ: 63,6g w tym kw. nasycone: 28,1g WĘGLOWODANY: 308,72g w tym cukry: 36,39g BŁONNIK: 21,39g SÓL: 6,7g				
PIĄTEK 03.11.2023	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 40g (MLE) Szynka gotowana 40g Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Dorsz z pieca w sosie (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 180g Surówka z selera i marchewki 75g (SEL) Surówka z buraczków 75g	Herbata 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Sałatka makaronowa z brokułem 150g (GLU) Pomidor 100g	Paszтет 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g
	II ŚNIADANIE Smalec z fasoli 40g Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
ENERGIA: 2083,8kcal BIALKO: 103,9g TŁUSZCZ: 65,4g w tym kw. nasycone: 28,4g WĘGLOWODANY: 277,52g w tym cukry: 27,97g BŁONNIK: 15,63g SÓL: 6,7g				

DIETA PŁYNNA WZMOCNIONA				
PIĄTEK 03.11.2023	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: 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				
PIĄTEK 03.11.2023	Ryż na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 40g (MLE) Szynka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor (100g)	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml, Dorsz z pieca w sosie (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki 180g surówka z buraczków 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo Weka 150g (GLU) sałatka makaronowa z brokułem 150g (GLU) Pomidor 100g	Paszтет 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g
	II ŚNIADANIE II smalec z fasoli 40g Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
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
SOBOTA 04.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Dżem 50g Banan 100g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Udko z pieca 140g (GLU, SEL) Ziemiaki gotowane 180g Surówka z ogórków kiszonych 75g Kalafior 75g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Połędwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Ser żółty 50g (MLE) Papryka 100g	Wafle ryżowe 2szt, Miód 1 szt
	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			
SOBOTA 04.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Dżem 50g Banan 100g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Udko z pieca 140g (GLU, SEL) Ziemiaki gotowane 180g kalafior 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Połędwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Miód 1 szt
	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			
SOBOTA 04.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g, banan (100g)	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Udko z pieca 140g (GLU, SEL) Ziemiaki gotowane 180g Kalafior gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Połędwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Pasta z białka jaja 100g (JAJ) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Miód 1 szt
	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			
SOBOTA 04.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Dżem 50g Banan 100g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Udko z pieca 140g (GLU, SEL) Ziemiaki gotowane 180g Kalafior gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Połędwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Pasta z białka jaja 100g (JAJ) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Miód 1 szt
	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			
SOBOTA 04.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Dżem 50g Banan 100g II ŚNIADANIE Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Udko z pieca 120g (GLU, SEL) Ziemiaki gotowane 180g Kalafior gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Połędwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Miód 1 szt
	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			
SOBOTA 04.11.2023	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku bez cukru 250ml (GLU, MLE) Pieczywo graham 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg (100g) (MLE), Pomidor 100g II ŚNIADANIE Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU, SEL) Kompot bez cukru 250ml Udko z pieca 120g (GLU, SEL) Ziemiaki gotowane 180g Surówka z ogórków kiszonych 75g Kalafior gotowany 75g	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Połędwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Ser topiony (1/3szt) (MLE)
	ENERGIA: 2344,9kcal BIALKO: 101,4g TŁUSZCZ: 96,7g w tym kw. nasycone: 41,1g WĘGLOWODANY: 282,28g w tym cukry: 16,89g BŁONNIK: 30,17g SÓL: 10,01g			
SOBOTA 04.11.2023	DIETA PŁYNNA WZMOCNIONA			
	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE) II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-	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,

	ryżowa 250g (MLE)			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			
	DIETA APLAZYJNA			
SOBOTA 04.11.2023	Kasza kukurydziana na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE), banan (100g) 15g (MLE) Twarożek bez laktozy 50g (MLE) Dżem 50g, II ŚNIADANIE Polędwica sopočka 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Udko z pieca 120g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Kalafior gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Polędwica sopočka 50g (GLU, MLE, SEL) Jajko gotowane 1szt (JAJ) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Miód 1 szt
	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
NIEDZIELA 05.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Bułka grahamka 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (GLU, JAJ) Sałatka z pomidora i sałaty 100g	Zupa buraczkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Filet drobiowy zapiekany ze szpinakiem 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z białej kapusty 75g Marchewka gotowana 75g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pietruszką 100g (MLE) Pomidor 100g	Ser żółty 40g (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 05.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Sałatka z pomidora i sałaty 100g	Zupa buraczkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Filet drobiowy zapiekany ze szpinakiem 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 150g	Herbata 250ml Bułka pszenna Weka 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pietruszką 100g (MLE) Pomidor 100g	Szynka drobiowa 40g (GLU, MLE, SEL) 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 05.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z białka jaj 100g (JAJ) Sałatka z pomidora i sałaty 100g	Zupa buraczkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Filet drobiowy zapiekany ze szpinakiem 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne Weka 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pietruszką 100g (MLE) Pomidor 100g	Szynka drobiowa 40g (GLU, MLE, SEL) Twarożek z pietruszką 100g (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 05.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z białka jaj 100g (JAJ) Sałatka z pomidora i sałaty 100g	Zupa buraczkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Filet drobiowy zapiekany ze szpinakiem 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne Weka 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pietruszką 100g (MLE) Pomidor 100g	Szynka drobiowa 40g (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 05.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (GLU, JAJ) Sałatka z pomidora i sałaty 100g II ŚNIADANIE Maślanka owocowa 200ml (MLE)	Zupa buraczkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Filet drobiowy zapiekany ze szpinakiem 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 150g	Herbata 250ml Bułka pszenna Weka 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pietruszką 100g (MLE) Pomidor 100g	Szynka drobiowa 40g (GLU, MLE, SEL) 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 05.11.2023	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku bez cukru 250ml (GLU, MLE) Bułka grahamka 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Sałatka z pomidora i sałaty 100g II ŚNIADANIE Maślanka naturalna 200ml (MLE)	Zupa buraczkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot bez cukru 250ml Filet drobiowy zapiekany ze szpinakiem 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z białej kapusty 150g	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pietruszką 100g (MLE) Pomidor 100g	Szynka drobiowa 40g (GLU, MLE, SEL) 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			
NIEDZIELA 05.11.2023	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: 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			
	DIETA APLAZYJNA			
NIEDZIELA 05.11.2023	Makaron na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Bułka grahamka 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Sałatka z pomidora i sałaty 100g	Zupa buraczkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Filet drobiowy zapiekany ze szpinakiem 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 75g	Herbata 250ml Bułka pszenna Weka 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek bez laktozy z pietruszką 100g (MLE) Pomidor 100g,	Szynka drobiowa 40g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	II ŚNIADANIE Koktajl owocowy na mleku bez laktozy 200ml (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
PONIEDZIAŁEK 06.11.2023	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) Połudwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) sałatka z fasolką (100g)	Zupa kapuśniak 350ml (SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie pomidorowym 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Brokuł gotowany 75g Surówka z selera i jabłka 75g (SEL)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny z koperkiem 150g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2246,2kcal BIALKO: 95,8g TŁUSZCZ: 82,6g w tym kw. nasycone: 29,3g WĘGLOWODANY: 283g w tym cukry: 44,64g BŁONNIK: 24,11g SÓL: 4,26g			
PONIEDZIAŁEK 06.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Połudwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Pasztet drobiowy 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie pomidorowym 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Brokuł gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny z koperkiem 150g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2262,5kcal BIALKO: 97,9g TŁUSZCZ: 74,8g w tym kw. nasycone: 25,7g WĘGLOWODANY: 309,97g w tym cukry: 40,66g BŁONNIK: 21,25 SÓL: 4,68g			
PONIEDZIAŁEK 06.11.2023	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) Połudwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Dżem 50g Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie pomidorowym 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Brokuł gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny z koperkiem 150g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2144,1kcal BIALKO: 87,3g TŁUSZCZ: 61,8g w tym kw. nasycone: 24,3g WĘGLOWODANY: 310,26g w tym cukry: 49,83g BŁONNIK: 21,25g SÓL: 7,27g			
PONIEDZIAŁEK 06.11.2023	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) Połudwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Dżem 50g Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie pomidorowym 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Brokuł gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny z koperkiem 150g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2144,1kcal BIALKO: 87,3g TŁUSZCZ: 61,8g w tym kw. nasycone: 24,3g WĘGLOWODANY: 310,26g w tym cukry: 49,83g BŁONNIK: 21,25g SÓL: 7,27g			
PONIEDZIAŁEK 06.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Połudwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Pasztet drobiowy 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie pomidorowym 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Brokuł gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny z koperkiem 150g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Jajko gotowane 50g (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
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				
PONIEDZIAŁEK 06.11.2023	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) Połudwica sopocka 50g (GLU, MLE, SEL) Pasztet drobiowy 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (SEL) Kompot bez cukru 250ml Gulasz z indyka z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Brokuł gotowany 75g Surówka z selera i jabłka 75g (SEL)	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny z koperkiem 150g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Jogurt naturalny 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Jajko gotowane 50g (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: 30,07g BŁONNIK: 33,33g SÓL: 8,14g			
PONIEDZIAŁEK 06.11.2023	DIETA PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ			
	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: 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 06.11.2023	DIETA APLAZYJNA			
	Płatki jęczmienne na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Polędwica sopočka 50g (GLU, MLE, SEL) Paszтет drobiowy 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml, Pulpet w sosie pomidorowym 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Brokuł gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny z koperkiem 150g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek wiejski bez laktozy 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE II 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
WTOREK 07.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Bułka grahamka 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 60g (GLU, JAJ) Szyńka wieprzowa 40g (GLU, MLE, SEL) Papryka 100g	Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Kompot 250ml, Gulasz z szynki 200g (GLU, SEL) Kasza gryczana 180g Fasolka szparagowa gotowana 75g Surówka z buraczków 75g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg 50g (MLE) Jabłko 1szt	Wafle ryżowe 2 szt Kefir 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2246,2kcal BIALKO: 96,8g TŁUSZCZ: 82,6g w tym kw. nasycone: 28,3g WĘGLOWODANY: 294,3g w tym cukry: 50,06g BŁONNIK: 22,13g SÓL: 8,62g			
WTOREK 07.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60g (GLU, JAJ) Szyńka wieprzowa 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Kompot 250ml, Gulasz z szynki 200g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 180g Fasolka szparagowa gotowana 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg 50g (MLE) Jabłko 1szt	Wafle ryżowe 2 szt Kefir 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2246,2kcal BIALKO: 96,8g TŁUSZCZ: 82,6g w tym kw. nasycone: 28,3g WĘGLOWODANY: 294,3g w tym cukry: 51,6g BŁONNIK: 22,13g SÓL: 8,62g			
WTOREK 07.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z białek jaj z koperkiem 60g (GLU, JAJ) Szyńka wieprzowa 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Kompot 250ml, Gulasz z szynki 200g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 180g Fasolka szparagowa gotowana 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU), Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg 50g (MLE) Jabłko 1szt	Wafle ryżowe 2 szt Kefir 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2244,2kcal BIALKO: 98,8g TŁUSZCZ: 78,26g w tym kw. nasycone: 28,3g WĘGLOWODANY: 294,3g w tym cukry: 51,6g BŁONNIK: 22,13g SÓL: 8,62g			
WTOREK 07.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z białek jaj z koperkiem 60g (GLU, JAJ) Szyńka wieprzowa 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Kompot 250ml, Gulasz z szynki 200g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 180g Fasolka szparagowa gotowana 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU), Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg 50g (MLE) Jabłko 1szt	Wafle ryżowe 2 szt Kefir 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2244,2kcal BIALKO: 98,8g TŁUSZCZ: 78,26g w tym kw. nasycone: 28,3g WĘGLOWODANY: 294,3g w tym cukry: 51,6g BŁONNIK: 22,13g SÓL: 8,62g			
WTOREK 07.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z białek jaj z koperkiem 60g (GLU, JAJ) Szyńka wieprzowa 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Kompot 250ml Gulasz z szynki 200g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 180g Fasolka szparagowa gotowana 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU), Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg 50g (MLE) Jabłko 1szt	Wafle ryżowe 2 szt Kefir 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Jogurt naturalny 1szt (MLE)			
ENERGIA: 2382,6kcal BIALKO: 101,4g TŁUSZCZ: 82,5g w tym kw. nasycone: 33,01g WĘGLOWODANY: 331,43g w tym cukry: 50,28g BŁONNIK: 22,37g SÓL: 8,5g				
WTOREK 07.11.2023	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa na mleku bez cukru 250ml (GLU, MLE) Bułka grahamka 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60g (GLU, JAJ) Szyńka wieprzowa 40g (GLU, MLE, SEL) Papryka 100g	Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Kompot 250ml Gulasz z szynki 200g (GLU, SEL) Kasza gryczana 180g Fasolka szparagowa gotowana 75g Surówka z buraczków 75g	Herbata 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg 50g (MLE) Jabłko 1szt	Wafle ryżowe 2 szt Kefir 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Jogurt naturalny 1szt (MLE)			
ENERGIA: 2456,8kcal BIALKO: 107,7g TŁUSZCZ: 84,3g w tym kw. nasycone: 33,8g WĘGLOWODANY: 312,47g w tym cukry: 43,07g BŁONNIK: 28,33g SÓL: 8,14g				

DIETA PŁYNNA WZMOCNIONA				
WTOREK 07.11.2023	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE)	Zupa ziemniaczana miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa ziemniaczana miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa ziemniaczana miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)
	II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (MLE)			
ENERGIA: 1019,1kcal BIAŁKO: 57,2g TŁUSZCZ: 49,1g w tym kw. nasycone: 11,7g WĘGLOWODANY: 114,56g w tym cukry: 16,92g BŁONNIK: 6,91g SÓL: 1,03g				
DIETA APLAZYJNA				
WTOREK 07.11.2023	Kaszka manna na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60g (JAJ) Szynka wieprzowa 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Kompot 250ml Gulasz z szynki 200g (GLU, SEL) Kaszka jęczmienna 180g Fasolka szparagowa gotowana 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg bez laktozy 50g (MLE) Jabłko 1szt	Serek wiejski bez laktozy 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Sok warzywny 200ml (SEL) Herbatniki 30g (GLU)			
ENERGIA: 2562,4g BIAŁKO: 104,4g TŁUSZCZ: 81,3g w tym kw. nasycone: 34,1g WĘGLOWODANY: 321,05g 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 08.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Jabłko 1szt	Zupa krupnik 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Wątróbka drobiowa z cebulką 200g (GLU) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z ogórków kiszonych 75g Marchewka gotowana 75g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny z zieleniną 100g (GLU, MLE, SEL) Papryka 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			
ŚRODA 08.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Jabłko 1szt	Zupa krupnik 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Bitka wołowa w sosie 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny z zieleniną 100g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Szynka drobiowa 30g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 90g (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			
ŚRODA 08.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Jabłko 1szt	Zupa krupnik 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Bitka wołowa w sosie 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny z zieleniną 100g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Szynka drobiowa 30g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 90g (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			
ŚRODA 08.11.2023	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) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Jabłko 1szt	Zupa krupnik 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Bitka wołowa w sosie 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny z zieleniną 100g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Szynka drobiowa 30g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 90g (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			
ŚRODA 08.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Jabłko 1szt II ŚNIADANIE Koktajl truskawkowy 200ml (MLE)	Zupa krupnik 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Bitka wołowa w sosie 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny z zieleniną 100g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Szynka drobiowa 30g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 90g (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			
ŚRODA 08.11.2023	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) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Jabłko 1szt II ŚNIADANIE Koktajl truskawkowy bez cukru 200ml (MLE)	Zupa krupnik 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Bitka wołowa w sosie 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z ogórków kiszonych 150g	Herbata 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny z zieleniną 100g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Szynka drobiowa 30g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 90g (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			
ŚRODA 08.11.2023	DIETA PLYNNA WZMOCNIONA			
	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE) II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (MLE)	Zupa krupnik miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa krupnik miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa krupnik miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)
	ENERGIA: 1229,1kcal BIĄŁKO: 58,2g TŁUSZCZ: 60g w tym kw. nasycone: 12,7g WĘGLOWODANY: 117,47g			

w tym cukry: 16,39g BŁONNIK: 6,94g SÓL: 1,1g				
DIETA APLAZYJNA				
ŚRODA 08.11.2023	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Jabłko 1szt	Zupa krupnik 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Bitka wołowa w sosie 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny z zieleniną 100g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Szynka drobiowa 30g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 90g (GLU)
	II ŚNIADANIE Koktajl truskawkowy na mleku bez laktozy 200ml (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