

	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
CZWARTEK 23.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasztet pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Szyńka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Ogórek kiszony 100g	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Gulasz z indyka z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Kasza kuskus gotowana 180g (GLU) Surówka z selera i jabłka 75g Marchewka z groszkiem gotowana 75g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Pomidor 100g	Kefir 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2246,2kcal BIĄŁKO: 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			
CZWARTEK 23.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasztet pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Szyńka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Gulasz z indyka z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Kasza kuskus gotowana 180g (GLU) Surówka z selera i jabłka 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Pomidor 100g	Kefir 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2246,2kcal BIĄŁKO: 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			
CZWARTEK 23.11.2023	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) Pasztet pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Szyńka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Gulasz z indyka z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Kasza kuskus gotowana 180g (GLU) Surówka z selera i jabłka 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z białka jaja 100g (JAJ) Pomidor 100g	Kefir 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2244,2kcal BIĄŁKO: 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			
CZWARTEK 23.11.2023	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) Pasztet pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Szyńka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Gulasz z indyka z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Kasza kuskus gotowana 180g (GLU) Surówka z selera i jabłka 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z białka jaja 100g (JAJ) Pomidor 100g	Kefir 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2244,2kcal BIĄŁKO: 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			
CZWARTEK 23.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasztet pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Szyńka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Gulasz z indyka z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Kasza kuskus gotowana 180g (GLU) Surówka z selera i jabłka 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Pomidor 100g	Kefir 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Jogurt owocowy 1szt (MLE)			
ENERGIA: 2382,6kcal BIĄŁKO: 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				
CZWARTEK 23.11.2023	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) Pasztet pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Szyńka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot bez cukru 250ml Gulasz z indyka z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Kasza kuskus gotowana 180g (GLU) Surówka z selera i jabłka 150g	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Pomidor 100g	Kefir 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Jogurt naturalny 1szt (MLE)			
ENERGIA: 2456,8kcal BIĄŁKO: 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			
CZWARTEK 23.11.2023	DIETA PLYNNA WZMOCNIONA			
	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: 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				
CZWARTEK 23.11.2023	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) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Szyńka gotowana 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Gulasz z indyka z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Kasza kuskus gotowana 180g (GLU) Surówka z selera i jabłka 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Pomidor 100g	Koktajl owocowy na mleku bez laktozy 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE II Ser żółty 30g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (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
PIĄTEK 24.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Ser żółty 50g (MLE) Szynka drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa ogórkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Dorsz w sosie pomidorowym gotowany 180g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z kapusty kiszzonej 75g Jarzynka po grecku 75g (SEL)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa z ogórkiem i szynką 150g (RYB) Sałata	Wafle ryżowe 2szt Dżem 25g
	ENERGIA: 2346,2kcal BIALKO: 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 24.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Szynka drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Dorsz w sosie pomidorowym gotowany 180g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki gotowane 180g Jarzynka po grecku 75g (SEL)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa z szynką 150g (RYB) Sałata	Wafle ryżowe 2szt Dżem 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 24.11.2023	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) Twaróg 50g (MLE) Szynka drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Dorsz w sosie pomidorowym gotowany 180g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki gotowane 180g Jarzynka po grecku 75g (SEL)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa z szynką 150g (RYB) Sałata	Wafle ryżowe 2szt Dżem 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 24.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Szynka drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Dorsz w sosie pomidorowym gotowany 180g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki gotowane 180g Jarzynka po grecku 75g (SEL)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa z szynką 150g (RYB) Sałata	Wafle ryżowe 2szt Dżem 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 24.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Szynka drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g II ŚNIADANIE Pasztet drobiowy 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Dorsz w sosie pomidorowym gotowany 180g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki gotowane 180g Jarzynka po grecku 75g (SEL)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa z szynką 150g (RYB) Sałata	Wafle ryżowe 2szt Dżem 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 24.11.2023	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 50g (MLE) Szynka drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g II ŚNIADANIE Pasztet drobiowy 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot bez cukru 250ml Dorsz w sosie pomidorowym gotowany 180g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z kapusty kiszzonej 75g Jarzynka po grecku 75g (SEL)	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa z ogórkiem szynką 150g (RYB) Sałata	Wafle ryżowe 2szt Ser topiony 1/3szt (MLE)
	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			

ENERGIA: 2456,8kcal BIAŁKO: 110,7g TLUSZCZ: 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				
PIĄTEK 24.11.2023	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: 1229,1kcal BIAŁKO: 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				
PIĄTEK 24.11.2023	Kaszka kukurydziana na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg bez laktozy 50g (MLE) Szynka drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (SEL) Kompot 250ml Dorsz w sosie pomidorowym gotowany 180g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki gotowane 180g Jarzynka po grecku 150g (SEL)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa z szynką 150g (RYB)	Wafle ryżowe 2szt Dżem 25g
	II ŚNIADANIE Paszтет drobiowy 1/3szt (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
	ENERGIA: 2582,4g BIAŁKO: 114,4g TLUSZCZ: 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 25.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Bułka grahamka 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Jajko gotowane (JAJ) Pomidor 100g	Krupnik jaglany 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Łazanki z kiełbasą (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z miodem 100g (MLE) Jabłko pieczone 1szt	Szynka gotowana 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2362,3kcal BIALKO: 88,6g TŁUSZCZ: 76,8g w tym kw. nasycone: 29,2g WĘGLOWODANY: 288,93g w tym cukry: 45,74g BŁONNIK: 20,11g SÓL: 7,52g			
SOBOTA 25.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Jajko gotowane (JAJ) Pomidor 100g	Krupnik jaglany 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Makaron z mięsem i warzywami z sosem pomidorowym 380g (GLU, SEL) Sałata z sosem winegret	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z miodem 100g (MLE) Jabłko pieczone 1szt	Szynka gotowana 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2263,4kcal BIALKO: 87,8g TŁUSZCZ: 74,6g w tym kw. nasycone: 28,1g WĘGLOWODANY: 300,21g w tym cukry: 44,73g BŁONNIK: 19,15g SÓL: 6,72g			
SOBOTA 25.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Pasta z białka jaja 100g (JAJ) Pomidor 100g	Krupnik jaglany 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Makaron z mięsem i warzywami z sosem pomidorowym 380g (GLU, SEL) Sałata z sosem winegret	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z miodem 100g (MLE) Jabłko pieczone 1szt	Szynka gotowana 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2260,4kcal BIALKO: 84,8g TŁUSZCZ: 71,6g w tym kw. nasycone: 28,1g WĘGLOWODANY: 301,2g w tym cukry: 44,73g BŁONNIK: 19,15g SÓL: 6,72g			
SOBOTA 25.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Pasta z białka jaja 100g (JAJ) Pomidor 100g	Krupnik jaglany 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Makaron z mięsem i warzywami z sosem pomidorowym 380g (GLU, SEL) Sałata z sosem winegret	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z miodem 100g (MLE) Jabłko pieczone 1szt	Szynka gotowana 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2260,4kcal BIALKO: 84,8g TŁUSZCZ: 71,6g w tym kw. nasycone: 28,1g WĘGLOWODANY: 301,2g w tym cukry: 44,73g BŁONNIK: 19,15g SÓL: 6,72g			
SOBOTA 25.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Jajko gotowane (JAJ) Pomidor 100g	Krupnik jaglany 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Makaron z mięsem i warzywami z sosem pomidorowym 380g (GLU, SEL) Sałata z sosem winegret	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z miodem 100g (MLE) Jabłko pieczone 1szt	Szynka gotowana 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	II ŚNIADANIE Jogurt owocowy 1szt (MLE)			
ENERGIA: 2382,4kcal BIALKO: 96,4g TŁUSZCZ: 80,3g w tym kw. nasycone: 31,1g WĘGLOWODANY: 325,21g w tym cukry: 45,27g BŁONNIK: 22,37g SÓL: 8,5g				
SOBOTA 25.11.2023	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml (GLU, MLE) Bułka grahamka 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Jajko gotowane (JAJ) Pomidor 100g	Krupnik jaglany 350ml (GLU, SEL) Kompot bez cukru 250ml Makaron z mięsem i warzywami z sosem pomidorowym 380g (GLU, SEL) Sałata z sosem winegret	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 100g (MLE) Jabłko pieczone 1szt	Szynka gotowana 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	II ŚNIADANIE Jogurt naturalny 1szt (MLE)			
ENERGIA: 2456,8kcal BIALKO: 101,5g TŁUSZCZ: 82,3g w tym kw. nasycone: 32,6g WĘGLOWODANY: 312,47g w tym cukry: 30,07g BŁONNIK: 28,63g SÓL: 8,14g				

DIETA PŁYNNA WZMOCNIONA				
SOBOTA 25.11.2023	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, 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)
	II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (MLE)			
	ENERGIA: 1013,1kcal BIAŁKO: 48,2g TŁUSZCZ: 50g w tym kw. nasycone: 10,4g WĘGLOWODANY: 112,42g w tym cukry: 14,3g BŁONNIK: 4,94g SÓL: 1,11g			
DIETA APLAZYJNA				
SOBOTA 25.11.2023	Płatki owsiane na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 90g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Jajko gotowane (JAJ) Pomidor 100g	Krupnik jaglany 350ml (GLU, SEL) Kompot 250ml Makaron z mięsem i warzywami z sosem pomidorowym 380g (GLU, SEL) Sałata z sosem winegret	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek bez laktozy z miodem 100g (MLE) Jabłko pieczone 1szt	Szynka gotowana 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	II ŚNIADANIE Sok warzywny 200ml			
	ENERGIA: 2562,4g BIAŁKO: 111,4g 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 26.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Ser topiony 1/3szt (MLE) Połędwica drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Rosół z makaronem 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Udko opiekane 180g Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 75g (GLU) Mizeria z jogurtem 75g (MLE)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z drobiu 100g (SEL) Sałata	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2216,8kcal BIAŁKO: 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			
NIEDZIELA 26.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Dżem 50g Połędwica drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Rosół z makaronem 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Udko opiekane 180g Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z drobiu 100g (SEL) Sałata	Serek homogenizowany 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			
NIEDZIELA 26.11.2023	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) Dżem 50g Połędwica drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Rosół z makaronem 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Udko opiekane 180g Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z drobiu 100g (SEL) Sałata	Serek homogenizowany 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			
NIEDZIELA 26.11.2023	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) Dżem 50g Połędwica drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Rosół z makaronem 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Udko opiekane 180g Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z drobiu 100g (SEL) Sałata	Serek homogenizowany 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			
NIEDZIELA 26.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Dżem 50g Połędwica drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Rosół z makaronem 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Udko opiekane 180g Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z drobiu 100g (SEL) Sałata	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Pasztet drobiowy 1/3szt (GLU, MLE, SEL) 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		
NIEDZIELA 26.11.2023	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) Ser topiony 50g (MLE) Połędwica drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Rosół z makaronem 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot bez cukru 250ml Udko opiekane 180g Ziemniaki gotowane 180g Mizeria z jogurtem 150g (MLE)	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z drobiu 100g (SEL) Sałata	Serek homogenizowany naturalny 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Pasztet drobiowy 1/3szt (GLU, MLE, SEL) 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			
NIEDZIELA 26.11.2023	DIETA PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ			
	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: 1229,1kcal 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 26.11.2023	DIETA APLAZYJNA			
	Kaszka manna na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszan 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Dżem 50g Połędwica drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Rosół z makaronem 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Udko opiekane 180g Ziemniaki gotowane 180g Marchewka gotowana 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z drobiu 100g (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: 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 27.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pomidorem 100g (MLE) Sałata	Zupa szpinakowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Pulpet z indyka w sosie pomidorowym 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z marchewki i jabłka 75g Fasolka szparagowa gotowana 75g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka makaronowa z brokułem i szynką 150g (GLU) Sałata	Ser żółty 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	ENERGIA: 2346,2kcal BIALKO: 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 27.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pomidorem 100g (MLE) Sałata	Zupa szpinakowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Pulpet z indyka w sosie pomidorowym 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Fasolka szparagowa gotowana 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka makaronowa z brokułem i szynką 150g (GLU) Sałata	Ser żółty 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	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			
PONIEDZIAŁEK 27.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pomidorem 100g (MLE) Sałata	Zupa szpinakowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Pulpet z indyka w sosie pomidorowym 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Fasolka szparagowa gotowana 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka makaronowa z brokułem i szynką 150g (GLU) Sałata	Dżem 25g Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	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			
PONIEDZIAŁEK 27.11.2023	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) Twarożek z pomidorem 100g (MLE) Sałata	Zupa szpinakowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Pulpet z indyka w sosie pomidorowym 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Fasolka szparagowa gotowana 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka makaronowa z brokułem i szynką 150g (GLU) Sałata	Dżem 25g Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	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			
PONIEDZIAŁEK 27.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pomidorem 100g (MLE) Sałata II ŚNIADANIE Szynka wieprzowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)	Zupa szpinakowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Pulpet z indyka w sosie pomidorowym 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Fasolka szparagowa gotowana 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka makaronowa z brokułem i szynką 150g (GLU) Sałata	Ser żółty 30g (GLU, MLE, SEL) 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 27.11.2023	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW			
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku bez cukru 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pomidorem 100g (MLE) Sałata II ŚNIADANIE Szynka wieprzowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo (GLU)	Zupa szpinakowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot bez cukru 250ml Pulpet z indyka w sosie pomidorowym 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z marchewki i jabłka 75g Fasolka szparagowa gotowana 75g	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka makaronowa z brokułem i szynką 150g (GLU) Sałata	Ser żółty 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	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 szpinakowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g	Zupa szpinakowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g	Zupa szpinakowa miksowana z

PONIEDZIAŁEK 27.11.2023	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: 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 27.11.2023	DIETA APLAZYJNA				
	Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek z pomidorem 100g (MLE) Sałata	Zupa szpinakowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Pulpet z indyka w sosie pomidorowym 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Fasolka szparagowa gotowana 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka makaronowa z brokułem i szynką 150g (GLU) Sałata	Ser żółty 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)	
	II ŚNIADANIE II Szynka wieprzowa 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
WTOREK 28.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Płatki żytnie 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) Sałatka z fasolką 100g	Zupa kapuśniak 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Filet drobiowy panierowany smażony 140g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka colesław 75g Buraczki na ciepło 75g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Ser topiony 1/3szt (MLE) Wędlina 50g (GLU, MLE, SEL) Papryka 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2736kcal BIAŁKO: 103,1g TŁUSZCZ: 133,3g w tym kw. nasycone: 34,8g WĘGLOWODANY: 294,56g w tym cukry: 75,81g BŁONNIK: 27,46g SÓL: 9,68g			
WTOREK 28.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Płatki żytnie 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) Sałatka z pomidorów 100g	Zupa ziemniaczana 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Filet drobiowy w sosie duszony 180g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Buraczki na ciepło 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Wędlina 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2440kcal BIAŁKO: 101,2g TŁUSZCZ: 99,6g w tym kw. nasycone: 28,3g WĘGLOWODANY: 291,8g w tym cukry: 77,46g BŁONNIK: 21,83g SÓL: 7,12g			
WTOREK 28.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Płatki żytnie 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) Sałatka z pomidorów 100g	Zupa ziemniaczana 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Filet drobiowy w sosie duszony 180g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Buraczki na ciepło 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Wędlina 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2440kcal BIAŁKO: 101,2g TŁUSZCZ: 99,6g w tym kw. nasycone: 28,3g WĘGLOWODANY: 291,8g w tym cukry: 77,46g BŁONNIK: 21,83g SÓL: 7,12g			
WTOREK 28.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Płatki żytnie 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) Sałatka z pomidorów 100g	Zupa ziemniaczana 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Filet drobiowy w sosie duszony 180g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Buraczki na ciepło 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Wędlina 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2440kcal BIAŁKO: 101,2g TŁUSZCZ: 99,6g w tym kw. nasycone: 28,3g WĘGLOWODANY: 291,8g w tym cukry: 77,46g BŁONNIK: 21,83g SÓL: 7,12g			
WTOREK 28.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Płatki żytnie 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) Sałatka z pomidorów 100g	Zupa ziemniaczana 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Filet drobiowy w sosie duszony 180g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Buraczki na ciepło 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Wędlina 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
ENERGIA: 2702kcal BIAŁKO: 111,6g TŁUSZCZ: 112,7g w tym kw. nasycone: 34,9g WĘGLOWODANY: 320,8g w tym cukry: 78,19g BŁONNIK: 20,97g SÓL: 8,04g				
WTOREK 28.11.2023	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW			
	Płatki żytnie na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo graham 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Parówka drobiowa 2szt (GLU, MLE, SEL) Sałatka z fasolką 100g	Zupa ziemniaczana 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot bez cukru 250ml Filet drobiowy w sosie duszony 180g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Buraczki na ciepło 75g Surówka colesław 75g	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Wędlina 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek homogenizowany 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			

ENERGIA: 2702kcal BIAŁKO: 111,6g TŁUSZCZ: 112,7g w tym kw. nasycone: 34,9g WĘGLOWODANY: 320,8g w tym cukry: 78,19g BŁONNIK: 20,97g SÓL: 8,04g				
DIETA PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ				
WTOREK 28.11.2022	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: 1220,3kcal BIAŁKO: 66,8g TŁUSZCZ: 62,8g w tym kw. nasycone: 13,1g WĘGLOWODANY: 98,35g w tym cukry: 24,44g BŁONNIK: 2,9g SÓL: 2,37g			
DIETA APLAZYJNA				
WTOREK 28.11.2023	Płatki żytnie 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) Sałatka z pomidorów 100g	Zupa ziemniaczana 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Filet drobiowy w sosie duszony 180g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Buraczki na ciepło 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg bez laktozy 50g (MLE) Wędlina 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Kisiel z jabłkiem 200g
	II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
	ENERGIA: 2802kcal BIAŁKO: 111,6g TŁUSZCZ: 112,7g w tym kw. nasycone: 34,9g WĘGLOWODANY: 350,8g w tym cukry: 81,19g BŁONNIK: 21,97g SÓL: 8,04g			

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 29.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna ze szczyptką 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g	Zupa buraczkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Gulasz wołowy z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Makaron gotowany 180g (GLU, JAJ) Surówka z czerwonej kapusty 75g Szpinak na ciepło 75g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paprykarz 150g (RYB, SEL) Ogórek zielony 100g	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			
ŚRODA 29.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g	Zupa buraczkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Gulasz wołowy z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Makaron gotowany 180g (GLU, JAJ) Szpinak na ciepło 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paprykarz 150g (RYB, SEL) Pomidor 100g	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			
ŚRODA 29.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g	Zupa buraczkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Gulasz wołowy z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Makaron gotowany 180g (GLU, JAJ) Szpinak na ciepło 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paprykarz 150g (RYB, SEL) Pomidor 100g	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			
ŚRODA 29.11.2023	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 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g	Zupa buraczkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Gulasz wołowy z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Makaron gotowany 180g (GLU, JAJ) Szpinak na ciepło 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paprykarz 150g (RYB, SEL) Pomidor 100g	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			
ŚRODA 29.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g	Zupa buraczkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Gulasz wołowy z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Makaron gotowany 180g (GLU, JAJ) Szpinak na ciepło 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paprykarz 150g (RYB, SEL) Pomidor 100g	Kefir 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Szyńka gotowana 30g (GLU, MLE, SEL) 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				
ŚRODA 29.11.2023	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) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g	Zupa buraczkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot bez cukru 250ml Gulasz wołowy z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Makaron gotowany 180g (GLU, JAJ) Szpinak na ciepło 150g (GLU)	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paprykarz 150g (RYB, SEL) Pomidor 100g	Kefir 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Szyńka gotowana 30g (GLU, MLE, SEL) Masło (MLE) Pieczywo (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 PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ			
ŚRODA 29.11.2023	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE)	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 ziemniaczana 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 29.11.2023	Kasza kukurydziana na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g	Zupa buraczkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Gulasz wołowy z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Makaron gotowany 180g (GLU, JAJ) Szpinak na ciepło 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paprykarz 150g (RYB, SEL) Pomidor 100g	Koktajl truskawkowy na mleku bez laktozy 250ml (MLE)
	II ŚNIADANIE II Szyńka gotowana 30g (GLU, MLE, SEL) 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: 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
CZWARTEK 30.11.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Ser żółty 50g (MLE) Pasztet pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Ogórek kiszony 100g	Zupa szpinakowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Bitka schabowa w sosie pieczeniowym duszona 180g (GLU, SEL) Kasza mix jęczmienno-gryczana 180g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej 75g Kalafior gotowany 75g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny 100g (GLU, MLE, SEL) Papryka 100g	Serek wiejski 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2499,9kcal BIALKO: 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 30.11.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Pasztet pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa szpinakowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Bitka schabowa w sosie pieczeniowym duszona 180g (GLU, SEL) Kasza mix jęczmienno-gryczana 180g (GLU) Kalafior gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny 100g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek wiejski 1szt (MLE)
	ENERGIA: 23657,9kcal BIALKO: 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 30.11.2023	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) Twaróg 50g (MLE) Pasztet pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa szpinakowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Bitka schabowa w sosie pieczeniowym duszona 180g (GLU, SEL) Kasza mix jęczmienno-gryczana 180g (GLU) Kalafior gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny 100g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek wiejski 1szt (MLE)
	ENERGIA: 23657,9kcal BIALKO: 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 30.11.2023	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) Twaróg 50g (MLE) Pasztet pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa szpinakowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Bitka schabowa w sosie pieczeniowym duszona 180g (GLU, SEL) Kasza mix jęczmienno-gryczana 180g (GLU) Kalafior gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny 100g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek wiejski 1szt (MLE)
	ENERGIA: 23657,9kcal BIALKO: 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 30.11.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Pasztet pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa szpinakowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Bitka schabowa w sosie pieczeniowym duszona 180g (GLU, SEL) Kasza mix jęczmienno-gryczana 180g (GLU) Kalafior gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny 100g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek wiejski 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Serek homogenizowany 1szt (MLE)			
ENERGIA: 2691,1kcal BIALKO: 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 30.11.2023	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) Twaróg 50g (MLE) Pasztet pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa szpinakowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot bez cukru 250ml Bitka schabowa w sosie pieczeniowym duszona 180g (GLU, SEL) Kasza mix jęczmienno-gryczana 180g (GLU) Kalafior gotowany 150g	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny 100g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek wiejski 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Jogurt naturalny 1szt (MLE)			
ENERGIA: 2553,1kcal BIALKO: 113,1g TŁUSZCZ: 125,6g w tym kw. nasycone: 46,4g WĘGLOWODANY: 253,38g w tym cukry: 26,82g BŁONNIK: 21,9g SÓL: 8,39g				

DIETA PŁYNNA WZMOCNIONA				
CZWARTEK 30.11.2023	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE)	Zupa szpinakowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa szpinakowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	Zupa szpinakowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)
	II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (MLE)			
	ENERGIA: 1149kcal BIAŁKO: 57,3g TŁUSZCZ: 62,9g w tym kw. nasycone: 17g WĘGLOWODANY: 90,92g w tym cukry: 18,45g BŁONNIK: 5,26g SÓL: 0,86g			
DIETA APLAZYJNA				
CZWARTEK 30.11.2023	Makaron 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 50g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa szpinakowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Bitka schabowa w sosie pieczeniowym duszona 180g (GLU, SEL) Kasza mix jęczmiennie-gryczana 180g (GLU) Kalafior gotowany 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z wędliny 100g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Serek wiejski bez laktozy 1szt (MLE)
	II ŚNIADANIE Sok warzywny 250ml			
	ENERGIA: 2483kcal BIAŁKO: 111,3g TŁUSZCZ: 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 01.12.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Smalec z fasoli 60g Szyunka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Ogórek kiszony 100g	Zupa koperkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Makaron z twarogiem i polewą waniliową 380g (GLU, MLE)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Ser żółty 50g (MLE) Wędlina drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Dżem 50g
	ENERGIA: 2299,6kcal BIALKO: 98,9g TŁUSZCZ: 68,6g w tym kw. nasycone: 36g WĘGLOWODANY: 334,23g w tym cukry: 62,4g BŁONNIK: 25,38g SÓL: 9,9g			
PIĄTEK 01.12.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowy 1/2szt (GLU, MLE, SEL) Szyunka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Makaron z twarogiem i polewą waniliową 380g (GLU, MLE)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Wędlina drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Dżem 50g
	ENERGIA: 2200,9kcal BIALKO: 92g TŁUSZCZ: 63,9g w tym kw. nasycone: 30,6g WĘGLOWODANY: 322,32g w tym cukry: 65,09g BŁONNIK: 16,14g SÓL: 7,51g			
PIĄTEK 01.12.2023	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) Serek wiejski 100g (MLE) Szyunka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Makaron z twarogiem i polewą waniliową 380g (GLU, MLE)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Wędlina drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Dżem 50g
	ENERGIA: 2179,9kcal BIALKO: 96,9g TŁUSZCZ: 59,6g w tym kw. nasycone: 31,8g WĘGLOWODANY: 321,78g w tym cukry: 65,98g BŁONNIK: 16,14g SÓL: 7,23g			
PIĄTEK 01.12.2023	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) Serek wiejski 100g (MLE) Szyunka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Makaron z twarogiem i polewą waniliową 380g (GLU, MLE)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Wędlina drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Dżem 50g
	ENERGIA: 2179,9kcal BIALKO: 96,9g TŁUSZCZ: 59,6g w tym kw. nasycone: 31,8g WĘGLOWODANY: 321,78g w tym cukry: 65,98g BŁONNIK: 16,14g SÓL: 7,23g			
PIĄTEK 01.12.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowy 1/2szt (GLU, MLE, SEL) Szyunka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Makaron z twarogiem i polewą waniliową 380g (GLU, MLE)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg 50g (MLE) Wędlina drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Dżem 50g
	II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
ENERGIA: 2465,6kcal BIALKO: 102,2g TŁUSZCZ: 75,9g w tym kw. nasycone: 38,3g WĘGLOWODANY: 352,09g w tym cukry: 65,48g BŁONNIK: 17,6g SÓL: 8,28g				
PIĄTEK 01.12.2023	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) Smalec z fasoli 60g Szyunka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Zupa koperkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot bez cukru 250ml Makaron z twarogiem i polewą jogurtową bez cukru 380g (GLU, MLE)	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Ser żółty 50g (MLE) Wędlina drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Ser topiony 1/3szt
	II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo			

	60g (GLU)			
	ENERGIA: 2335,9kcal BIALKO: 108g TŁUSZCZ: 80,1g w tym kw. nasycone: 40,9g WĘGLOWODANY: 309,05g w tym cukry: 27,73g BŁONNIK: 26,82g SÓL: 8,35g			
PIĄTEK 01.12.2023	DIETA PLYNNA WZMOCNIONA			
	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE) II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (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)
	ENERGIA: 1300,4kcal BIALKO: 61,9g TŁUSZCZ: 55,7g w tym kw. nasycone: 12,6g WĘGLOWODANY: 142,79g w tym cukry: 18,44g BŁONNIK: 10,2g SÓL: 2,91g			
PIĄTEK 01.12.2023	DIETA APLAZYJNA			
	Kasza manna na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Smalec z fasoli 60g Szynka gotowana 40g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g II ŚNIADANIE Jajko gotowane 1szt (JAJ) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)	Zupa koperkowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Makaron z twarogiem bez laktozy i polewą waniliową na mleku bez laktozy 380g (GLU, MLE)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Twaróg bez laktozy 50g (MLE) Wędlina drobiowa 50g (GLU, MLE, SEL) Pomidor 100g	Wafle ryżowe 2szt Dżem 50g
	ENERGIA: 2270,1kcal BIALKO: 107,7g TŁUSZCZ: 67,1g w tym kw. nasycone: 33,3g WĘGLOWODANY: 323,63g w tym cukry: 47,27g BŁONNIK: 29,81g SÓL: 7,78g			

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 02.12.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Ogórek świeży 100g	Zupa kalafiorowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie koperkowym (GLU, JAJ, SEL) Ryż gotowany 180g Surówka z białej kapusty 75g Szpinak na ciepło 75g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg 50g (MLE) Pomidor 100g	Kefir 1szt (MLE)
	ENERGIA: 2051,6kcal BIALKO: 96,5g TLUSZCZ: 60,9g w tym kw. nasycone: 26,2g WĘGLOWODANY: 291,81g w tym cukry: 28,22g BŁONNIK: 25,11g SÓL: 6,45g			
SOBOTA 02.12.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Sałata	Zupa kalafiorowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie koperkowym (GLU, JAJ, SEL) Ryż gotowany 180g Szpinak na ciepło 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg 50g (MLE) Pomidor 100g	Kefir 1szt (MLE)
	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 02.12.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z białek jaj 100g (JAJ) Sałata	Zupa kalafiorowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie koperkowym (GLU, JAJ, SEL) Ryż gotowany 180g Szpinak na ciepło 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg 50g (MLE) Pomidor 100g	Kefir 1szt (MLE)
	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 02.12.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta z białek jaj 100g (JAJ) Sałata	Zupa kalafiorowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie koperkowym (GLU, JAJ, SEL) Ryż gotowany 180g Szpinak na ciepło 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg 50g (MLE) Pomidor 100g	Kefir 1szt (MLE)
	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 02.12.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Sałata II ŚNIADANIE Jogurt owocowy 1szt (MLE)	Zupa kalafiorowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie koperkowym (GLU, JAJ, SEL) Ryż gotowany 180g Szpinak na ciepło 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg 50g (MLE) Pomidor 100g	Kefir 1szt (MLE)
	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 02.12.2023	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) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Pomidor 100g II ŚNIADANIE Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Zupa kalafiorowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot bez cukru 250ml Pulpet w sosie koperkowym (GLU, JAJ, SEL) Ryż gotowany 180g Surówka z białej kapusty 75g Szpinak na ciepło 75g (GLU)	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg 50g (MLE) Pomidor 100g	Kefir 1szt (MLE)
	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 02.12.2023	DIETA PŁYNNA WZMOCNIONA			
	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE) II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-	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,

	ryżowa 250g (MLE)			MLE, SEL)
	ENERGIA: 1203,6kcal BIALKO: 59,1g TLUSZCZ: 61g w tym kw. nasycone: 13,3g WĘGLOWODANY: 108,62g w tym cukry: 16,62g BŁONNIK: 8,36g SÓL: 1,06g			
	DIETA APLAZYJNA			
SOBOTA 02.12.2023	Płatki owsiane na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo graham 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2szt (JAJ) Pomidor 100g	Zupa kalafiorowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Pulpet w sosie koperkowym (GLU, JAJ, SEL) Ryż gotowany 180g Szpinak na ciepło 150g (GLU)	Herbata 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Paszтет pieczony 50g (GLU, MLE, SEL) Twaróg bez laktozy 50g (MLE) Pomidor 100g	Koktajl owocowy na mleku bez laktozy 200ml (MLE)
	II ŚNIADANIE II Szynka gotowana 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
	ENERGIA: 2452,1kcal BIALKO: 107,2g TLUSZCZ: 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 03.12.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Pomidor 100g	Zupa grysikowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Bitka z szynki w sosie własnym duszona 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU) Marchewka z groszkiem na ciepło 75g Mizeria z jogurtem 75g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta mięsna 100g (GLU, SEL) Pomidor 100g	Ser żółty 30g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	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 03.12.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Pomidor 100g	Zupa grysikowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Bitka z szynki w sosie własnym duszona 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU) Marchewka na ciepło 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta mięsna 100g (GLU, SEL) Pomidor 100g	Ser żółty 30g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	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 03.12.2023	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) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Pomidor 100g	Zupa grysikowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Bitka z szynki w sosie własnym duszona 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU) Marchewka na ciepło 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta mięsna 100g (GLU, SEL) Pomidor 100g	Szynka drobiowa 30g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	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 03.12.2023	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) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Pomidor 100g	Zupa grysikowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Bitka z szynki w sosie własnym duszona 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU) Marchewka na ciepło 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta mięsna 100g (GLU, SEL) Pomidor 100g	Szynka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	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 03.12.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Dżem 50g Pomidor 100g	Zupa grysikowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Bitka z szynki w sosie własnym duszona 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU) Marchewka na ciepło 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta mięsna 100g (GLU, SEL) Pomidor 100g	Ser żółty 30g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	II ŚNIADANIE Połędwica sopocka 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
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 03.12.2023	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) Twarożek 100g (MLE) Pomidor 100g	Zupa grysikowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot bez cukru 250ml Bitka z szynki w sosie własnym duszona 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU) Mizeria z jogurtem 150g (MLE)	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta mięsna 100g (GLU, SEL) Pomidor 100g	Ser żółty 30g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)
	II ŚNIADANIE Połędwica sopocka 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)			
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				
	DIETA PŁYNNA WZMOCNIONA			
	Zupa b/mleczna miksowana z jajkiem i masłem 280g (JAJ, MLE)	Zupa grysikowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g	Zupa grysikowa miksowana z mięsem, masłem i jajkiem 280g	Zupa grysikowa miksowana z

NIEDZIELA 03.12.2023	II ŚNIADANIE Kaszka mleczno-ryżowa 250g (MLE)	(JAJ, MLE, SEL)	(JAJ, MLE, SEL)	mięsem, masłem i jajkiem 280g (JAJ, MLE, SEL)	
	ENERGIA: 1194,3kcal BIAŁKO: 61g TŁUSZCZ: 61,5g w tym kw. nasycone: 13,7g WĘGLOWODANY: 102,14g w tym cukry: 17,91g BŁONNIK: 6,25g SÓL: 3,49g				
NIEDZIELA 03.12.2023	DIETA APLAZYJNA				
	Makaron na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Twarożek laktozy 50g (MLE) Dżem 50g Pomidor 100g	Zupa grysikowa 350ml (GLU, MLE, SEL) Kompot 250ml Bitka z szynki w sosie własnym duszona 180g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU) Marchewka na ciepło 150g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta mięsna 100g (GLU, SEL) Pomidor 100g	Ser żółty 30g (MLE) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)	
	II ŚNIADANIE Połędwica sopocka 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)				
ENERGIA: 2579,3kcal BIAŁKO: 107,4g TŁUSZCZ: 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 04.12.2023	DIETA PODSTAWOWA			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo mieszane 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g	Zupa cebulowa 350ml (MLE, SEL) Kompot 250ml Gulasz z indyka z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z buraczków 75g Sałata lodowa z sosem winegret	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa z ogórkiem i tuńczykiem 150g (RYB) Pomidor 100g	Jogurt owocowy 1szt (MLE)
	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 04.12.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g	Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Kompot 250ml Gulasz z indyka z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z buraczków 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa z kukurydzą i tuńczykiem 150g (RYB) Pomidor 100g	Jogurt owocowy 1szt (MLE)
	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			
PONIEDZIAŁEK 04.12.2023	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) Pasta z białek jaj z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g	Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Kompot 250ml Gulasz z indyka z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU, JAJ) Surówka z buraczków 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa z kukurydzą i tuńczykiem 150g (RYB) Pomidor 100g	Jogurt owocowy 1szt (MLE)
	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 04.12.2023	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g	Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Kompot 250ml Gulasz z indyka z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU, JAJ) Surówka z buraczków 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa z kukurydzą i tuńczykiem 150g (RYB) Pomidor 100g	Jogurt owocowy 1szt (MLE)
	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 04.12.2023	DIETA BOGATOBIAŁKOWA			
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g II ŚNIADANIE Szynka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło 10g (MLE) Pieczywo 60g (GLU)	Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Kompot 250ml Gulasz z indyka z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU, JAJ) Surówka z buraczków 150g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa z kukurydzą i tuńczykiem 150g (RYB) Pomidor 100g	Jogurt owocowy 1szt (MLE)
	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 04.12.2023	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) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g II ŚNIADANIE Szynka drobiowa 30g (GLU, MLE, SEL) Masło (MLE) Pieczywo (GLU)	Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Kompot bez cukru 250ml Gulasz z indyka z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU, JAJ) Surówka z buraczków 75g Sałata lodowa z sosem winegret	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa z kukurydzą i tuńczykiem 150g (RYB) Pomidor 100g	Jogurt naturalny 1szt (MLE)
	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 ziemniaczana miksowana z	Zupa ziemniaczana miksowana z	Zupa ziemniaczana

PONIEDZIAŁEK 04.12.2023	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 04.12.2023	DIETA APLAZYJNA				
	Kaszka kukurydziana na mleku bez laktozy 300ml (GLU, MLE) Kakao na mleku bez laktozy 250ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100g (GLU, JAJ) Pomidor 100g	Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Kompot 250ml Gulasz z indyka z warzywami gotowany 200g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180g (GLU, JAJ) Surówka z buraczków 150g	Herbata bez cukru 250ml Pieczywo graham 150g (GLU) Masło 15g (MLE) Sałatka ryżowa z kukurydzą i tuńczykiem 150g (RYB) Pomidor 100g	Serek wiejski bez laktozy 1szt (MLE)	
	II ŚNIADANIE II Szyńka drobiowa 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