

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa (dzieci)
1. 05. 25 C Z W A R T K	Śniadanie	Kakao na mleku (250 ml) (MLE) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Ser mozzarella (30 g) (MLE) Rzodkiewka (100 g)A Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Kakao na mleku (250 ml) (MLE) Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15g) Sałata masłowa (20 g) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Pasta z kurczaka z warzywami (30 g) (SEL, GLU) Rukola (20 g) Banan (1/2szt) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Ser mozzarella (30 g) (MLE) Rzodkiewka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Kakao na mleku (250 ml) (MLE) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Ser mozzarella (30 g) (MLE) Rzodkiewka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	II Śn			Kefir (200ml) (MLE) Siemię lniane 30g (GLU, ORZ, SEZ)	Jogurt owocowy 150g (MLE) Ciasteczka kruche (30g) (MLE, GLU, JAJ, SEZ, ORZ)
	Obiad	Rosół z makaronem (350 ml) (SEL, GLU, JAJ) Szarpana wieprzowina w sosie pieczeniowym (150 g) (MLE, GLU, SEL) Ryż biały (200 g) Surówka z kapusty pekińskiej (100 g) (JAJ) Bukiet warzyw gotowanych (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) Szarlotka (100 g) (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Rosół z makaronem (350 ml) (SEL, GLU, JAJ) Szarpana wieprzowina w sosie pieczeniowym(150 g) (MLE, GLU, SEL) Ryż biały (200 g) Bukiet warzyw gotowanych (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) Ciasto drożdżowe 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)	Rosół z makaronem pełnoziarnistym (350 ml) (SEL, GLU, JAJ) Szarpana wieprzowina w sosie pieczeniowym (150 g) (MLE, GLU, SEL) Ryż brązowy (200 g) Surówka z kapusty pekińskiej (100 g) (JAJ) Bukiet warzyw gotowanych (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Rosół z makaronem (350 ml) (SEL, GLU, JAJ) Szarpana wieprzowina w sosie pieczeniowym (150 g) (MLE, GLU, SEL) Ryż biały (200 g) Surówka z kapusty pekińskiej (100 g) (JAJ) Bukiet warzyw gotowanych (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) Szarlotka (100 g) (GLU PSZ, JAJ, MLE)
	PD			Pomarańcza (150 g) Orzechy włoskie (20g) (ORZ)	Pomarańcza (150 g) Orzechy włoskie (20g) (ORZ)
	Kolacja	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Roszponka (20 g) Połędwica sopocka (60 g) (SOJ, GOR) Mix sałat (20 g) Ser żółty (30 g) (MLE) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Roszponka (20 g) Połędwica sopocka (60 g) (SOJ, GOR) Mix sałat (20 g) Twarożek z koperkiem (30g) (MLE) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Roszponka (20 g) Połędwica sopocka (60 g) (SOJ, GOR) Ser żółty (30 g) (MLE) Mix sałat (20 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Roszponka (20 g) Połędwica sopocka (60 g) (SOJ, GOR) Ser żółty (30 g) (MLE) Mix sałat (20 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	PN	Kisiel truskawkowy b/c (200ml)		Kisiel truskawkowy b/c (200ml)	Kisiel truskawkowy b/c (200ml)
		Wartość energetyczna: 2285 kcal; Białko ogółem: 113 g; Tłuszcz: 79 g; Węglowodany ogółem:349 g; w tym cukry: 51 g; Kw. tł. nas.: 32 g; Błonnik pokarmowy 30 g; Sól: 6,6 g	Wartość energetyczna: 2414 kcal; Białko ogółem: 126 g; Tłuszcz: 74 g; Węglowodany ogółem:360 g; w tym cukry: 53 g; Kw. tł. nas.: 30 g; Błonnik pokarmowy 27 g; Sól: 6,80 g	Wartość energetyczna: 2369 kcal; Białko ogółem: 129 g; Tłuszcz: 63 g; Węglowodanyogółem:339 g; w tym cukry: 50 g; Kw. tł. nas.: 29 g; Błonnik pokarmowy 48 g; Sól: 6,9 g	Wartość energetyczna: 2511 kcal; Białko ogółem: 132 g; Tłuszcz: 70 g; Węglowodany ogółem:360 g; w tym cukry: 54 g; Kw. tł. nas.: 40 g; Błonnik pokarmowy 38 g; Sól: 6,96 g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa (dzieci)
2. 05. 25 P I A T E K	Śniadanie	Zacierka na mleku (350 ml) (MLE, GLU, JAJ) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR) Omlet (50 g) (JAJ) Sałatka śniadaniowa(mix sałat, papryka mix, cebula, feta) z prażonym słonecznikiem oraz sosem winegret (100 g) (MLE, ORZ, SOJ, SEZ, JAJ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Zacierka na mleku (350 ml) (MLE, GLU, JAJ) Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata lodowa (20 g) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR) Omlet na parze (50 g) (JAJ) Pomidor b/s (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR) Omlet (50 g) (JAJ) Sałatka śniadaniowa(mix sałat, papryka mix, cebula, feta) z prażonym słonecznikiem oraz sosem winegret (100 g) (MLE, ORZ, SOJ, SEZ, JAJ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Zacierka na mleku (350 ml) (MLE, GLU, JAJ) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR) Omlet (50 g) (JAJ) Sałatka śniadaniowa(mix sałat, papryka mix, cebula, feta) z prażonym słonecznikiem oraz sosem winegret (100 g) (MLE, ORZ, SOJ, SEZ, JAJ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	II Śn			Smoothie porzeczkowe na jogurcie b/c (200 ml) (MLE)	Smoothie porzeczkowe na jogurcie b/c (200 ml) (MLE)
	Obiad	Zupa brokułowa (350 ml) (SEL, MLE) Dorsz panierowany pieczony (150 g) (RYB, GLU, JAJ) Warzywa po grecku (100g) (SEL) Ziemniaki gotowane (300 g) Surówka z warzyw mieszanych (100 g) (SEL) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa brokułowa (350 ml) (SEL, MLE) Dorsz pieczony, bez panierki (150 g) (RYB) Ziemniaki gotowane (300 g) Warzywa po grecku (200g) (SEL) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa brokułowa (350 ml) (SEL, MLE) Dorsz pieczony, bez panierki (150 g) (RYB) Ziemniaki gotowane (300 g) Brukselka gotowana z sezamem (100 g) (SEL) Surówka z warzyw mieszanych (100 g) (SEL) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa brokułowa (350 ml) (SEL, MLE) Dorsz panierowany pieczony (150 g) (RYB, GLU, JAJ) Warzywa po grecku (100g) (SEL) Ziemniaki gotowane (300 g) Surówka z warzyw mieszanych (100 g) (SEL) Kompot owocowy b/c (250 ml)
	PD			Sok wielowarzywny (200ml)	Banan (150 g)
	Kolacja	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata rzymska (20 g) Szynka wiejska (40 g) (SOJ, GOR) Gotowana parówka z kurczaka 2 szt. (100 g) (SOJ, GOR) Pomidor (80 g) Ketchup (20g) (GOR, SEZ, SOJ, ORZ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata rzymska (20 g) Szynka wiejska (40 g) (SOJ, GOR) Gotowana parówka z kurczaka 2 szt. (100 g) (SOJ, GOR) Rukola (20 g) Ketchup (20g) (GOR, SEZ, SOJ, ORZ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata rzymska (20 g) Szynka wiejska (40 g) (SOJ, GOR) Gotowana parówka z kurczaka 2 szt. (100 g) (SOJ, GOR) Pomidor (80 g) Musztarda (20g) (GOR, SEZ, SOJ, ORZ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata rzymska (20 g) Szynka wiejska (40 g) (SOJ, GOR) Gotowana parówka z kurczaka 2 szt. (100 g) (SOJ, GOR) Pomidor (80 g) Ketchup (20g) (GOR, SEZ, SOJ, ORZ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	PN	Jogurt naturalny (150g) (MLE) Płatki kukurydziane (20g)		Jogurt naturalny (150g) (MLE) Migdały, płatki (20g) (ORZ)	Jogurt naturalny (150g) (MLE) Płatki kukurydziane (20g)
		Wartość energetyczna: 2442 kcal; Białko ogółem: 108 g; Tłuszcz: 67 g; Węglowodany ogółem:333 g w tym cukry: 43 g; Kw. tł. nas.: 27 g; Błonnik pokarmowy 32 g; Sól: 8,0 g	Wartość energetyczna: 2204 kcal; Białko ogółem: 101 g; Tłuszcz: 63 g; Węglowodany ogółem:350 g; w tym cukry: 46 g; Kw. tł. nas.: 22 g; Błonnik pokarmowy 20 g; Sól: 7,3 g	Wartość energetyczna: 2492 kcal; Białko ogółem: 107 g; Tłuszcz: 64 g; Węglowodany ogółem:339 g; w tym cukry: 36 g; Kw. tł. nas.: 27 g; Błonnik pokarmowy 48 g; Sól: 5,9 g	Wartość energetyczna: 2690 kcal; Białko ogółem: 120 g; Tłuszcz: 75 g; Węglowodany ogółem:363 g; w tym cukry: 47 g; Kw. tł. nas.: 36 g; Błonnik pokarmowy 40 g; Sól: 8,5 g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa (dzieci)
3. 05. 25 S O B O T A	Śniadanie	Kakao na mleku (250 ml) (MLE) Racuchy z jabłkiem (100 g) (GLU, JAJ, MLE) Twarożek waniliowy (30 g) (MLE) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Mix sałat (20 g) Wędlina z indyka (30 g) (SOJ, GOR) Papryka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Kakao na mleku (250 ml) (MLE) Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Twarożek waniliowy (30 g) (MLE) Mix sałat (20 g) Wędlina z indyka (60 g) (SOJ, GOR) Jabłko pieczone (150 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Twarożek ze szczypiorkiem (30 g) (MLE) Mix sałat (20 g) Wędlina z indyka (60 g) (SOJ, GOR) Papryka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Kakao na mleku (250 ml) (MLE) Racuchy z jabłkiem (100 g) (GLU, JAJ, MLE) Twarożek waniliowy (30 g) (MLE) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Mix sałat (20 g) Wędlina z indyka (30 g) (SOJ, GOR) Papryka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	II Śn			Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr (150g) (MLE)	Mus owocowo-warzywny (1 szt)
	Obiad	Zupa szczawiowa (350 ml) (SEL, MLE) Pierogi z mięsem (300 g) (SEL, MLE, GLU, JAJ) (100 g) Surówka z marchwi i chrzanu (200g) (MLE, SEZ, ORZ) Kompot owocowy b/c (250 ml) Ciasto biszkoptowe (100 g) (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)	Zupa szpinakowa (350 ml) (SEL, MLE) Schab duszony w sosie ziołowym (150 g) (SEL) Ziemniaki gotowane (300 g) Marchewka gotowana (200g) Kompot owocowy b/c (250 ml) Ciasto biszkoptowe (100 g) (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)	Zupa szczawiowa (350 ml) (SEL, MLE) Schab duszony w sosie ziołowym (150 g) (SEL) Ziemniaki gotowane (300 g) Surówka z marchwi i chrzanu (200g) (MLE, SEZ, ORZ) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa szczawiowa (350 ml) (SEL, MLE) Pierogi z mięsem (300 g) (SEL, MLE, GLU, JAJ) (100 g) Surówka z marchwi i chrzanu (200g) (MLE, SEZ, ORZ) Kompot owocowy b/c (250 ml) Ciasto biszkoptowe (100 g) (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)
	PD			Kiwi (1szt)	Kiwi (1szt)
	Kolacja	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata lodowa (20 g) Kielbasa żywiecka (60 g) (SOJ, GOR) Paszтет drobiowy, pieczony (30 g) (GOR, JAJ) Buraczki duszone (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Poledwica sopocka (60 g) (SOJ, GOR) Paszтет drobiowy, pieczony (30 g) (GOR, JAJ) Buraczki duszone (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Sałata lodowa (20 g)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata lodowa (20 g) Kielbasa żywiecka (60 g) (SOJ, GOR) Paszтет drobiowy, pieczony (30 g) (GOR, JAJ) Rzodkiew biała (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata lodowa (20 g) Kielbasa żywiecka (60 g) (SOJ, GOR) Paszтет drobiowy, pieczony (30 g) (GOR, JAJ) Buraczki duszone (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	PN	Budyń czekoladowy b/c (200ml) (MLE)		Budyń czekoladowy b/c (200ml) (MLE)	Budyń czekoladowy b/c (200ml) (MLE)
		Wartość energetyczna: 2410 kcal; Białko ogółem: 116 g; Tłuszcz: 94 g; Węglowodany ogółem:352 g; w tym cukry: 47 g; Kw. tł. nas.: 45 g; Błonnik pokarmowy 48 g; Sól: 5,8 g	Wartość energetyczna: 2363 kcal; Białko ogółem: 120 g; Tłuszcz: 92 g; Węglowodany ogółem:385 g; w tym cukry: 48 g; Kw. tł. nas.: 35 g; Błonnik pokarmowy 34 g; Sól: 5,2 g	Wartość energetyczna: 2335 kcal; Białko ogółem: 118 g; Tłuszcz: 90 g; Węglowodany ogółem:298 g; w tym cukry: 40 g; Kw. tł. nas.: 42 g; Błonnik pokarmowy 46 g; Sól: 6,1 g	Wartość energetyczna: 2700 kcal; Białko ogółem: 126 g; Tłuszcz: 96 g; Węglowodany ogółem:366 g; w tym cukry: 47 g; Kw. tł. nas.: 48 g; Błonnik pokarmowy 52 g; Sól: 7,2 g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa (dzieci)
4. 05. 25 N I E D Z I E L A	Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku (250 ml) (MLE) Pasta jajeczna (30 g) (JAJ) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Roszponka(20 g) Szynka ze schabu pieczonego (60 g) (SOJ, GOR) Ogórek kiszony (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Kawa zbożowa na mleku (250 ml) (MLE) Chleb pszenny (90 g) (GLU) Serek homogenizowany waniliowy (50g) (MLE) Margaryna śniadaniowa (15 g) Roszponka(20 g) Szynka ze schabu pieczonego (60 g) (SOJ, GOR) Mus malinowy (50 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Pasta jajeczna (30 g) (JAJ) Margaryna śniadaniowa (15 g) Roszponka(20 g) Szynka ze schabu pieczonego (60 g) (SOJ, GOR) Ogórek kiszony (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Kawa zbożowa na mleku (250 ml) (MLE) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Pasta jajeczna (30 g) (JAJ) Margaryna śniadaniowa (15 g) Roszponka(20 g) Szynka ze schabu pieczonego (60 g) (SOJ, GOR) Ogórek kiszony (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	II Śn			Kefir (150 ml) (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane żytnie (30 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Owsianka z wiśnią (150g) (GLU, MLE)
	Obiad	Zupa krem z dyni posypana groszkiem ptysiowym (350 ml) (SEL, MLE, GLU, JAJ, SEZ) Pierś z kurczaka w sosie jogurtowo-ziółowym (150 g) (MLE, GLU) Kasza gryczana (200 g) Surówka z czerwonej kapusty (100 g) Fasolka gotowana (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) Ciasto drożdżowe (50g) (GLU, MLE, JAJ)	Zupa krem z dyni posypana groszkiem ptysiowym (350 ml) (SEL, MLE, GLU, JAJ, SEZ) Pierś z kurczaka w sosie jogurtowo-ziółowym (150 g) (MLE, GLU) Kasza jęczmienna (200 g) (GLU) Dynia gotowana (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) Ciasto drożdżowe (50g) (GLU, MLE, JAJ)	Zupa solferino (350 ml) (SEL, MLE, GLU) Pierś z kurczaka w sosie jogurtowo-ziółowym (150 g) (MLE, GLU) Kasza gryczana (200 g) Surówka z czerwonej kapusty (100 g) Fasolka gotowana (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa krem z dyni posypana groszkiem ptysiowym (350 ml) (SEL, MLE, GLU, JAJ, SEZ) Pierś z kurczaka w sosie jogurtowo-ziółowym (150 g) (MLE, GLU) Kasza gryczana (200 g) Surówka z czerwonej kapusty (100 g) Fasolka gotowana (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) Ciasto drożdżowe (50g) (GLU, MLE, JAJ)
	PD			Sok pomidorowy (300ml)	Gruszka (150 g)
	Kolacja	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Polędwica sopocka (30 g) (SOJ, GOR) Pasta z makreli (50g) (SEL, JAJ, RYB) Kalarepa (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Polędwica sopocka (60 g) (SOJ, GOR) Pasta z ryby (50g) (RYB) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Mix sałat (20 g)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Polędwica sopocka (30 g) (SOJ, GOR) Pasta z makreli (50g) (SEL, JAJ, RYB) Kalarepa (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Polędwica sopocka (60 g) (SOJ, GOR) Pasta z makreli (50g) (SEL, JAJ, RYB) Kalarepa (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	PN	Kasza manna z syropem malinowym (150 g) (MLE, GLU)		Maślanka (150 g) (MLE)	Kasza manna z syropem malinowym (150 g) (MLE, GLU)
		Wartość energetyczna: 2255 kcal; Białko ogółem: 108 g; Tłuszcz: 84 g; Węglowodany ogółem:270 g; w tym cukry: 47 g; Kw. tł. nas.: 36 g; Błonnik pokarmowy 35 g; Sól: 6,2 g	Wartość energetyczna: 2295 kcal; Białko ogółem: 108 g; Tłuszcz: 70 g; Węglowodany ogółem:298 g; w tym cukry: 42 g; Kw. tł. nas.: 34 g; Błonnik pokarmowy 28 g; Sól: 4,5 g	Wartość energetyczna: 2786 kcal; Białko ogółem: 135 g; Tłuszcz: 104 g; Węglowodany ogółem:364 g; w tym cukry: 58 g; Kw. tł. nas.: 36 g; Błonnik pokarmowy 58 g; Sól: 5,1 g	Wartość energetyczna: 2810 kcal; Białko ogółem: 141 g; Tłuszcz: 97 g; Węglowodany ogółem:405 g; w tym cukry: 64 g; Kw. tł. nas.: 33 g; Błonnik pokarmowy 34 g; Sól: 5,0 g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa (dzieci)
5. 05. 25 P O N I E D Z I A Ł E K	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml) (MLE, GLU) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Kiełki (10 g) Szynka wieprzowa (60 g) (SOJ, GOR) Paszтет drobiowy, pieczony (30 g) (GOR, JAJ) Sałatka jarzynowa (100 g) (SEL, MLE, JAJ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml) (MLE, GLU) Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Kiełki (10 g) Szynka wieprzowa (60 g) (SOJ, GOR) Paszтет drobiowy, pieczony (30 g) (GOR, JAJ) Sałatka jarzynowa lekkostrawna (100 g) (SEL, MLE, JAJ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Kiełki (10 g) Szynka wieprzowa (60 g) (SOJ, GOR) Paszтет drobiowy, pieczony (30 g) (GOR, JAJ) Sałatka jarzynowa lekkostrawna (100 g) (SEL, MLE, JAJ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml) (MLE, GLU) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Kiełki (10 g) Szynka wieprzowa (60 g) (SOJ, GOR) Paszтет drobiowy, pieczony (30 g) (GOR, JAJ) Sałatka jarzynowa (100 g) (SEL, MLE, JAJ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	II Śn			Gruszka (150 g)	Koktajl bananowy (150ml) (MLE)
	Obiad	Zupa pieczarkowa (350 ml) (SEL) Makaron spaghetti z mięsem wieprzowym w sosie bolońskim (300g) (GLU, MLE, JAJ) Surówka z selera i pora (100g) (MLE) Brokuły gotowane (100g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa selerowa (350 ml) (SEL) Makaron spaghetti z mięsem wieprzowym w sosie bolońskim Ł (300g) (GLU, MLE, JAJ) Brokuły gotowane (200g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa pieczarkowa (350 ml) (SEL) Makaron spaghetti razowy z mięsem wieprzowym w sosie bolońskim (300g) (GLU, MLE, JAJ) Surówka z selera i pora (100g) (MLE) Brokuły gotowane (100g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa pieczarkowa (350 ml) (SEL) Makaron spaghetti z mięsem wieprzowym w sosie bolońskim (300g) (GLU, MLE, JAJ) Surówka z selera i pora (100g) (MLE) Brokuły gotowane (100g) Kompot owocowy b/c (250 ml)
	PD			Hummus (30g) (SEZ, ORZ, SOJ) Chleb żytni razowy (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (5 g) Pomidor (20 g)	Wafelki 30 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE)
	Kolacja	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata rzymska (20 g) Twarożek ze szczypiorkiem (30 g) (MLE) Wędlina z indyka (40 g) (SOJ, GOR) Pomidor (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata rzymska (20 g) Twarożek z koperkiem (30 g) (MLE) Wędlina z indyka (40 g) (SOJ, GOR) Roszponka(100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata rzymska (20 g) Twarożek ze szczypiorkiem (30 g) (MLE) Wędlina z indyka (40 g) (SOJ, GOR) Pomidor (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata rzymska (20 g) Twarożek ze szczypiorkiem (30 g) (MLE) Wędlina z indyka (40 g) (SOJ, GOR) Pomidor (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	PN	Budyń malinowy b/c (200 ml) (MLE)			
		Wartość energetyczna: 2153 kcal; Białko ogółem: 104 g; Tłuszcz: 64 g; Węglowodany ogółem: 309 g; w tym cukry: 40 g; Kw. tł. nas.: 24 g; Błonnik pokarmowy: 45 g; Sól: 5,5 g	Wartość energetyczna: 2496 kcal; Białko ogółem: 95 g; Tłuszcz: 86 g; Węglowodany ogółem:312 g; w tym cukry: 42 g; Kw. tł. nas.: 26 g; Błonnik pokarmowy :32 g; Sól: 5,2 g	Wartość energetyczna: 2801 kcal; Białko ogółem: 116 g; Tłuszcz: 112 g; Węglowodany ogółem:344 g; w tym cukry: 45 g; Kw. tł. nas.: 29 g; Błonnik pokarmowy :47 g; Sól: 4,7 g	Wartość energetyczna: 2711 kcal; Białko ogółem: 112 g; Tłuszcz: 89 g; Węglowodany ogółem:383 g; w tym cukry: 48 g; Kw. tł. nas.: 32 g; Błonnik pokarmowy :43 g; Sól: 5,9 g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa (dzieci)
6. 05. 25 W T O R E K	Śniadanie	Kasza manna na mleku (350ml)(MLE, GLU) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Gotowana parówka z kurczaka 1 szt. (50 g) (SOJ, GOR) Musztarda (20g) (GOR, SEZ, SOJ, ORZ) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Ogórek zielony (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Kasza manna na mleku (350 ml)(MLE, GLU) Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Gotowana parówka z kurczaka 1 szt. (50 g) (SOJ, GOR) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Pomidor b/s (100 g) Ketchup (20g) (GOR, SEZ, SOJ, ORZ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Gotowana parówka z kurczaka 1 szt. (50 g) (SOJ, GOR) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Ogórek zielony (100 g) Musztarda (20g) (GOR, SEZ, SOJ, ORZ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Kasza manna na mleku (350 ml)(MLE, GLU) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Gotowana parówka z kurczaka 1 szt. (50 g) (SOJ, GOR) Musztarda (20g) (GOR, SEZ, SOJ, ORZ) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Ogórek zielony (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	II Śn			Koktajl brzoskwinowy na jogurcie naturalnym b/c(200ml)(MLE)	Koktajl brzoskwinowy na jogurcie naturalnym b/c(200ml)(MLE)
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem (350 ml) (SEL, MLE) Kotlet jajeczne pieczone (150g) Ziemniaki gotowane (300g) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem (200 g)(MLE) Bukiet warzyw gotowanych (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa pomidorowa z ryżem (350 ml) (SEL, MLE) Knedle z truskawkami i sosem jogurtowym (350 g) (GLU, JAJ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem (200 g)(MLE) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym (350 ml) (SEL, MLE) Kotlety jajeczne pieczone (150g) Ziemniaki gotowane (300g) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem (200 g)(MLE) Bukiet warzyw gotowanych (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa pomidorowa z ryżem (350 ml) (SEL, MLE) Knedle z truskawkami i sosem jogurtowym (350 g) (GLU, JAJ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem (200 g)(MLE) Kompot owocowy b/c (250 ml)
	PD			Sok wielowarzywny (200ml)	Mandarynki (150 g)
	Kolacja	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Szynka z piersi kurczaka (60 g) (SOJ, GOR) Pasta z fasoli (30 g)(SEL, SEZ) Papryka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Szynka z piersi kurczaka (60 g) (SOJ, GOR) Jajecznica na parze (100 g)(JAJ) Sałata lodowa (20 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Szynka z piersi kurczaka (60 g) (SOJ, GOR) Pasta z fasoli (30 g)(SEL, SEZ) Papryka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb mieszaný (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Szynka z piersi kurczaka (60 g) (SOJ, GOR) Pasta z fasoli (30 g)(SEL, SEZ) Papryka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	PN	Galaretką brzoskwińową (200 g)		Chleb żytni razowy (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (5 g) Ser żółty (30 g) (MLE) Sałata lodowa w sosie ziołowym z pestkami dyni (50 g)(SEZ)	Galaretką brzoskwińową (200 g)
		Wartość energetyczna: 2485 kcal; Białko ogółem: 105 g; Tłuszcz: 72 g; Węglowodany ogółem:368 g; w tym cukry: 50 g; Kw. tł. nas.: 22 g; Bł: 44 g; Sól: 7,9 g	Wartość energetyczna: 2237 kcal; Białko ogółem: 139 g; Tłuszcz: 81 g; Węglowodany ogółem:305 g; w tym cukry: 44 g; Kw. tł. nas.: 25 g; Bł: 30 g; Sól: 7,0 g	Wartość energetyczna: 2638 kcal; Białko ogółem: 138 g; Tłuszcz: 97 g; Węglowodany ogółem:317 g; w tym cukry: 49 g; Kw. tł. nas.: 25 g; Bł: 36 g; Sól: 7,5 g	Wartość energetyczna: 2811 kcal; Białko ogółem: 120 g; Tłuszcz: 84 g; Węglowodany ogółem:420 g; w tym cukry: 58 g; Kw. tł. nas.: 27 g; Bł: 46 g; Sól: 7,0 g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa (dzieci)
7. 05. 25 Ś R O D A	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku z musem jagodowym(250 ml) (MLE , GLU, OW) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Twarożek z koperkiem (30 g) (MLE) Mix sałat (20 g) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR) Pomidor (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Płatki owsiane na mleku z musem jagodowym(250 ml) (MLE , GLU, OW) Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Twarożek waniliowy (30 g) (MLE) Mix sałat (20 g) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR) Brzoskwinia w syropie krojona (50 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Twarożek z koperkiem (30 g) (MLE) Mix sałat (20 g) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR) Pomidor (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Płatki owsiane na mleku z musem jagodowym(250 ml) (MLE , GLU, OW) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Twarożek z koperkiem (30 g) (MLE) Mix sałat (20 g) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR) Pomidor (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	II Śn			Chleb żytni razowy (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (5 g) Połędwica sopocka (30 g) (MLE) Sałata (20 g)	Drożdżówka (1 szt) (GLU, PSZ, JAJ, MLE)
	Obiad	Zupa kalafiorowa (350 ml) (SEL, MLE) Kotlet mielony wieprzowy (150 g) (GLU, PSZ, JAJ) Ziemniaki gotowane (300 g) Sałata z jogurtem (100 g) (MLE) Buraczki gotowane (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa kalafiorowa (350 ml) (SEL, MLE) Pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym (150 g) (GLU, PSZ, JAJ) Ziemniaki gotowane (300 g) Sałata z jogurtem (100 g) (MLE) Buraczki gotowane (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa kalafiorowa (350 ml) (SEL, MLE) Pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym (150 g) (GLU, PSZ, JAJ) Ziemniaki gotowane (300 g) Sałata z jogurtem (100 g) (MLE) Fasolka szparagowa (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa kalafiorowa (350 ml) (SEL, MLE) Kotlet mielony wieprzowy (150 g) (GLU, PSZ, JAJ) Ziemniaki gotowane (300 g) Sałata z jogurtem (100 g) (MLE) Buraczki gotowane (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)
	PD			Pomarańcza (150 g)	Banan (150 g)
	Kolacja	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Roszponka (20 g) Wędlina z indyka (60 g) (SOJ, GOR) Ogórek konserwowy (100 g) Hummus z ciecierzycy (30 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Roszponka (20 g) Wędlina z indyka (60 g) (SOJ, GOR) Pomidor b/s (100 g) Schab pieczony (30 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Roszponka (20 g) Wędlina z indyka (60 g) (SOJ, GOR) Rzodkiewka (100 g) Hummus z ciecierzycy (30 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Roszponka (20 g) Wędlina z indyka (60 g) (SOJ, GOR) Ogórek konserwowy (100 g) Hummus z ciecierzycy (30 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	PN	Budyń śmietankowy b/c (200ml) (MLE)		Budyń śmietankowy b/c (200ml) (MLE)	Budyń śmietankowy b/c (200ml) (MLE)
		Wartość energetyczna: 2318 kcal; Białko ogółem: 92 g; Tłuszcz: 71 g; Węglowodany ogółem:336 g; w tym cukry: 46 g; Kw. tł. nas.: 20 g; Bł: 28 g; Sól: 8,6 g	Wartość energetyczna: 2130 kcal; Białko ogółem: 98 g; Tłuszcz: 50 g; Węglowodany ogółem:28 g; w tym cukry: 58 g; Kw. tł. nas.: 19 g; Bł: 26 g; Sól: 6,7 g	Wartość energetyczna: 2445 kcal; Białko ogółem: 103 g; Tłuszcz: 70 g; Węglowodany ogółem:364 g; w tym cukry: 44 g; Kw. tł. nas.: 17 g; Bł: 44 g; Sól: 8,0 g	Wartość energetyczna: 2812 kcal; Białko ogółem: 108 g; Tłuszcz: 78 g; Węglowodany ogółem:429 g; w tym cukry: 58 g; Kw. tł. nas.: 21 g; Bł: 30 g; Sól: 7,8 g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa (dzieci)
8. 05. 25 C Z W A R T E K	Śniadanie	Makaron na mleku (350 ml) (MLE, GLU, JAJ) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata rzymska (20 g) Ser żółty (30 g) (MLE) Szynka z piersi kurczaka (60 g) (SOJ, GOR) Szpinak baby (20 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Makaron na mleku (350 ml) (MLE, GLU, JAJ) Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata rzymska (20 g) Serek homogenizowany (100 g) (MLE) Szynka z piersi kurczaka (60 g) (SOJ, GOR) Mus owocowy (50 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata rzymska (20 g) Ser żółty (30 g) (MLE) Szynka z piersi kurczaka (60 g) (SOJ, GOR) Szpinak baby (20 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Makaron na mleku (350 ml) (MLE, GLU, JAJ) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Sałata rzymska (20 g) Ser żółty (30 g) (MLE) Szynka z piersi kurczaka (60 g) (SOJ, GOR) Szpinak baby (20 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	II Śn			Maślanka (150ml)(MLE)	Maślanka owocowa (150ml)(MLE)
	Obiad	Zupa ogórkowa (350 ml) (SEL, MLE) Sznycel z indyka po hawajsku z ananasem (150 g)(SEL) Ziemniaki gotowane (200g) Surówka z kapusty pekińskiej (100 g) (JAJ, MLE) Groszek gotowany (100g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa koperkowa (350 ml) (SEL) Indyk w sosie pieczeniowym(150 g)(SEL) Kasza jaglana (200g) Marchewka gotowana (200g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa ogórkowa (350 ml) (SEL, MLE) Indyk w sosie pieczeniowym(150 g)(SEL) Kasza jaglana (200g) Surówka z kapusty pekińskiej(100 g) (JAJ, MLE) Groszek gotowany (100g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa ogórkowa (350 ml) (SEL, MLE) Sznycel z indyka po hawajsku z ananasem (150 g)(SEL) Ziemniaki gotowane (200g) Surówka z kapusty pekińskiej (100 g) (JAJ, MLE) Groszek gotowany (100g) Kompot owocowy b/c (250 ml)
	PD			Serek wiejski ze szczypiorkiem (100g) (MLE)	Ciasteczka kruche (30g) (GLU, PSZ, JAJ, MLE)
	Kolacja	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Polędwica sopocka (60g) (SOJ, GOR) Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałatka z pora z jajkiem (150 g) (GOR, JAJ, MLE, ORZ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Polędwica sopocka (60g) (SOJ, GOR) Pomidor b/s (100 g) Pieczona owsianka z jabłkiem i miodem (100g)(GLU, JAJ, MLE, OW) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Polędwica sopocka (60g) (SOJ, GOR) Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałatka z pora z jajkiem (150 g) (GOR, JAJ, MLE, ORZ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Polędwica sopocka (60 g)(SOJ, GOR) Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałatka z pora z jajkiem (150 g) (GOR, JAJ, MLE, ORZ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	PN	Galaretka jogurtowa z owocami b/c (150 g) (MLE)			
		Wartość energetyczna: 2567kcal; Białko ogółem: 124 g; Tłuszcz: 85 g; Węglowodany ogółem:312 g; w tym cukry: 49 g; Kw. tł. nas.: 24 g; Bł: 40 g; Sól: 6,6 g	Wartość energetyczna: 2334 kcal; Białko ogółem: 114 g; Tłuszcz: 72 g; Węglowodany ogółem:320 g; w tym cukry: 46 g; Kw. tł. nas.: 27 g; Bł: 31 g; Sól: 6,4 g	Wartość energetyczna: 2303 kcal; Białko ogółem: 116 g; Tłuszcz: 83 g; Węglowodany ogółem:264 g; w tym cukry: 36 g; Kw. tł. nas.: 24 g; Bł: 4 g; Sól: 6,9 g	Wartość energetyczna: 2534 kcal; Białko ogółem: 122 g; Tłuszcz: 75g; Węglowodany ogółem:363 g; w tym cukry: 47 g; Kw. tł. nas.: 28 g; Bł: 42 g; Sól: 7,0g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa (dzieci)
9. 05. 25 P I A T E K	Śniadanie	Ryż na mleku (350 ml)(MLE) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Ser biały (30 g) (MLE) Dżem niskosłodzony (20g) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Sałata lodowa (20 g) Ogórek zielony(100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Ryż na mleku (350 ml)(MLE) Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Ser biały (30 g) (MLE) Dżem niskosłodzony (20g) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Sałata lodowa (20 g) Kielki (20 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Ser biały (30 g) (MLE) Szczypiorek (10g) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Sałata lodowa (20 g) Ogórek zielony(100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Ryż na mleku (350 ml)(MLE) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Ser biały (30 g) (MLE) Dżem niskosłodzony (20g) Ogórek zielony(100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	II Śn			Chleb żytni razowy (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (5 g) Paszтет sojowy (SOJ) Rukola (20 g)	Jogurt pitny (1szst)(MLE)
	Obiad	Barszcz ukraiński (350 ml) (SEL, SEZ) Kotlet rybny pieczony (150 g) (RYB, GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane (300 g) Surówka z czerwonej kapusty(100 g) (MLE, JAJ) Szpinak duszony (100g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Barszcz czerwony z ziemniakami (350 ml) (SEL,SEZ) Kotlet rybny pieczony (150 g) (RYB, GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane (300 g) Szpinak duszony(200g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Barszcz ukraiński (350 ml) (SEL, SEZ) Kotlet rybny pieczony (150 g) (RYB, GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane (300 g) Surówka z czerwonej kapusty(100 g) (MLE, JAJ) Szpinak duszony (100g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Barszcz ukraiński (350 ml) (SEL, SEZ) Kotlet rybny pieczony (150 g) (RYB, GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane (300 g) Surówka z czerwonej kapusty(100 g) (MLE, JAJ) Szpinak duszony (100g) Kompot owocowy b/c (250 ml)
	PD			Gruszka (150 g)	Gruszka (150 g)
	Kolacja	Makaron z twarogiem i musem truskawkowy (150 g)(JAJ, MLE, GLU) Chleb razowy żytni (60 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Szynka wieprzowa (40 g) (SOJ, GOR) Kalarepa (50g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Makaron z twarogiem i musem truskawkowy (150g)(JAJ, MLE, GLU) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Szynka wieprzowa (40 g) (SOJ, GOR) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Makaron razowy zapiekany z warzywami(150 g)(JAJ, MLE, GLU) Chleb razowy żytni (60 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Szynka wieprzowa (40 g) (SOJ, GOR) Kalarepa (50g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Makaron z twarogiem i musem truskawkowy (150 g)(JAJ, MLE, GLU) Chleb razowy żytni (60 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Szynka wieprzowa (40 g) (SOJ, GOR) Kalarepa (50g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	PN	Budyń czekoladowy z wiśniami b/c(200g)(MLE)		Budyń czekoladowy z wiśniami b/c(200g)(MLE)	Budyń czekoladowy z wiśniami b/c(200g)(MLE)
		Wartość energetyczna: 2533 kcal; Białko ogółem: 128 g; Tłuszcz: 95 g; Węglowodany ogółem: 444 g; w tym cukry: 43 g; Kw. tł. nas.: 41 g; Bł: 30 g; Sól: 5,8 g	Wartość energetyczna: 2598 kcal; Białko ogółem: 131 g; Tłuszcz: 91 g; Węglowodany ogółem: 322 g; w tym cukry: 41 g; Kw. tł. nas.: 43 g; Bł: 25 g; Sól: 5,2 g	Wartość energetyczna: 2650 kcal; Białko ogółem: 126 g; Tłuszcz: 101 g; Węglowodany ogółem: 363 g; w tym cukry: 48 g; Kw. tł. nas.: 37 g; Bł: 50 g; Sól: 6,1 g	Wartość energetyczna: 2715 kcal; Białko ogółem: 129 g; Tłuszcz: 96 g; Węglowodany ogółem: 348 g; w tym cukry: 51 g; Kw. tł. nas.: 42 g; Bł: 34 g; Sól: 4,7 g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa (dzieci)
10. 05. 25 S O B O T A	Śniadanie	Kakao na mleku (250 ml) (MLE) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Roszponka (20 g) Połędwica sopocka (60 g) (SOJ, GOR) Naleśniki z jabłkiem i cynamonem (100 g) (MLE, GLU, JAJ) Papryka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Kakao na mleku (250 ml) (MLE) Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Roszponka (20 g) Połędwica sopocka (60 g) (SOJ, GOR) Schab pieczony (30g) (SEL) Pomidor b/s (100g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Roszponka (20 g) Połędwica sopocka (60 g) (SOJ, GOR) Schab pieczony (30g) (SEL) Papryka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Kakao na mleku (250 ml) (MLE) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Roszponka (20 g) Połędwica sopocka (60 g) (SOJ, GOR) Naleśniki z jabłkiem i cynamonem (100 g) (MLE, GLU, JAJ) Papryka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	II Śn			Jogurt naturalny (150ml) (MLE) Otręby pszenne (10g) (GLU)	Jogurt naturalny (150ml) (MLE) Bułeczki maślane (50g) (GLU, MLE, JAJ)
	Obiad	Zupa grochowa (350 ml) (SEL, MLE, JAJ, GLU) Zraz wieprzowy zawijany z warzywami (120 g) (GLU PSZ, GOR) Kasza bulgur (200g) (GLU, PSZ) Sałatka z buraków i jabłka (100 g) Marchewka gotowana mini (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa ziemniaczana z pomidorami (350 ml) (SEL, MLE) Schab duszony w jarzynach (250g) (SEL) Kasza kuskus (200 g) (GLU) Marchewka gotowana mini (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa grochowa (350 ml) (SEL, MLE, JAJ, GLU) Schab duszony w jarzynach (250g) (SEL) Kasza bulgur (200g) (GLU, PSZ) Surówka z warzyw mieszanych (100 g) Kalańfior gotowany z curry (100g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa grochowa (350 ml) (SEL, MLE, JAJ, GLU) Zraz wieprzowy zawijany z warzywami (120 g) (GLU PSZ, GOR) Kasza bulgur (200g) (GLU, PSZ) Sałatka z buraków i jabłka (100 g) Marchewka gotowana mini (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)
	PD			Pomarańcza (150 g)	Banan (150 g)
	Kolacja	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata rzymska (20 g) Gotowana parówka z kurczaka 2 szt. (100 g) (SOJ, GOR) Wędłina z indyka (40 g) (SOJ, GOR) Rzodkiewka (80 g) Ketchup (10g) (GOR, SEZ, SOJ, ORZ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata rzymska (20 g) Gotowana parówka z kurczaka 2 szt. (100 g) (SOJ, GOR) Wędłina z indyka (40 g) (SOJ, GOR) Ketchup (10g) (GOR, SEZ, SOJ, ORZ) Cykonía(20g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata rzymska (20 g) Gotowana parówka z kurczaka 2 szt. (100 g) (SOJ, GOR) Wędłina z indyka (40 g) (SOJ, GOR) Rzodkiewka (80 g) Musztarda (10g) (GOR, SEZ, SOJ, ORZ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml))	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata rzymska (20 g) Gotowana parówka z kurczaka 2 szt. (100 g) (SOJ, GOR) Wędłina z indyka (40 g) (SOJ, GOR) Rzodkiewka (80 g) Ketchup (10g) (GOR, SEZ, SOJ, ORZ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	PN	Kisiel z aronii (200ml)	Kisiel z aronii (200ml)	Kisiel z aronii b/c (200ml)	Kisiel z aronii (200ml)
		Wartość energetyczna: 2716 kcal; Białko ogółem: 114 g; Tłuszcz: 68 g; Węglowodany ogółem: 401 g; w tym cukry: 55 g; Kw. tł. nas.: 25 g; Bł: 27 g; Sól: 7,2 g	Wartość energetyczna: 2592 kcal; Białko ogółem: 112 g; Tłuszcz: 60 g; Węglowodany ogółem: 400 g; w tym cukry: 58 g; Kw. tł. nas.: 26 g; Bł: 29 g; Sól: 6,1 g	Wartość energetyczna: 2865 kcal; Białko ogółem: 118 g; Tłuszcz: 71 g; Węglowodany ogółem: 405 g; w tym cukry: 56 g; Kw. tł. nas.: 28 g; Bł: 37 g; Sól: 7,3 g	Wartość energetyczna: 2942 kcal; Białko ogółem: 131 g; Tłuszcz: 183 g; Węglowodany ogółem: 435 g; w tym cukry: 65 g; Kw. tł. nas.: 32 g; Bł: 29 g; Sól: 7,6 g

Oznaczenia alergenów:

GLU - Zboża zawierające gluten (pszenica, jęczmień, żyto, owies, orkisz, kamut),

SKO - Skorupiaki i pochodne, **JAJ** - Jaja i pochodne, **RYB** - Ryby i pochodne, **OZI**

- Orzeszki ziemne, arachidowe, **SOJ** - Soja i pochodne, **MLE** - Mleko i pochodne,

ORZ - Orzechy i pochodne, **SEL** - Seler i pochodne, **GOR** - Gorczyca i pochodne,

SEZ - Nasiona sezamu i pochodne, **S02** - Dwutlenek siarki i siarczany, **ŁUB** -

Łubin i pochodne, **MIĘ** - Mięczaki i pochodne,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal], Białko ogółem -

Białko ogółem wg rozp. 1169/2011, Tłuszcz - Tłuszcz, Węglowodany ogółem -

Węglowodany ogółem, Sól - Sól, K - Potas, Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone

ogółem, Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy, - % energii z białka, Ener. z T - % energii z

tłuszczu, - % energii z węglowodanów, Ener. z Bł. - % energii z błonnika, W tym cukry - w

tym cukry, WW - WW,