

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)-2 - WEWNĘTRZNY, CHIRURGIA, REHABILITACJA, REUMATOLOGIA, GINEKOLOGIA, POŁOŻNICTWO, ZOL.

Data	Poniedziałek 9.09.2024r.	Wtorek 10.09.2024 r.	Środa 11.09.2024r.	Czwartek 12.09.2024r.	Piątek 13.09.2024r.	Sobota 14.09.2024 r.	Niedziela 15.09.2024r.
Rodzaj posiłku							
Śniadanie /II śniadanie	<p>Pieczywo żytnie ze słonecznikiem ¹⁾ 100 g. Masło 15 g.⁷⁾ Połudwica z warzywami 40g.¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Jogurt nat. 150 g.⁷⁾ Herbata bez cukru 200g. Pomidor 70 g. Sałata 5 g.</p> <p>II śn. Pieczywo mieszane 50 g.¹⁾ Masło 5 g.⁷⁾ Serek tartare 20 g.⁷⁾ Sałata ,pomidor 100 g.</p>	<p>Pieczywo ze słonecznikiem 100 g.¹⁾ Masło 15 g.⁷⁾ Jajko ³⁰50g. Sałatka z rukoli i pomidorków 80 g. Jogurtem nat⁷⁾. 150 g. Herbata bez cukru 200 g.</p> <p>II śn. Pieczywo mieszane 50 g.¹⁾ Masło 5 g.⁷⁾ Serki twarogowe⁷⁾ Sałata 50 g.</p>	<p>Pieczywo graham 100 g.¹⁾ Masło 15 g.⁷⁾ Serki twarogowe 17 g. ⁷⁾ Surówka z rzodkiewki 100 g. Jogurt nat. 150 g.⁷⁾ Herbata bez cukru 200g.</p> <p>II śn. Pieczywo mieszane¹⁾ 50 g. Masło 5 g.⁷⁾ Połudwica z warzywami 20 g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Jabłko 120 g.</p>	<p>Pieczywo mieszane 100 g.¹⁾ Masło 15 g.⁷⁾ Serki kanapkowe 17 g. ⁷⁾ Roszponka z rzodkiewką i jogurtem⁷⁾ 100 g. Jogurt⁷⁾nat. 150 g.</p> <p>II śn. Kisiel z tartym jabłkiem 150 g.</p>	<p>Pieczywo żytnie 100 g.¹⁾ Masło 15 g.⁷⁾ Serki twarogowe⁷⁾ 17g. Pomidor70g Sałata5 g. Herbata bez cukru Jogurt nat.⁷⁾150 g.</p> <p>II śn. Pieczywo mieszane 50 g.¹⁾ Masło 5 g.⁷⁾ Połudwica z warzywami 20 g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Melon 100 g.</p>	<p>Pieczywo mieszane 100 g.¹⁾ Masło 15 g.⁷⁾ Serki twarogowe smakowe 17 g. ⁷⁾ Pomidor70g sałata5 g. Jogurt⁷⁾nat. 150 g.</p> <p>II śn. Pieczywo mieszane 50 g. Masło 5 g.⁷⁾ Serek homogenizowany nat. 140 g.⁷⁾</p>	<p>Pieczywo mieszane 100 g.¹⁾ masło 15 g.⁷⁾) Gelatyna z kurczaka¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾40g. Jogurt naturalny ⁷⁾ 150g. Sałata 5 g,</p> <p>II ŚN. Pieczywo mieszane¹⁾ 50 g. Masło 50 g.⁷⁾ Szynka gotowana 20 g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ pomidor</p>
Obiad/Po dwieczorek	<p>Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300g.⁷⁾⁹⁾ Naleśniki z twarogiem polane musem jabłkowym ¹⁾³⁾⁷⁾250 g. Kompot owocowy 200g.</p>	<p>Zupa koperkowa z lanym ciastem 300g ⁷⁾⁹⁾ Pulpet w sosie 80g pomidorowym¹⁾³⁾⁷⁾ Surówka z marchwi i selera ⁹⁾150 g. Kompot owocowy 200 g.</p>	<p>Zupa ziemniaczana ⁷⁾⁹⁾ 300 g. Ziemniaki 200 g. Sztuka mięsa gotowana w warzywach 80 g. Kalafior z wody 150g. Kompot owocowy 200g.</p>	<p>Zupa pom. z makaronem ¹⁾³⁾⁷⁾⁹⁾ 300g. Potrawka z piersi kurczaka ¹⁾⁷⁾w warzy 150g Ryż 80 g. Kompot owocowy 200 g.</p>	<p>Barszcz czerwony i ¹⁾⁷⁾⁹⁾300 g. Ziemniaki 200 g. Filet z dorsza gotowany 120g. w warzywach ¹⁾⁴⁾⁷⁾ Warzywa z wody (marchew, kalafior, brokuł ,)150 g. Kompot owocowy</p>	<p>Zupa jarzynowa¹⁾⁷⁾⁹⁾300g. Ziemniaki 200 g. Pulpet w sosie koperkowym ¹⁾³⁾⁷⁾ Buraczki 150 g. Kompot owocowy</p>	<p>Rosół z makaronem ¹⁾³⁾⁹⁾³⁰⁰ Ziemniaki 200 g. Udko gotowane w warzywach z kurczaka¹⁾⁷⁾ 150 g. Surówka z marchwi z jogurtem ⁷⁾150 g.</p>

	Podwieczorek Pieczywo mieszane ¹⁾ 50 g. Masło 5 g. ⁷⁾ Polędwica z indyka 20 g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾	Podwieczorek Pieczywo mieszane ¹⁾ 50 g. Masło 5 g. ⁷⁾ Szynka z indyka 20 g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Sałata 5 g.	Podwieczorek Pieczywo mieszane 50 g. ¹⁾ Masło 5 g. ⁷⁾ Polędwica z kurczaka ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Ogórek 50 g.	Podwieczorek Sok wielowarzywny100 Pieczywo mieszane 50 g. ¹⁾ Masło 5 g. ⁷⁾ Szynka gotowana 60g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ l.	Podwieczorek Pieczywo mieszane 50 g. ¹⁾ Masło 5 g. ⁷⁾ Polędwica z drobiu ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Ogórek 50 g.	Podwieczorek Pieczywo mieszane 50 g. ¹⁾ Masło 5 g. ⁷⁾ Polędwica z kurczaka20g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Jabłko 100g.	Podwieczorek Pieczywo mieszane 50 g. ¹⁾ Masło 5 g. ⁷⁾ Twarożek z koperkiem i jogurtem ⁷⁾ 50 g.
Kolacja	Pieczywo mieszane ^{1)100g} Masło 15 g. ⁷⁾ Polędwica sopocka ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Sałata5 g. ,pomidor 70 g. Herbata z cytryną	Pieczywo żytnie ze słonecznikiem ¹⁾ ^{) 100g} Masło 15 g. Polędwica z indyka ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 60g. Sałata lodowa 5 g. Pomidor 70 g. Herbata z cytryną	Pieczywo żytnie ¹⁾ 100g Masło 15 g. ⁷⁾ Twarożek z koperkiem jogurtem ⁷⁾ 80g. Herbata z cytryną 200 g.	Pieczywo ciemne ze słonecznikiem ^{1)100g} Masło15 g. ⁷⁾ ⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Szynka tostowa drobiowa ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Sałata 10 g. Herbata z cytryną	Pieczywo mieszane ¹⁾ 100 g. Masło 15 g. Serki twarogowe60 g. ⁷⁾ Pomidor 70g.sałata 5 g. Herbata z cytryną	Pieczywo razowe ¹⁾ 100 g. Masło 15 g. Szynka z indyka60 g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Pomidor 70 g. Sałata 5g. Herbata z cytryną	Pieczywo mieszane ¹⁾ 100 g. Masło 15 g. Filecik opiekany z drobiu 60 g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Sałata 10 g., Pomidor 70 g. Herbata z cytryną
Wartość odżywcza	E: kcal; 2289 B: g; 89,4 T: g;78 Kw. tł. nas.:36,34 g; W: g 336 w tym cukry:sach75lak12,3 Bł: 32,2 g; Sól: 4 g	E: kcal; 2247 B: g; 71,8 T: g; 74,3 Kw. tł. nas. 29,07: g; W: 357 g w tym cukry:sach55 lak9,2 Bł: 30,2 g; Sól: 5 g	E: kcal; 2183 B: g; 81 T: g; 87,8 Kw. tł. nas.:31,51 g; W: 301,8 g w tym cukry sach 33,6lak.10 Bł: 36,4 g; Sól: 4 g	E: kcal; 2698 B: g;83 T: g; 60,8 Kw. tł. nas.:25,30 g; W: 390 g w tym cukry:sach89 lak11,9 Bł: 43,1 g; Sól:5 g	E: kcal; 2470 B: g; 88 T: g; 61 Kw. tł. nas.:26,20 g; W: 427 g w tym cukry sach 70 lak12,9 Bł: 41 g; Sól: 5 g	E: 2641 kcal; B: g 100 T: g;83,6 Kw. tł. Nas33,10g; W: 317 g w tym cukry sach80 lak13,5 Bł: 34,3 g; Sól: 4 g	E: kcal; 2453 B: g; 105 T: g; 64,9 Kw. tł. nas.:25,42 g; W: g395 w tym cukry sach:58lak10,8 Bł: 37,1 g; Sól: 5 g

Wykaz alergenów

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne.
2. Skorupiaki i produkty pochodne.
3. Jaja i produkty pochodne.
4. Ryby i produkty pochodne.
5. Orzeszki ziemne i produkty pochodne.
6. Soja i produkty pochodne.
7. Mleko i produkty pochodne.

8. Orzechy, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;
9. Seler i produkty pochodne.
10. Gorczyca i produkty pochodne.
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne.
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców
13. Łubin i produkty pochodne.
14. Mięczaki i produkty pochodne.

DIETA ŁATWOSTRAWNA2-DLA ODDZIAŁÓW WEWNĘTRZNY,CHIRURGIA ,REHABILITACJA,REUMATOLOGIA ,GINEKOLOGIA, POŁOŻNICTWO, ZOL.

Data	Poniedziałek 9.09.2024r.	Wtorek 10.09.2024 r.	Środa 11.09.2024r.	Czwartek 12.09.2024r.	Piątek 13.09.2024r.	Sobota 14.09.2024 r.	Niedziela 15.09.2024r.
Rodzaj posiłku							
Śniadanie /II śniadanie	<p>Makaron na mleku 250 g,¹⁾⁷⁾ Pieczywo pszenne 100 g.¹⁾ Masło 15 g.⁷⁾ Dżem 25 g. Serki twarogowe 40g⁷⁾ Herbata bez cukru 200g. Pomidor 70 g. Sałata 50 g.</p> <p>II śn. Melon 100 g.</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 250 g,¹⁾⁷⁾ Pieczywo pszenne 100 g.¹⁾ Masło 15 g.⁷⁾ Dżem 25 g Jajko ³⁾50g. Sałatka z rukoli i pomidorków 100 g. Herbata bez cukru 200g.</p> <p>II śn. Jogurt 7) 150 g.</p>	<p>Ryż na mleku ⁷⁾250 g. Pieczywo mieszane 100 g.¹⁾ Masło 15 g.⁷⁾ Miód 25 g. Serki twarogowe 20 g.⁷⁾ Surówka z rzodkiewki 100 g. Herbata bez cukru 200g</p> <p>II śn. Jabłko 160 g.</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku ¹⁾⁷⁾250 g. Pieczywo mieszane 100 g.¹⁾ Masło 15 g.⁷⁾ Miód 25 g. Serki kanapkowe 20 g.⁷⁾ Roszponka z rzodkiewką i jogurtem ⁷⁾100 g.</p> <p>II śn. Kisiel z tartym jabłkiem 150 g.</p>	<p>Kasza manna na mleku 250 g.¹⁾⁷⁾ Pieczywo pszenne 100 g.¹⁾ Masło 15 g.⁷⁾ Dżem 25 g. Serki twarogowe ⁷⁾17g. Pomidor 70g sałata 5 Herbata bez cukru</p> <p>II śn. Melon 100 g.</p>	<p>Płatki owsiane ¹⁾⁷⁾na mleku 300 g. Pieczywo mieszane 100 g.⁷⁾ Masło 15 g. Dżem 25 g. Serki twarogowe smakowe 17 g.⁷⁾ Pomidor 70g sałata 5</p> <p>II śn. Serek homogenizowany 150 g.⁷⁾</p>	<p>Lane kluski na mleku 1),3)7)300 g. Masło 15 g.7) Dżem 25 g Galatyna z kurczaka 20g.¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Dżem 25 g. Pieczywo pszenne 100 g.¹⁾ Sałata 5 g,</p> <p>II śn. Jabłko 150 g.</p>
Obiad/Po dwieczorek	<p>Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300g.⁷⁾⁹⁾ Naleśniki z twarogiem polane musem jabłkowym 250g. Kompot owocowy 200g.</p> <p>Podwieczorek Ciastka bitki 30 g.^{1),3)7)}</p>	<p>Zupa koperkowa ⁷⁾⁹⁾ z lanym ciastem 300g Pulpet w sosie pomidorowym ¹⁾⁷⁾80g Surówka z marchwi i selera ⁹⁾ 150g. Kompot owocowy 200g.</p> <p>Podwieczorek Nektarynki 100 g.</p>	<p>Zupa ziemniaczana ⁷⁾⁹⁾ 300 g. Ziemniaki 200 g. Sztuka mięsa gotowana w warzywach ¹⁴⁾⁷⁾ 80 g. Kompot owocowy 200g Kalafior z wody 150 g,</p> <p>Podwieczorek Biszkopty ¹⁾³⁾⁷⁾30 g.</p>	<p>Zupa pom. z makaronem ¹⁾³⁾⁷⁾⁹⁾³⁰⁰ Potrawka z piersi kurczaka ^{1),7)}w warzywach 150 g. Ryż 80 g. Kompot owocowy 200</p> <p>Podwieczorek Jabłko 150 g.</p>	<p>Barszcz czerwony ¹⁾⁷⁾⁹⁾300 g. Ziemniaki 200 g. Filet z dorsza gotowany 120g. w warzywach ¹⁾⁴⁾⁷⁾ Kompot owocowy 200</p> <p>Podwieczorek Jogurt naturalny 150 g.⁷⁾</p>	<p>Zupa jarzynowa 300g.¹⁾⁷⁾⁹⁾ Ziemniaki 200 g. Pulpet w sosie koperkowym 80 g.¹⁾³⁾⁷⁾ Buraczki 150 g. Kompot owocowy</p> <p>Podwieczorek Winogron 100 g.</p>	<p>Rosół z makaronem ^{1)3)9) 300} Ziemniaki 200 g. Udko gotowane w warzywach z kurczaka ¹⁾⁷⁾ 150 g. Surówka z marchwi z jogurtem ⁷⁾ 150g.</p> <p>Podwieczorek Pomarańcza 150 g.</p>

Kolacja	Pieczywo mieszane ¹⁾ 100g Masło 15 g. ⁷⁾ Szynka z kurczaka60 g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Sałata5 g. ,pomidor 70 g. Herbata z cytryną200	Pieczywo pszenne ¹⁾ 100g Masło 15 g. Szynka z indyka ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 60g. Sałata lodowa 5 g. Pomidor 70 g. Herbata z cytryną200	Pieczywo pszenne ¹⁾ 100g Masło 15 g. ⁷⁾ Twarożek z koperkiem jogurtem ⁷⁾ 80g Herbata z cytryną 200g.	Pieczywo ciemne ze słonecznikiem ¹⁾ 100g Masło15 g. ⁷⁾ ⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Szynka tostowa drobiowa 60 ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Sałata 10 g. Herbata z cytryną200g.	Pieczywo mieszane ¹⁾ 100 g. Masło 15 g. ⁷⁾ Masło 15 g. ⁷⁾ Serki twarogowe60 g. ⁷⁾ Pomidor 70g.sałata 5 g. Herbata z cytryną 200 g.	Pieczywo pszenne ¹⁾ 100 g. Masło 15 g. ⁷⁾ Szynka z indyka60 g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Pomidor 70 g. Sałata 5g. Herbata z cytryną 200 g.	Pieczywo mieszane ¹⁾ 100 g. Masło 15 g. ⁷⁾ Filecik opiekany z drobiu 60 g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Sałata 10 g., Pomidor 70 g. Herbata z cytryną 200g.
Wartość odżywcza	E: kcal; 2261 B: g; 84,1 T: g; 76,1 Kw. tł. nas.:36,8 g; W: 330 g w tym cukry sach 82 laktoza 19,4 Bł: 22,8 g; Sól: 4 g	E: kcal 2409 B: g; 79,6 T: g; 77,4 Kw. tł. nas.:31,33 g; W: 378,9 g w tym cukry:sach 69 laktoza 19,6 Bł: 28,5 g; Sól: 5 g	E: kcal; 2149 B: g; 72,3 T: g; 85,2 Kw. tł. nas.:35,76 g; W: 299,9 g w tym cukry: sach.49,1 g. laktoza 14,1 g; Bł: 28,3 g; Sól: 4 g	E: kcal; 2020 B: g;82 T: g; 59 Kw. tł. nas.:27,61 g; W: 301 g w tym cukr sach.68 laktoza 22,4 Bł: 22,4 g; Sól:4 g	E: kcal; 2544 B: g; 87 T: g; 65,4 Kw. tł. nas.:29,1; W: 351 g w tym cukry: sach 75,5laktoza 16,1 Bł: 35,1 g; Sól: 5 g	E: 2607 kcal; B: g 96,1; T: g;83,1 Kw. tł. Nas34,83.: g; W: 397 g w tym cukry: sacha 79 g; 18 g. Bł: 31,4 g; Sól: 4 g	E: kcal; 2129 B: g; 66,2 T: g; 65 Kw. tł. nas.:27,44 g; W: g312 w tym cukrysach48,3 laktoza 17,6 Bł: 23,5 g; Sól: 4 g

Wykaz alergenów

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne.
2. Skorupiaki i produkty pochodne.
3. Jaja i produkty pochodne.
4. Ryby i produkty pochodne.
5. Orzeszki ziemne i produkty pochodne.
6. Soja i produkty pochodne.
7. Mleko i produkty pochodne.
8. Orzechy, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;
9. Seler i produkty pochodne.
10. Gorczyca i produkty pochodne.
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne.

12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców
13. Łubin i produkty pochodne.
14. Mięczaki i produkty pochodne.

DIETA PODSTAWOWA-2– ODZIAŁY: WEWNĘTRZNY, GINEKOLOGIA, POŁOŻNICZY, CHIRURGIA, ZOL, DZIECIĘCY*, REUMATOLOGIA, REHABILITACJA

Data							
Rodzaj posiłku	Poniedziałek 9.09.2024 r.	Wtorek 10.09.2024r.	Środa 11.09.2024r.	Czwartek 12.09.2024r.	Piątek 13.09.2024r.	Sobota 14.09.2024r	Niedziela 15.09.2024r.
Śniadanie /II śniadanie	<p>Makaron na mleku 250 g,^{1),3),7)} Pieczywo żytnie z ziarnami 100 g.¹⁾ Masło 15 g.⁷⁾ Dżem 25 g. Serki topione 20 g. Herbata bez cukru 200g. Sałatka z ogórka i papryki 100g.</p> <p>II śn. Melon 100 g.</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 250 g,^{1),7)} Pieczywo żytnie z ziarnami 100 g.¹⁾ Masło 15 g.⁷⁾ Dżem 25 g. Jajko 50 g.³⁾</p> <p>Sałatka z rukoli i pomidora 100 g. Herbata bez cukru</p> <p>II śn Jogurt nat.⁷⁾ 150g.</p>	<p>Ryż na mleku ⁷⁾250 g. Pieczywo żytnie z ziarnami 100 g.¹⁾ Masło 15 g.⁷⁾ Miód 25 g. Serki kanapkowe 20 g.⁷⁾</p> <p>Surówka z rzodkiewki szczypiorku ,ogórka 100 g.</p> <p>II śn Gruszka 110g.</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku ¹⁾⁷⁾250 g. Pieczywo żytnie z ziarnami 100 g.¹⁾ Masło 15 g.⁷⁾ Dżem 25 g. Szynka z drobiu 40 g. Sałata ,pomidor , ogórek z jogurtem 100 g.⁷⁾</p> <p>II śn. Kisiel z tartym jabłkiem 150 g.</p>	<p>Kasza manna na mleku ¹⁾⁷⁾250g. Pieczywo żytnie z ziarnami 100 g.¹⁾ Masło 15 g.⁷⁾ Dżem 25 g. Serki topione 20g.⁷⁾ Pomidor 70g sałata 5 Herbata bez cukru 200</p> <p>II śn. Melon 100 g.</p>	<p>Płatki owsiane na mleku ¹⁾⁷⁾250 g. Masło 15 g.⁷⁾ Dżem 25 g Połędwica z piersi indyka 40 g.¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Pieczywo żytnie z ziarnami 100 g.¹⁾ Sałatka z pomidora ze szczypiorkiem i jogurtem.⁷⁾100 g</p> <p>II śn. Serk. homo 150 g.⁷⁾</p>	<p>Lane kluski na mleku ^{1),3)7)}250 g. Masło 15 g.⁷⁾ Dżem 25 g Ser żółty 20g.⁷⁾</p> <p>Pieczywo żytnie z ziarnami 100 g.¹⁾ Sałata 5 g.</p> <p>II śn. Jabłko 150 g.</p>
Obiad/Po dwieczorek	<p>Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej ⁷⁾⁹⁾ Naleśniki z twarogiem polane musem jabłkowym ^{1),3),7)}250 g.</p> <p>Podwieczorek Krucze ciastka¹⁾³⁾⁷⁾ bitki 30 g.</p>	<p>Zupa lane kluski na rosole ¹⁾⁷⁾⁹⁾300g Gołąbki w sosie pomidorowym³⁾⁷⁾120 Ziemniaki 200g. Kompot owocowy 200 g.</p> <p>Podwieczorek Nektarynki 100 g.....</p>	<p>Zupa ogórkowa ¹⁾⁷⁾⁹⁾300g. Ziemniaki 200 g Schab panierowany 100 g. Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem pomidorem, papryką</p> <p>Kompot jabłkowy</p> <p>Podwieczorek Biszkopty ¹⁾³⁾⁷⁾ 30 g.</p>	<p>Zupa pom.z makaronem¹⁾⁷⁾⁹⁾300g. Potrawka z piersi kurczaka w warzywach 150 Ryż carry 80g. Kompot owocowy 200g</p> <p>Podwieczorek Jabłko 150 g.</p>	<p>Barszcz czerwony ¹⁾⁷⁾⁹⁾300g. Ziemniaki 200 g. Filet z dorsza zapiekany z serem 100g.¹⁾³⁾⁴⁾⁷⁾ Surówka z białej kapusty 150 g. Kompot jabłkowy 200g</p> <p>Podwieczorek Jogurt nat.150 g.</p>	<p>Zupa kapuśniak 300g. ¹⁾⁷⁾⁹⁾ Ziemniaki 200 g. Kotlet mielony 80 g Buraczki 150g. Kompot jabłkowy z kiślem 200g.</p> <p>Podwieczorek Winogrona 100.....</p>	<p>Rosół z makaronem 300 ¹⁾³⁾⁹⁾ Ziemniaki 200 g. Udko opiekane z kurczaka¹⁾⁷⁾ 150g. Marchewka tarta z jogurtem¹⁾150 g. Kompot owocowy</p> <p>Podwieczorek Pomarańcza 150g.</p>

Kolacja	Pieczywo ciemne ze słończnikiem ¹⁾ 100g Masło 15 g. ⁷⁾ Szyńka z kurczaka 60 g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Herbata z cytryną 200 g. Sałata ,pomidor	Pieczywo ciemne ze słończnikiem ¹⁾ 100g Masło 15 g. ⁷⁾ Szyńka z indyka ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 60g. Sałata lodowa10 g. Herbata z cytryną200	Pieczywo ciemne ze słończnikiem ¹⁾ 100g Masło 15 g. ⁷⁾ Twarożek z koperkiem rzodkiewką,jogurtem 80g. Herbata z cytryną 200g	Pieczywo ciemne ze Słończnikiem ¹⁾)100g Masło15 g. ⁷⁾ Szyńka tostowa z drobiu ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ 60g. Ogórek świeży 70g. Herbata z cytryną200g.	Pieczywo mieszane 100 g. Masło 15 g. Ser żółty 60 g. ⁷⁾ Pomidor 70 g. sałata 50 g. Herbata z cytryną200g	Pieczywo mieszane 100 g. Masło 15 g. Szyńka z indyka 60 g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Ogórek kiszony 50g Herbata z cytryną	Pieczywo mieszane 100 g. Masło 15 g. Filecik opiekany z drobiu 60 g. ¹⁾⁶⁾¹⁰⁾¹²⁾ Sałata 5 g., pomidor 70 g. Herbata z cytryną 200g.
Wartość odżywcza	E: kcal; 2517 B: g; 85,9 T: g; 89,6 Kw. tł. nas.: 39,82 g; W: 368 g w tym cukry sach 87,5lak16,7 Bł: 29,8 g; Sól: 4 g	E: kcal; 2011 B: g; 74,9 T: g; 78,6 Kw. tł. nas.:30,83 g; W: 278 g w tym cukry:sach 32,4 laktoza 11,2 Bł: 29,7 g; Sól: 5 g	E: kcal; 2035 B: g; 70 T: g; 81,9 Kw. tł. nas.: 31,17 g; W: 278,9 g w tym cukry sach:49,4 lak .14,6 Bł: 25,8 g; Sól: 4 g	E: kcal; 2200 B: g; 89,1 T: g; 63,5 Kw. tł. nas.: 26,93 g; W: 317,8 g w tym cukry sach 52,8 lakt.20 Bł: 26,6 g; Sól: 4 g	E: kcal; 2015 B: g; 54 T: g; 68,3 Kw. tł. nas.30: g; W: 274,1 g w tym cukry: sach 57,2 lak.12,7 Bł: 25,7 g; Sól: 5 g	E: kcal; 2541 B: g; 112 T: g; 80 Kw. tł. nas.32: g; W: 317 g w tym cukry: g; Bł: 32,4 g; Sól: 5 g	E: kcal; 2442 B: g;101 T: g;85,1 Kw. tł. nas.:35,23 g; W: 270 g w tym cukry:sach 66,5 lakt22,5 Bł: 34,1 g; Sól: 5 g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

Wykaz alergenów

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne.
2. Skorupiaki i produkty pochodne.
3. Jaja i produkty pochodne.
4. Ryby i produkty pochodne.
5. Orzeszki ziemne i produkty pochodne.
6. Soja i produkty pochodne.
7. Mleko i produkty pochodne.
8. Orzechy, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;
9. Seler i produkty pochodne.

10. Gorczyca i produkty pochodne.
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne.
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców
13. Łubin i produkty pochodne.
14. Mięczaki i produkty pochodne.