

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR
	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM
	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny
ŚNIADANIE	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Beskidzka	Beskidzka	Beskidzka	Drobiowa wędlina
	Pasta pomidorowa	Pasta pomidorowa	Pasta pomidorowa	Pasta pomidorowa
	Kielki, ogórek konserwowy	Kielki,ogórek konserwowy	Kielki, ogórek konserwowy	Kielki , brzoskwinia
	Salata, papryka	Salata, papryka	Salata, papryka	Salata, pomidor
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem
	Zupa kalafiorowa	Zupa kalafiorowa	Zupa kalafiorowa	Zupa jarska warzywna
OBIAD	Ziemniaki purre z koperkiem	Ziemniaki purre z koperkiem	Ziemniaki purre z koperkiem	Ziemniaki purre z koperkiem
	Bitka wieprzowa duszona w sosie pieczeniowym	Bitka wieprzowa duszona w sosie pieczeniowym	Bitka wieprzowa gotowana w sosie własnym z warzywami	Bitka wieprzowa gotowana w sosie własnym z warzywami
	Fasola szparagowa	Fasola szparagowa	Fasola szparagowa	Buraczki
	Kompot z owoców	Woda z cytryną	Kompot z owoców	Kompot z owoców
Podwieczorek : pałeczki kukurydziane				
	Chleb mieszany	Chleb razowy	Chleb zwykły	Chleb pszenny
	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	sałatka ryżowa	sałatka ryżowa	sałatka ryżowa	sałatka ryżowa z jogurtem z doz.warzyw i białka
KOLACJA	Połudwica drobiowa	Połudwica drobiowa	Połudwica drobiowa	Połudwica drobiowa
	Ogórek kiszony	Ogórek kiszony	Salata	Salata
	Pomidor	Pomidor	Pomidor	Pomidor
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
II kolacja:	Bananowy pudding chia z malinami (nasiona wymieszane)	Bananowy pudding chia z malinami (nasiona wymieszane)	Bananowy pudding chia z malinami (nasiona wymieszane)	Bananowy pudding chia z malinami (nasiona wymieszane)
Alergeny:	1,2,7			
1 zboża zawierające gluten		4 ryby	6 soja, 7 mleko	9 seler
2 Skorupiaki	3. jaja	5 orzeszki ziemne	8 Orzechy	10 Musztarda
Wartość odżywcza				
Kcal	2236	1978	2236	2215
Białko	92 g	120 g	92 g	117,5 g
Węglowodany	301 g	330 g	301 g	259 g
Cukry proste	63,5	57 g	63,5	58,7 g
Tłuszcz	78 g	77 g	78 g	51,3 g
Nasycone kwasy tłuszczowe	22,8g	15,4 g	22,8g	14,2 g
Błonnik	21,8 g	22,2 g	21,8 g	21,74 g
Sól	8,85 g	8,53 g	8,85 g	6,40 g
Obróbka:	gotowanie , duszenie			

Pn	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR
	ZUPA BUDYNIOWA		ZUPA BUDYNIOWA	ZUPA BUDYNIOWA
	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny
ŚNIADANIE	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Szynkowa	Szynkowa	Szynkowa	Szynkowa
	Pasta rybna z warzywami ogórkiem kiszonym	Pasta rybna z warzywamiogórkiem kiszonym	Pasta rybna z warzywami i twarożkiem	Pasta rybna z warzywami i twarożkiem
	papryka, pomidor	papryka, pomidor	Pomidor,sałata	Pomidor, banan
	Sałata,	Sałata,	papryka	Sałata,
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem
	Ogórkowa z ziemniakami	Ogórkowa z ziemniakami	Ogórkowa z ziemniakami	Zupa ziemniaczana jarska
OBIAD	Kluski parowe z musem jogurtowo- owocowym	Kluski parowe z musem jogurtowo- owocowym	Kluski parowe z musem jogurtowo- owocowym	Kluski parowe z musem jogurtowo- owocowym
	Jabłko	Jabłko	Jabłko	Jabłko pieczone
	Kompot z owoców	Woda z cytryną	Kompot z owoców	Kompot z owoców
Podwieczorek : banan				
	Chleb mieszany	Chleb razowy	Chleb zwykły	Chleb pszenny
	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Galareta mięsno-warzywna w pojemniczkach	Galareta mięsno-warzywna	Galareta mięsno-warzywna	Galareta mięsno-warzywna
KOLACJA	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa
	ogórek kisz	Ogórek kisz	ogórek kisz	Sałata
	Pomidor	Pomidor	Pomidor	Pomidor
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
II kolacja:	Czekoladowa owsianka ze świeżymi owocami	Czekoladowa owsianka (płatki owsiane górskie) ze świeżymi owocami	Czekoladowa owsianka ze świeżymi owocami	Czekoladowa owsianka ze świeżymi owocami
Alergeny:	1,3,7,9			
1 zboża zawierające gluten		4 ryby	6 soja, 7 mleko	9 seler
2 Skorupiaki	3. jaja	5 orzeszki ziemne	8 Orzechy	10 Musztarda
Wartość odżywcza				
Kcal	2140,5	2027	2140,5	2050
Białko	62 g	60,3 g	62 g	75,5 g
Węglowodany	317 g	197 g	317 g	372 g
Cukry proste	59,4 g	17,7 g	59,4 g	41, 2 g
Tłuszcz	85 g	71,2 g	85 g	68,8 g
Nasycone kwasy tłuszczowe	21,6 g	14,10 g	21,6 g	15,8 g
Błonnik	23,7 g	28,6 g	23,7 g	22,9 g
Sól	7,45 g	8,10 g	7,45 g	6,74 g
Obróbka:	gotowanie, duszenie			

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR
	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU		PŁATKI OWSIANE NA MLEKU	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU
	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny
ŚNIADANIE	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Szynkowa	Szynkowa	Szynkowa	Szynkowa
	Pasta z piersi kurczaka z warzywami	Pasta z piersi kurczaka z warzywami	Pasta z piersi kurczaka z warzywami	Pasta z piersi kurczaka z warzywami
	Papryka	Papryka	ogórek małosolny, papryka	Banan
	Salata, ogórek małosolny	Salata, ogórek małosolny	Salata	Salata, pomidor
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem
	Zupa pieczarkowa	Zupa pieczarkowa	Zupa pieczarkowa	Krupnik jarski
OBIAD	Ziemniaki	Ziemniaki	Ziemniaki	Ziemniaki
	Roladka drobiowa z serem i szpinakiem duszona w sosie koperkowym	Roladka drobiowa z serem i szpinakiem duszona w sosie koperkowym	Roladka drobiowa z serem i szpinakiem duszona w sosie koperkowym	Roladka drobiowa z serem i szpinakiem gotowana w sosie koperkowym jarskim
	Kapusta biała z wody	Kapusta biała z wody	Kapusta biała z wody	Dynia gotowana
	Kompot z owoców	Woda z cytryną	Kompot z owoców	Kompot z owoców
Podwieczorek :herbatniki				
	Chleb mieszany	Chleb razowy	Chleb zwykły	Chleb pszenny
	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Ser żółty	Ser żółty	Ser żółty	Twaróg z koperkiem
KOLACJA	Szynka drobiowa	Szynka drobiowa	Szynka drobiowa	Szynka drobiowa
	Rzodkiewka	Rzodkiewka	Pomidor	Pomidor
	sałata	sałata	sałata	sałata
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
II kolacja:	Jogurt naturalny	Jogurt naturalny	Jogurt naturalny	Jogurt naturalny
Alergeny:	1,2,3,7			
1 zboża zawierające gluten				
4 ryby				
6 soja, 7 mleko				
9 seler				
2 Skorupiaki	3. jaja	5 orzeszki ziemne	8 Orzechy	10 Musztarda

Wartość odżywcza				
Kcal	1971	2188,5	1971	1875
Białko	85 g	101,1 g	85 g	107,15 g
Węglowodany	293 g	170,5 g	293 g	317,35 g
Cukry proste	29,7 g	17,45	29,7 g	31,33 g
Tłuszcz	95 g	79,7 g	95 g	62,85 g
Nasycone kwasy tłuszczowe	9,8 g	8,91	9,8 g	7,38 g
Błonnik	29,64 g	31,4 g	29,64 g	25,30 g
Sól	7,4 g	6,32 g	7,4 g	6,90 g
Obróbka:	gotowanie, duszenie			

sobota	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR
	ZACIERKA NA MLEKU	ZACIERKA NA MLEKU	ZACIERKA NA MLEKU	ZACIERKA NA MLEKU
	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny
ŚNIADANIE	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Tyrolska	Tyrolska	Tyrolska	Chuda wędlina
	Parówka na ciepło, ketchup	Parówka na ciepło, ketchup	Parówka na ciepło, ketchup	Twaróg
	Ogórek zielony	Ogórek zielony	Ogórek zielony	Dżem niskosłodzony
	Sałata, pomidor	Sałata, pomidor	Sałata, pomidor	Sałata, pomidoro
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem
	Zupa krem z zielonego groszku	zupa krem z zielonego groszku	Zupa krem za zielonego groszku	Zupa selerowa z grzankami
OBIAD	kasza jęczmienna	kasza jęczmienna	kasza jęczmienna	kasza jęczmienna
	Gulasz wieprzowy	Gulasz wieprzowy	Gulasz wieprzowo-warzywny	Gulasz wieprzowo-warzywny
	Mizeria	Mizeria	Cukinia got.	Cukinia got.
	Kompot z owoców	Woda z cytryną	Kompot z owoców	Kompot z owoców
Podwieczorek : wafelek b/czekolady				
	Chleb mieszany	Chleb razowy	Chleb zwykły	Chleb pszenny
	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Pasztet drobiowo-warzywny z dodatkiem pieczarek własnego wyrobu	Pasztet drobiowo-warzywny z dodatkiem pieczarek własnego wyrobu	Pasztet drobiowo-warzywny z dodatkiem pieczarek własnego wyrobu	Pasztet drobiowo-warzywny z
KOLACJA	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa
	Ogórek małosolny	Ogórek małosolny	Sałata	Sałata
	Pomidor	Pomidor	Pomidor	Pomidor
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
II kolacja:	Koktajl jogurtowo-owocowy z siemieniem lnianym	Koktajl jogurtowo-owocowy z siemieniem lnianym	Koktajl jogurtowo-owocowy z siemieniem lnianym	Koktajl jogurtowo-owocowy z siemieniem lnianym
Alergeny:	1,3,6,7			
1 zboża zawierające gluten		4 ryby	6 soja, 7 mleko	9 seler
2 Skorupiaki	3. jaja	5 orzeszki ziemne	8 Orzechy	10 Musztarda
Wartość odżywcza				

Kcal	2040	1910	2040	1960
Białko	119,15	105 g	119,15	86 g
Węglowodany	292,0 g	210 g	292,0 g	180 g
Cukry proste	29,5 g	19,7 g	29,5 g	15 g
Tłuszcz	94,25 g	70 g	94,25 g	72 g
Nasycone kwasy tłuszczowe	10,12 g	6,9 g	10,12 g	8,10 g
Błonnik	32,4 g	33,9 g	32,4 g	29 g
Sól	6,15g	6,70 g	6,15g	6,82 g
Obróbka:	gotowanie, duszenie, pieczenie			

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR
	Kasza manna na mleku	Kasza manna na mleku	Kasza manna na mleku	Kasza manna na mleku
	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny
ŚNIADANIE	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Tyrolska	Tyrolska	Tyrolska	Tyrolska
	Ser biały	Ser biały	Ser biały	Ser biały
	Pomidor, winogorono	Pomidor, winogorono	Pomidor, winogorono	pomidor, brzoskiewnia
	Salata,	Salata	Salata	Salata
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem
	Barszcz czerwony z ziemniakami	Barszcz czerwony z ziemniakami	Barszcz czerwony z ziemniakami	Barszcz czerwony jarski z ziemniakami
OBIAD	Ziemniaki purre z koperkiem	Ziemniaki purre z koperkiem	Ziemniaki purre z koperkiem	Ziemniaki purre z koperkiem
	Filet z dorsza panierowany w sosie beszamelowym	Filet z dorsza na parze w sosie beszamelowym	Filet z dorsza panierowany w sosie beszamelowym	Filet z dorsza panierowany w sosie beszamelowym
	Surówka z kiszanej kapusty	Surówka z kiszanej kapusty	sur. Z kisz.kap	Warzywa po grecku
	Kompot z owoców	Woda z cytryną	Kompot z owoców	Kompot z owoców
Podwieczorek : jogurt owocowy				
	Chleb mieszany	Chleb razowy	Chleb zwykły	Chleb pszenny
	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	ślimaczki z ciasta francuskiego z szpinakiem i serem feta	ślimaczki z ciasta francuskiego z szpinakiem i serem feta	ślimaczki z ciasta francuskiego z szpinakiem i serem feta	dżem
KOLACJA	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa
	Ogórek zielony	Ogórek zielony	Salata	Salata
	Pomidor	Pomidor	Pomidor	Pomidor
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
II kolacja:	Wrap z szynką i warzywami	Wrap z szynką i warzywami	Wrap z szynką i warzywami	Mus/ kaszka/ ryż lub sok
Alergeny:	1,2,3,4,7			
1 zboża zawierające gluten		4 ryby	6 soja, 7 mleko	9 seler
2 Skorupiaki	3. jaja	5 orzeszki ziemne	8 Orzechy	10 Musztarda
Wartość odżywcza				

Kcal	1955	1910	1955	1922,1
Białko	90,1 g	99,5 g	90,1 g	89,1 g
Węglowodany	201,7g	213 g	201,7g	204,2 g
Cukry proste	16,1 g	13,5 g	16,1 g	14,2 g
Tłuszcz	79,4 g	80 g	79,4 g	72,7 g
Nasycone kwasy tłuszczowe	17,3 g	19 g	17,3 g	16,5 g
Błonnik	19,3 g	24,5 g	19,3 g	19,1 g
Sól	4,8 g	4,63 g	4,8 g	4,2 g
Obróbka:	gotowanie, duszenie, pieczenie			

Pn	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR
	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU
	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny
ŚNIADANIE	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Tyrolska	Tyrolska	Tyrolska	Polędwica
	Jajecznicza ze szczypiorkiem z dodatkiem mleka	Jajecznicza ze szczypiorkiem	Jajecznicza ze szczypiorkiem z dodatkiem mleka	Białka gotowane
	ogórek kiszony	ogórek kiszony	Pomidor	pomidor
	Salata,	Salata	Salata	Salata
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem
	Koperkowa z lanymi kluskami	Koperkowa z lanymi kluskami	Koperkowa z lanymi kluskami	Koperkowa jarska z lanymi kluskami
OBIAD	Makaron świdry	Makaron pełnoziarnisty	Makaron świdry	Makaron świdry
	ze szpinakiem i kurczakiem w sosie śmietanowym	ze szpinakiem i kurczakiem w sosie śmietanowym	ze szpinakiem i kurczakiem w sosie śmietanowym	ze szpinakiem i kurczakiem w sosie śmietanowym
	Kompot z owoców	Woda z cytryną	Kompot z owoców	Kompot z owoców
Podwieczorek : jogurt naturalny				
	Chleb mieszany	Chleb razowy	Chleb zwykły	Chleb pszenny
	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Kaszka na gęsto z sokiemowocowym	grejfrut	Kaszka na gęsto z sokiem owocowym	Kaszka na gęsto
KOLACJA	Szynka drobiowa	Szynka drobiowa 2x	Szynka drobiowa	Szynka drobiowa
	Ogórek zielony	Ogórek zielony	Salata	Salata
	Pomidor	Pomidor	Pomidor	Pomidor
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
II kolacja:	Salatka grecka	Salatka grecka	Salatka grecka	Mus/ kaszka/ ryż lub sok
Alergeny:	1,2,3,7			
1 zboża zawierające gluten		4 ryby	6 soja, 7 mleko	9 seler
2 Skorupiaki	3. jaja	5 orzeszki ziemne	8 Orzechy	10 Musztarda
Wartość odżywcza				
Kcal	1925	1950,2	1925	1935
Białko	90 g	87,1 g	90 g	101,3 g
Węglowodany	233g	225,2 g	233g	207,4 g
Cukry proste	14,2 g	13,8g	14,2 g	12,95 g
Tłuszcz	80g	74,2 g	80g	74,2 g
Nasycone kwasy tłuszczowe	11,8 g	10,40g	11,8 g	10,0 g
Błonnik	25 g	27,25 g	25 g	24,30 g

Sól	8 g	8,2 g	8 g	6 g
Obróbka:	gotowanie, pieczenie			

nd	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR
	PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU		PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU	PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU
	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny
ŚNIADANIE	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Beskidzka	Beskidzka	Beskidzka	chuda wędlina
	ser topiony	ser topiony	ser topiony	twarożek
	Papryka czerwona	Papryka czerwona	papryka czerwona	Pomidor
	Sałata, keczup	Sałata, keczup	Sałata,	Sałata, jabłko got
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem
	Rosół z makaronem	Rosół z makaronem	Rosół z makaronem	Rosół z makaronem jarski
OBIAD	Ziemniaki purre z koperkiem	Ziemniaki purre z koperkiem	Ziemniaki purre z koperkiem	Ziemniaki purre z koperkiem
	Udko duszone w ciemnym sosie	Udko duszone w ciemnym sosie	Udko gotowane w sosie własnym	Udko gotowane w sosie własnym
	Sałata z jogurtem	Sałata z jogurtem	Sałata z jogurtem	Sałata z jogurtem
	Kompot z owoców	Woda z cytryną	Kompot z owoców	Kompot z owoców
Podwieczorek :serek waniliowy				
	Chleb mieszany	Chleb razowy	Chleb zwykły	Chleb pszenny
	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Ryż na mleku z cynamonem i jabłkiem	Szybka sałatka :pomidor, ogórek, papryka i koperek	Ryż na mleku z cynamonem i jabłkiem	Ryż na mleku z cynamonem i jabłkiem
KOLACJA	Polędwica	Polędwica	Polędwica	Polędwica
	Ogórek zielony	ogórek zielony	kiełki	Sałata
	kiełki ,	kiełki	ogórek zielony	banan
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
II kolacja:	Warzywa słupek	Warzywa słupek	Warzywa słupek	Mus/ kaszka/ ryż lub sok
Alergeny:	1,2,3,7			
1 zboża zawierające gluten		4 ryby	6 soja, 7 mleko	9 seler
2 Skorupiaki	3. jaja	5 orzeszki ziemne	8 Orzechy	10 Musztarda
Wartość odżywcza				
Kcal	1914	1977,4	1914	1910,85
Białko	85,5 g	87,85 g	85,5 g	112,8 g
Węglowodany	197,5 g	194,65 g	197,5 g	194,6 g
Cukry proste	20,15 g	19,46 g	20,15 g	19,66 g

Tłuszcz	67,5 g	58,6 g	67,5 g	69,2 g
Nasycone kwasy tłuszczowe	6,72 g	6,53 g	6,72 g	5,95 g
Błonnik	24,9 g	31,70 g	24,9 g	21,70 g
Sól	6,7	7,15 g	6,7g	5,45 g
Obróbka:	gotowanie, duszenie			

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR
	RYŻ NA MLEKU		RYŻ NA MLEKU	RYŻ NA MLEKU
	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny
ŚNIADANIE	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Szynkowa	Szynkowa	Szynkowa	Szynkowa
	Gzika ze szczypiorkiem	Gzika ze szczypiorkiem	Twaróg z koperkiem	Twaróg z koperkiem
	Salata, rzodkiewka	Salata, rzodkiewka	Pomidor	pomidor, banan
	Pomidor	Pomidor	Salata	Salata
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem
	Zupa pomidorowa z ryżem z natką pietruszki	Zupa pomidorowa z ryżem z natką pietruszki	Zupa pomidorowa z ryżem z natką pietruszki	Zupa jarskapomidorowa z ryżem z
OBIAD	Ziemniaki purre z koperkiem	Ziemniaki purre z koperkiem	Ziemniaki purre z koperkiem	Ziemniaki purre z koperkiem
	kołt.mielony smazony w sosie własnym	pulpet got. w sosie koperkowym	pulpet got. w sosie koperkowym	pulpet got. w sosie koperkowym
	Surówka z czerwonej kapusty parzona	Surówka z czerwonej kapusty parzona	Surówka z czerwonej kapusty parzona	Marchewka gotowana
	Kompot z owoców	Woda z cytryną	Kompot z owoców	Kompot z owoców
Podwieczorek : sok jabłkowy 100%				
	Chleb mieszany	Chleb razowy	Chleb zwykły	Chleb pszenny
	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	sałatka jarzynowa	sałatka jarzynowa	sałatka jarzynowa	sałatka jarzynowa z jogurtem z dozwolonych warzyw
KOLACJA	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa
	Ogórek zielony	Ogórek zielony	Salata	Salata
	Pomidor	Pomidor	Pomidor	Pomidor
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
II kolacja:	Sok warzywny Tymbark Wega + kanapka z wędliną	Sok warzywny Tymbark Wega + kanapka z wędliną	Sok warzywny Tymbark Wega + kanapka z wędliną	Mus/ kaszka/ ryż lub sok
Alergeny:	1,2,3,7			
1 zboża zawierające gluten		4 ryby	6 soja, 7 mleko	9 seler
2 Skorupiaki	3. jaja	5 orzeszki ziemne	8 Orzechy	10 Musztarda
Wartość odżywcza				
Kcal	2205	2075	2205	1963,51
Białko	75,1	74,9 g	75,1	77,25 g
Węglowodany	199,1 g	192,5 g	199,1 g	212,71
Cukry proste	18,51 g		18,51g	
Tłuszcz	48,75 g	51,5 g	48,75 g	41,59
Nasycone kwasy tłuszczowe	5,75 g	5,13 g	5,75g	4,45 g
Błonnik	29,50 g	32,64g	29,50g	24,34g
Sól	5,75 g	5,98 g	5,75 g	4,90g
Obróbka:	gotowanie, duszenie, pieczenie			

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR
	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU		PŁATKI OWSIANE NA MLEKU	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU
	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny
ŚNIADANIE	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Beskidzka	Beskidzka	Beskidzka	szynka drobiowa 3x
	Ser żółty	Ser żółty	Ser żółty	
	ogórek kiszony	ogórek kiszony	Sałata, ogórek kiszony	Sałata, jabłko gotowane
	Sałata , pomidor	Sałata, pomidor	Pomidor	Pomidor
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem
	Barszcz biały	Barszcz biały	Barszcz biały	Grycikowa z natką pietruszki
OBIAD	Naleśniki z serem z sosem jogurtowo-brzoskwiniowym	Naleśniki (na mące pełnoziarnistej) z serem z sosem jogurtowo-brzoskwiniowym	Naleśniki z serem z sosem jogurtowo-brzoskwiniowym	Naleśniki z serem z sosem jogurtowo-brzoskwiniowym
	Kompot z owoców	Woda z cytryną	Kompot z owoców	Kompot z owoców
Podwieczorek :biszkopty				
	Chleb mieszany	Chleb razowy	Chleb zwykły	Chleb pszenny
	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Delikatny paprykarz własnego wyrobu	Delikatny paprykarz własnego wyrobu	Delikatny paprykarz własnego wyrobu	Delikatny paprykarz własnego wyrobu
KOLACJA	Szynka drobiowa	Szynka drobiowa	Szynka drobiowa	Szynka drobiowa
	Ogórek zielony	Ogórek zielony	Sałata	Sałata
	Pomidor	Pomidor	Pomidor	Pomidor
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
II kolacja:	Owsianka pieczona z jabłkiem i cynamonem	Owsianka pieczona z jabłkiem i cynamonem	Owsianka pieczona z jabłkiem i cynamonem	Mus/ kaszka/ ryż lub sok
Alergeny:				
	1,3,4,7			
	1 zboża zawierające gluten	4 ryby	6 soja, 7 mleko	9 seler
2 Skorupiaki	3. jaja	5 orzeszki ziemne	8 Orzechy	10 Musztarda
Wartość odżywcza				
Kcal	2155	1906,2	1906,2	2080
Białko	80g	83,8 g	83,8 g	101,3 g
Węglowodany	233 g	198,6 g	198,6 g	208,5 g

Cukry proste	23,64 g	19,87 g	23,64 g	21,30 g
Tłuszcz	72	77,4	77,4	53,2 g
Nasycone kwasy tłuszczowe	5,04g	4,91g	5,04g	4,12g
Błonnik	29,32g	32,45g	29,32g	25,6g
Sól	4,98 g	5,15 g	4,98g	4,56 g
Obróbka:	gotowanie, pieczenie			

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR
	PŁATKI JAGLANE NA MLEKU		PŁATKI JAGLANE NA MLEKU	PŁATKI JAGLANE NA MLEKU
	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny
ŚNIADANIE	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Beskidzka	Beskidzka	Beskidzka	Polędwica drobiowa
	Pasta jajeczna	Pasta jajeczna	Pasta jajeczna	Białko jaja gotowane
	Ogórek kiszony	Ogórek kiszony	Pomidor	pomidor
	Papryka czerwona	Papryka czerwona	Salata	Salata
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem
	Krupnik	Krupnik	Krupnik	Krupnik jarski
	Ziemniaki purre z koperkiem	Ziemniaki purre z koperkiem	Ziemniaki purre z koperkiem	Ziemniaki purre z koperkiem
OBIAD	Kotlet szarpany w sosie brokułowym	Kotlet szarpany w sosie brokułowym	Kotlet szarpany w sosie brokułowym	Kotlet szarpany na parze z dodatkiem dozwolonych warzyw w delikatnym sosie warzywnym
	Buraczki	Buraczki	Buraczki	Buraczki
	Kompot z owoców	Woda z cytryną	Kompot z owoców	Kompot z owoców
Podwieczorek : arbuz				
	Chleb mieszany	Chleb razowy	Chleb zwykły	Chleb pszenny
	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	budyń z sokiem	budyń	budyń z sokiem	budyń
KOLACJA	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa
	Salata	Salata	Salata	Salata
	Pomidor	Pomidor	Pomidor	Pomidor
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
II kolacja:	Roladki z szynki 2 szt. na pacjenta	Roladki z szynki 2 szt. na pacjenta	Roladki z szynki 2 szt. na pacjenta	Roladki z szynki 2 szt. na pacjenta
Alergeny:	1,3,7			
1 zboża zawierające gluten		4 ryby	6 soja, 7 mleko	9 seler
2 Skorupiaki	3. jaja	5 orzeszki ziemne	8 Orzechy	10 Musztarda
Wartość odżywcza				
Kcal	2164,05	1939	2164,05	2087,05
Białko	98,4 g	76,7 g	98,4 g	96,15 g
Węglowodany	222,3 g	239 g	222,3 g	216,53 g

Cukry proste	21,11g	22,70g	21,11g	21,21 g
Tłuszcz	67,9g	78,4g	67,9g	67,1g
Nasycone kwasy tłuszczowe	5,09 g	5,49 g	5,09 g	4,69 g
Błonnik	26,4 g	26,5 g	26,4 g	20,75
Sól	6,15 g	6,95 g	6,15 g	5,61 g
Obróbka:	pieczenie, gotowanie			