

	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
ŚNIADANIE	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny
	Masło ekstra Beskidzka	Masło ekstra Beskidzka	Masło ekstra Beskidzka	Masło ekstra Drobiowa wędlina
	Pasta pomidorowa Kiełki, ogórek zielony	Pasta pomidorowa Kiełki,ogórek zielony	Pasta pomidorowa Kiełki, ogórek zielony	Pasta pomidorowa Kiełki , brzoskwinia
	Salata, papryka	Salata, papryka	Salata, papryka	Salata, pomidor
	Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Herbata bez cukru Kawa z mlekiem
OBIAD	Lane kluski na rosole Ziemniaki purre z koperkiem	Lane kluski na rosole Ziemniaki purre z koperkiem	Lane kluski na rosole Ziemniaki purre z koperkiem	Lane kluski na rosole 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				
KOLACJA	Chleb mieszany Masło ekstra	Chleb razowy Masło ekstra	Chleb zwykły Masło ekstra	Chleb pszenny Masło ekstra
	sałatka ryżowa	sałatka ryżowa	sałatka ryżowa	sałatka ryżowa z jogurtem z doz.warzyw i bialka
	Polędwica drobiowa Ogórek kiszony Pomidor Herbata bez cukru	Polędwica drobiowa Ogórek kiszony Pomidor Herbata bez cukru	Polędwica drobiowa Sałata Pomidor Herbata bez cukru	Polędwica drobiowa Sałata Pomidor Herbata bez cukru
KOLACJA II	Jogurt naturalny w opakowaniu firmowym	Jogurt naturalny w opakowaniu firmowym	Jogurt naturalny w opakowaniu firmowym	Jogurt naturalny w opakowaniu firmowym
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	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			

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR, PI
	PŁATKI JAGLANE NA MLEKU		PŁATKI JAGLANE NA MLEKU	PŁATKI JAGLANE NA MLEKU
ŚNIADANIE	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny
	Masło ekstra Beskidzka	Masło ekstra Beskidzka	Masło ekstra Beskidzka	Masło ekstra Polędwica drobiowa
	Pasta jajeczna Rzodkiewka, ogórek kiszony	Pasta jajeczna Ogórek kiszony, rzodkiewka	Pasta jajeczna Pomidor, rzodkiewka	Białko jaja gotowane pomidor
	Papryka czerwona	Papryka czerwona	Sałata	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

OBIAŁ	Krupnik	Krupnik	Krupnik	Krupnik jarski
	Ziemniaki purre z koperkiem Kotl.szarpany z warzywami w sosie brokułowym	Ziemniaki purre z koperkiem Kotl.szarpany z warzywami w sosie brokułowym	Ziemniaki purre z koperkiem Kotl.szarpany z warzywami w sosie brokułowym	Ziemniaki purre z koperkiem Kotl.szarpany na parze z dodatkiem dozwolonych warzyw w delikatnym sosie warzywnym
	Mini marchew Kompot z owoców	Mini marchew Woda z cytryną	Mini marchew Kompot z owoców	Mini marchew Kompot z owoców

Podwieczorek : arbuz

KOLACJA	Chleb mieszany Masło ekstra budyń z sokiem	Chleb razowy Masło ekstra budyń	Chleb zwykły Masło ekstra budyń z sokiem	Chleb pszenny Masło ekstra budyń
	Polędwica drobiowa Salata Pomidor	Polędwica drobiowa Salata Pomidor	Polędwica drobiowa Salata Pomidor	Polędwica drobiowa Salata Pomidor
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
II KOLACJA	Sok owocowy w opakowaniu firmowym	Sok warzywny w opakowaniu firmowym	Sok owocowy w opakowaniu firmowym	Sok owocowy w opakowaniu firmowym

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			

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR
	PLATKI OWSIANE NA MLEKU		PLATKI OWSIANE NA MLEKU	PLATKI OWSIANE NA MLEKU
ŚNIADANIE	Chleb mieszany Masło ekstra Beskidzka Ser żółty ogórek kiszony Sałata , jabłko Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb żytni Masło ekstra Beskidzka Ser żółty ogórek kiszony Sałata, kiwi Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb mieszany Masło ekstra Beskidzka Ser żółty Sałata, ogórek kiszony jabłko Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb pszenny Masło ekstra szynka drobiowa 3x Sałata, jabłko gotowane jabłko gotowane Herbata bez cukru Kawa z mlekiem
OBIAD	Barszcz biały Cepeliny polane skwarkami kapusta ksz.gotowana Kapusta kiszona gotowana Kompot z owoców	Barszcz biały Cepeliny na mące pełnoziarnistej polane maselkiem Kapusta kiszona gotowana Woda z cytryną	Barszcz biały Cepeliny polane maselkiem Kapusta kiszona gotowana Kompot z owoców	Grysikowa z natką pietruszki Cepeliny z maselkiem Buraczki Kompot z owoców
Podwieczorek :biszkopty				
KOLACJA	Chleb mieszany Masło ekstra Delikatny paprykarz własnego wyrobu Szynka drobiowa Ogórek zielony Pomidor Herbata bez cukru	Chleb razowy Masło ekstra Delikatny paprykarz własnego wyrobu Szynka drobiowa Ogórek zielony Pomidor Herbata bez cukru	Chleb zwykły Masło ekstra Delikatny paprykarz własnego wyrobu Szynka drobiowa Sałata Pomidor Herbata bez cukru	Chleb pszenny Masło ekstra Delikatny paprykarz własnego wyrobu Szynka drobiowa Sałata Pomidor Herbata bez cukru
II kolacja:	Serek Almette w opakowaniu firmowym (1 saszetka)	Serek Almette w opakowaniu firmowym (1 saszetka)	Serek Almette w opakowaniu firmowym (1 saszetka)	Serek Almette w opakowaniu firmowym (1 saszetka)
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	2257	2053	2257	2136,4 g
Białko	87,79 g	69,44	87,79 g	82,39 g
Węglowodany	191,95 g	230,05	191,95 g	166,55 g
Cukry proste	20,15 g	14,43	20,15 g	20 g
Tłuszcz	67,9 g	68,05	67,9 g	89,60 g
Nasycone kwasy tłuszczowe	8,99 g	8,33	8,99 g	7,70 g
Błonnik	13,5 g	17,85	13,5 g	13,5 g
Sól	4,11 g	3,57	4,11 g	4,23
Obróbka:	pieczenie, gotowanie			

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR
	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU		PŁATKI OWSIANE NA MLEKU	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU
ŚNIADANIE	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny
	Masło ekstra Szyrkowa	Masło ekstra Szyrkowa	Masło ekstra Szyrkowa	Masło ekstra Szyrkowa
	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 Kawa z mlekiem	Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Herbata bez cukru Kawa z mlekiem
OBIAD	Zupa pieczarkowa Ziemniaki	Zupa pieczarkowa Ziemniaki	Zupa pieczarkowa Ziemniaki	Krupnik jarski 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
	Salatka kopenhaska	Salatka kopenhaska	Salatka kopenhaska	Dynia gotowana
	Kompot z owoców	Woda z cytryną	Kompot z owoców	Kompot z owoców
Podwieczorek :herbatniki				
KOLACJA	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
	Szynka drobiowa	Szynka drobiowa	Szynka drobiowa	Szynka drobiowa
	Rzodkiewka sałata	Rzodkiewka sałata	Pomidor sałata	Pomidor sałata
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
II kolacja:	Sok pomidorowy w opakowaniu firmowym	Sok pomidorowy w opakowaniu firmowym	Sok pomidorowy w opakowaniu firmowym	Jogurt naturalny w opakowaniu firmowym

Alergeny: 1,3,7			
1 zboża zawierające gluten	4 ryby	6 soja, 7 mleko	9 seler
2 Skorupia 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
ŚNIADANIE	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	pszenny
	Masło ekstra Tyrolska	Masło ekstra Tyrolska	Masło ekstra Tyrolska	Masło ekstra 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
OBIAŁ	Zupa krem z zielonego groszku	zupa krem z zielonego groszku	Zupa krem za zielonego groszku	Zupa selerowa z grzankami
	Leczo z chudą kielbaską, pieczarkami, papryką	Leczo z chudą kielbaską, pieczarkami, papryką	Leczo z chudą kielbaską, pieczarkami, papryką	Leczo z chudą kielbaską, cukinią i marchewką,
	Zieminaki puree	Ziemiaki puree	Ziemiaki puree	pietruszką, selerem
	Kompot z owoców	Woda z cytryną	Kompot z owoców	Ziemiaki puree
				Kompot z owoców
Podwieczorek : wafelek b/czekolady				
KOLACJA	Chleb mieszany	Chleb razowy	Chleb zwykły	Chleb pszenny
	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Pasztet drobiowo-warzywny własnego wyrobu	Pasztet drobiowo-warzywny własnego wyrobu	Pasztet drobiowo-warzywny z własnego wyrobu	Pasta z kurczaka i warzyw
	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	Serek waniliowy	Wasa kanapka na mące	Serek waniliowy	Serek waniliowy
	Danio (4 pack mały) w opakowaniu firmowym	pełnoziarnistej w opakowaniu firmowym	Danio (4 pack mały) w opakowaniu firmowym	Danio (4 pack mały) w opakowaniu firmowym
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	2206	2200	2206	2085

Białko	84,91 g	80 g	84,91 g	96 g
Węglowodany	234,36 g	220 g	234,36 g	244 g
Cukry proste	9,04 g	8 g	9,04 g	60 g
Tłuszcz	90,67 g	88 g	90,67 g	66,5 g
Nasycone kwasy tłuszczowe	15,07 g	15 g	15,07 g	13,6 g
Błonnik	20,85	26 g	20,85	23 g
Sól	6,77 g	4 g	6,77 g	6,6 g
Obróbka:	gotowanie, duszenie			

	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
ŚNIADANIE	Chleb mieszany Masło ekstra Tyrolska Ser biały Pomidor, winogorono Sałata, Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb żytni Masło ekstra Tyrolska Ser biały Pomidor, winogorono Sałata Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb mieszany Masło ekstra Tyrolska Ser biały Pomidor, winogorono Sałata Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb pszenny Masło ekstra Tyrolska Ser biały pomidor, brzoskiwnia Sałata Herbata bez cukru Kawa z mlekiem
OBIAD	Barszcz czerwony z ziemniakami Ziemniaki purre z koperkiem Filet z dorsza panierowany w sosie beszamelowym Surówka z kiszonej kapusty Kompot z owoców	Barszcz czerwony z ziemniakami Ziemniaki purre z koperkiem Filet z dorsza na parze w sosie beszamelowym Surówka z kiszonej kapusty Woda z cytryną	Barszcz czerwony z ziemniakami Ziemniaki purre z koperkiem Filet z dorsza panierowany w sosie beszamelowym sur. Z kisz.kap Kompot z owoców	Barszcz czerwony jarski z ziemniakami Ziemniaki purre z koperkiem Filet z dorsza panierowany w sosie beszamelowym Warzywa po grecku Kompot z owoców
Podwieczorek : jogurt owocowy				
	Chleb mieszany Masło ekstra ślimaczkki z ciasta francuskiego z szpinakiem i serem feta	Chleb razowy Masło ekstra ślimaczkki z ciasta francuskiego z szpinakiem i serem feta	Chleb zwykły Masło ekstra ślimaczkki z ciasta francuskiego z szpinakiem i serem feta	Chleb pszenny Masło ekstra dżem
KOLACJA	Polędwica drobiowa Ogórek zielony Pomidor Herbata bez cukru	Polędwica drobiowa Ogórek zielony Pomidor Herbata bez cukru	Polędwica drobiowa Sałata Pomidor Herbata bez cukru	Polędwica drobiowa Sałata Pomidor Herbata bez cukru

II KOLACJA	Mus owocowy Kubuś w opakowaniu firmowym	Jogurt naturalny	Mus owocowy Kubuś w opakowaniu firmowym	Mus owocowy Kubuś w opakowaniu firmowym
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	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
ŚNIADANIE	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny
	Masło ekstra Tyrolska	Masło ekstra Tyrolska	Masło ekstra Tyrolska	Masło ekstra Połudwica
	Jajecznica ze szczypiorkiem z dodatkiem mleka	Jajecznica ze szczypiorkiem	Jajecznica ze szczypiorkiem z dodatkiem mleka	Białka gotowane pomidor
	ogórek kiszony	ogórek kiszony	Pomidor	
	Sałata rozszponka	Sałata rozszponka	Sałata	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
OBIAD	Koperkowa z lanymi kluskami	Koperkowa z lanymi kluskami	Koperkowa z lanymi kluskami	Koperkowa jarska z lanymi kluskami
	Makaron świdry ze szpinakiem i kurczakiem w sosie śmietanowym	pełnoziarnisty ze szpinakiem i kurczakiem w sosie śmietanowym	Makaron świdry ze szpinakiem i kurczakiem w sosie śmietanowym	Makaron świdry ze szpinakiem i kurczakiem w sosie śmietanowym
	Kompot z owoców	Woda z cytryną	Kompot z owoców	Kompot z owoców
Podwieczorek : jogurt naturalny				
KOLACJA	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
	Szynka drobiowa	Szynka drobiowa 2x	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	
Sok buraczany w opakowaniu firmowym	Sok pomidorowy w opakownaiu firmowym	Sok buraczany w opakowaniu firmowym	Sok buraczany w opakowaniu firmowym	

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
ŚNIADANIE	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny
	Masło ekstra Beskidzka ser topiony	Masło ekstra Beskidzka ser topiony	Masło ekstra Beskidzka ser topiony	Masło ekstra chuda wędlina 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
OBIAD	Rosół z makaronem	Rosół z makaronem	Rosół z makaronem	Rosół z makaronem jarski
	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
	Mizeria	Mizeria	Mizeria	Sałata z jogurtem
Podwieczorek :serek waniliowy				
KOLACJA	Chleb mieszany	Chleb razowy	Chleb zwykły	Chleb pszenny
	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Sałatka grecka	Sałatka grecka	Sałatka grecka	Ryż na mleku z cynamonem i jabłkiem
	Polędwica	Polędwica	Polędwica	Polędwica
Ogórek zielony kielki ,	ogórek zielony kielki	kielki ogórek zielony	Sałata banan	
Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	

II KOLACJA Jogurt naturalny w opakowaniu firmowym Jogurt naturalny w opakowaniu firmowym Jogurt naturalny w opakowaniu firmowym Jogurt naturalny w opakowaniu firmowym

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	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
	Zacierka		Zacierka	Zacierka
ŚNIADANIE	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny
	Masło ekstra Szyrkowa	Masło ekstra Szyrkowa	Masło ekstra Szyrkowa	Masło ekstra Szyrkowa
	Gzika ze szczypiorkiem	Gzika ze szczypiorkiem	Twaróg z koperkiem	Twaróg z koperkiem
	Salata, rzodkiewka	Salata, rzodkiewka	Salata, rzodkiewka	pomidor, banan
	Kiwi	Kiwi	Kiwi	Salata
	Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Herbata bez cukru Kawa z mlekiem
OBIAD	Zupa brokułowa	Zupa brokułowa	Zupa jarska pomidorowa z ryżem z natką pietruszki	Zupa brokułowa Kasza
	Kasza gryczana z koperkiem	Kasza gryczana z koperkiem	Kasza jęczmienna z koperkiem	jęczmienna z koperkiem
	kotl.mielony smazony w sosie własnym Buraczki	pulpet got. w sosie koperkowym Buraczki	pulpet got. w sosie koperkowym Buraczki	pulpet got. w sosie koperkowym Buraczki
	Kompot z owoców	Woda z cytryną	Kompot z owoców	Kompot z owoców
Podwieczorek : sok jabłkowy 100%				
KOLACJA	Chleb mieszany Masło ekstra	Chleb razowy Masło ekstra	Chleb zwykły Masło ekstra	Chleb pszenny Masło ekstra
	sałatka jarzynowa	sałatka jarzynowa	sałatka jarzynowa	sałatka jarzynowa z jogurtem z dozwolonych warzyw
	Polędwica drobiowa Papryka Sałata	Polędwica drobiowa Papryka Sałata	Polędwica drobiowa Papryka Sałata	Polędwica drobiowa Sałata Brzoskwinia
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
II KOLACJA	Sok owocowy w opakowaniu firmowym	Wasa kanapka na mące pełnoziarnistej w opakowaniu firmowym	Sok owocowy w opakowaniu firmowym	Sok owocowy w opakowaniu firmowym
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	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			

Pn	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR
	ZUPA BUDYNIOWA		ZUPA BUDYNIOWA	ZUPA BUDYNIOWA
ŚNIADANIE	Chleb mieszany Masło ekstra Szynkowa Pasta rybna z warzywami i ogórkiem kiszonym pomidor koktajlowy Sałata, kielki Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb żytni Masło ekstra Szynkowa Pasta rybna z warzywami i ogórkiem kiszonym pomidor koktajlowy Sałata, kielki Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb mieszany Masło ekstra Szynkowa Pasta rybna z warzywami i twarożkiem pomidor koktajlowy sałata, kielki Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb pszenny Masło ekstra Szynkowa Pasta rybna z warzywami i twarożkiem banan Sałata, kielki Herbata bez cukru Kawa z mlekiem
OBIAD	Ogórkowa z ziemniakami Pierogi leniwe z maselkiem i bułką tartą (proszę o zwrócenie uwagi, żeby nie były posklejane) Surówka z marchewki Kompot z owoców	Ogórkowa z ziemniakami Pierogi leniwe z sosem jogurtowo-brzoskwiniowym Surówka z marchewki Woda z cytryną	Ogórkowa z ziemniakami Pierogi leniwe z maselkiem i bułką tartą Surówka z marchewki Kompot z owoców	Zupa ziemniaczana jarska Pierogi leniwe z maselkiem i bułką tartą Jabłko pieczone Kompot z owoców
Podwieczorek : banan				
KOLACJA	Chleb mieszany Masło ekstra Galareta mięsno-warzywna w pojemniczkach Polędwica drobiowa ogórek kisz Pomidor Herbata bez cukru	Chleb razowy Masło ekstra Galareta mięsno-warzywna Polędwica drobiowa Ogórek kisz Pomidor Herbata bez cukru	Chleb zwykły Masło ekstra Galareta mięsno-warzywna Polędwica drobiowa ogórek kisz Pomidor Herbata bez cukru	Chleb pszenny Masło ekstra Galareta mięsno-warzywna Polędwica drobiowa Sałata Pomidor Herbata bez cukru
II kolacja:	Kaszka w opakowaniu jednostkowym	Grejpfrut	Kaszka w opakowaniu jednostkowym	Kaszka w opakowaniu jednostkowym
Alergeny:	1,3,4,7			
	1 zboża zawierające gluten	4 ryby	6 soja, 7 mleko	9 seler
	2 Skorupiaki	3. jaja	8 Orzechy	10 Musztarda

Wartość odżywcza				
Kcal	2215	1960	2215	1840
Białko	85 g	95 g	85 g	100 g
Węglowodany	280 g	270 g	280 g	250 g
Cukry proste	25 g	21,5 g	25 g	16 g
Tłuszcz	85,75 g	70 g	85,75 g	85 g
Nasycone kwasy tłuszczowe	15 g	13,5 g	15 g	13 g
Błonnik	40 g	45 g	40 g	24,34g
Sól	8,1 g	3,5 g	8,1 g	5 g
Obróbka:	gotowanie, duszenie, pieczenie			