

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR	Dieta Papkowata
	PŁATKI Ryżowe NA MLEKU		PŁATKI Ryżowe NA MLEKU	PŁATKI Ryżowe NA MLEKU	PŁATKI Ryżowe NA MLEKU
ŚNIADANIE	Chleb mieszany Masło ekstra Tyrolska Pasta pomidorow-twarogowa Ogórek małosolny Sałata, pomidor Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb żytni Masło ekstra Tyrolska Pasta pomidorow-twarogowa Ogórek małosolny Sałata, pomidor Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb mieszany Masło ekstra Tyrolska Pasta pomidorow-twarogowa Ogórek małosolny Sałata, pomidor Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb pszenny Masło ekstra Tyrolska Pasta pomidorow-twarogowa Dżem niskosłodzony Sałata, pomidor Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb pszenny Masło ekstra Tyrolska Pasta pomidorow-twarogowa Ogórek małosolny Sałata, pomidor Herbata bez cukru Kawa z mlekiem
OBIAD	Brokułowa Ziemniaki Filet z dorsza panierowany w sosie cytrynowym Warzywa po włosku Kompot z owoców	Brokułowa Ziemniaki Filet z dorsza panierowany w sosie cytrynowym Warzywa po włosku Woda z cytryną	Brokułowa Ziemniaki Filet z dorsza na parze w sosie cytrynowym Warzywa po włosku Kompot z owoców	Zupa ziemniaczana jarska Ziemniaki Filet z dorsza na parze w sosie cytrynowym Warzywa po włosku Kompot z owoców	Brokułowa Ziemniaki Filet z dorsza na parze w sosie cytrynowym Warzywa po włosku Kompot z owoców
Podwieczorek : wafelek b/czekolady					
KOLACJA	Chleb mieszany Masło ekstra Sałatka ryżowa (z makaronem ryżowym, papryką, ogórkiem, koperkiem, szynką) Polędwica drobiowa Ogórek kiszony Pomidor Herbata bez cukru	Chleb razowy Masło ekstra Sałatka ryżowa (z makaronem ryżowym, papryką, ogórkiem, koperkiem, szynką) Polędwica drobiowa Ogórek kiszony Pomidor Herbata bez cukru	Chleb zwykły Masło ekstra Sałatka ryżowa (z makaronem ryżowym, papryką, ogórkiem, koperkiem, szynką) Polędwica drobiowa Sałata Pomidor Herbata bez cukru	Chleb pszenny Masło ekstra Sałatka ryżowa (z dozwolonymi warzywami i korzeniowymi i koperkiem) Polędwica drobiowa Sałata Pomidor Herbata bez cukru	Chleb pszenny Masło ekstra Sałatka ryżowa (z makaronem ryżowym, papryką, ogórkiem, koperkiem, szynką) Polędwica drobiowa Sałata Pomidor Herbata bez cukru

II KOLACJA

JOGURT
NATURALNYJOGURT
NATURALNYJOGURT
NATURALNYJOGURT
NATURALNYJOGURT
NATURALNY

Wartość dobowa

Kcal

2017

2200

2016

2056

2016

Białko	70 g	77,2 g	70 g	67,4 g	70 g
Węglowodany	225 g	231 g	225 g	213,8 g	225 g
Cukry proste	12,54 g	10,45 g	12,54 g	11,56 g	12,54 g
Tłuszcze	80,6 g	78,9 g	80,6 g	76,9 g	80,6 g
Nasycone kwasy tłuszczowe	15,6 g	13,2 g	15,6 g	15,3 g	15,6 g
Błonnik	23,5 g	25,5 g	23,5 g	19,8 g	23,5 g
Sól	3,9 g	4,1 g	3,9 g	3,7 g	3,9 g

Alergeny: 1,3,7,4
1 zboża zawierające gluten
2 Skorupiaki
Obróbka :gotowanie, duszenie

4 ryby

8 Orzechy

9 seler
10 Musztarda

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR	Dieta Papkowata
	ZUPA BUDYNIOWA		ZUPA BUDYNIOWA	ZUPA BUDYNIOWA	ZUPA BUDYNIOWA
ŚNIADANIE	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny	Chleb pszenny
	Masło ekstra Szynkowa	Masło ekstra Szynkowa	Masło ekstra Szynkowa	Masło ekstra Szynkowa	Masło ekstra Szynkowa
	Gzika ze szczypiorkiem mandarynka, pomidor	Gzika ze szczypiorkiem kiwi pomidor	Twaróg z koperkiem mandarynka pomidor	Twaróg z koperkiem brzoskwinia	Twaróg z koperkiem brzoskwinia
	Sałata,	Sałata,	Sałata,	Sałata,	Sałata,
	Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	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	Ogórkowa	Ogórkowa	Ogórkowa	Zupa ryżowa na wywarze jarskim	Ogórkowa
	Kluski śląskie	Kluski śląskie	Kluski śląskie	Kluski śląskie	Kluski śląskie
	Pieczeń rzymska w sosie chrzanowym	Pieczeń rzymska w sosie chrzanowym	Pieczeń rzymska w sosie chrzanowym	Galantyna w sosie warzywnym	Pieczeń rzymska w sosie chrzanowym
	Sałatka z kapusty pekińskiej Kompot z owoców	Sałatka z kapusty pekińskiej Woda z cytryną	Sałatka z kapusty pekińskiej Kompot z owoców	Marchewka gotowana Kompot z owoców	Marchewka gotowana Kompot z owoców
Podwieczorek :biszkopty					
KOLACJA	Chleb mieszany Masło ekstra Budyń z syropem owocowym	Chleb razowy Masło ekstra Ser żółty	Chleb zwykły Masło ekstra Budyń z syropem owocowym	Chleb pszenny Masło ekstra Budyń z syropem owocowym	Chleb pszenny Masło ekstra Budyń z syropem owocowym
	Szynka drobiowa Ogórek zielony Pomidor	Szynka drobiowa Ogórek zielony Pomidor	Szynka drobiowa Sałata Pomidor	Szynka drobiowa Sałata Pomidor	Szynka drobiowa Sałata Pomidor
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
	SOK POMIDOROWY	SOK POMIDOROWY	SOK POMIDOROWY	SOK POMIDOROWY	SOK POMIDOROWY
II KOLACJA					

Wartość dobową

Kcal	2070	1992	1930	1915	2070
------	------	------	------	------	------

				30.12	
Białko	70,5 g	109,3 g	87 g	83 g	70,5 g
Węglowodany	228 g	268,9 g	184 g	231 g	228 g
Cukry proste	41,5 g	39,5 g	35 g	38,2	41,5 g
Tłuszcze	79 g	76,8 g	64,6 g	69,2 g	79 g
Nasycone kwasy tłuszczowe	30,5 g	36,5 g	34,2 g	33,0 g	30,5 g
Błonnik	30 g	27,9 g	28,1 g	29,3 g	30 g
Sól	4,5 g	3,9 g	3,85 g	3,82 g	4,5 g
Alergeny:	1,3,7,9				
	1 zboża zawierające gluten				
	2 Skorupiaki				
Obróbka :	gotowanie				

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR	Dieta Papkowata
	RYŻ NA MLEKU		RYŻ NA MLEKU	RYŻ NA MLEKU	RYŻ NA MLEKU
ŚNIADANIE	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny	Chleb pszenny
	Masło ekstra Szynkowa Jajko w sosie jogurtowo- chrzanowym	Masło ekstra Szynkowa Jajko w sosie jogurtowo- chrzanowym	Masło ekstra Szynkowa Jajko w sosie jogurtowo- chrzanowym Pomidor,	Masło ekstra Szynkowa Jajko w sosie jogurtowym z koperkiem	Masło ekstra Szynkowa Jajko w sosie jogurtowym z koperkiem
	Sałata, rzodkiewka Pomidor	Sałata, rzodkiewka Pomidor	rzodkiewka Sałata	pomidor Sałata	pomidor Sałata
	Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	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	Rosół z makaronem Ziemniaki purre z koperkiem	Rosół z makaronem Ziemniaki purre z koperkiem	Rosół z makaronem Ziemniaki purre z koperkiem	Rosół z makaronem jarski Ziemniaki purre z koperkiem	Rosół z makaronem Ziemniaki purre z koperkiem
	Karkówka duszona w sosie pieczeniowym buraczki	Karkówka duszona w sosie pieczeniowym buraczki	Karkówka duszona w sosie pieczeniowym buraczki	Karkówka duszona , sos warzywny jarski Buraczki Kompot z owoców	Zmielona karkówka duszona w sosie pieczeniowym Buraczki Kompot z owoców
	Kompot z owoców	Woda z cytryną	Kompot z owoców		
Podwieczorek : sok jabłkowy 100%					
KOLACJA	Chleb mieszany Masło ekstra	Chleb razowy Masło ekstra	Chleb zwykły Masło ekstra	Chleb pszenny Masło ekstra	Chleb pszenny Masło ekstra
	Delikatny paprykarz własnego wyrobu	Delikatny paprykarz własnego wyrobu	Delikatny paprykarz Polędwica drobiowa	Delikatny paprykarz Polędwica drobiowa	Delikatny paprykarz Polędwica drobiowa
	Polędwica drobiowa Ogórek zielony Pomidor	Polędwica drobiowa Ogórek zielony Pomidor	Sałata Pomidor	Sałata Pomidor	Sałata Pomidor
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
II KOLACJA	bez cukru opakowanie fabryczne	bez cukru opakowanie fabryczne	CIASTKA ZBOŻOWE bez cukru op.fabryczne	CIASTKA ZBOŻOWE bez cukru op.fabryczne	Sok warzywny
Wartość dobowa					
Kcal	2190	2089	2190	2034	2190

Białko	103,5 g	102,7 g	103,5 g	100,1 g	103,5 g
Węglowodany	221 g	232 g	221 g	234,5 g	221 g
Cukry proste	28,8 g	21 g	28,8 g	23,1 g	28,8 g
Tłuszczu	64 g	61 g	64 g	57 g	64 g
Nasycone kwasy	23 g	21,5 g	23 g	18,7 g	23 g
Błonnik	33 g	38 g	33 g	29,4 g	33 g
Sól	4,2 g	4,3 g	4,2 g	3,9 g	4,2 g

Alergeny: 1,3,4,7,9

1 zboża zawierające gluten

4 ryby

2 Skorupiaki

8 Orzechy

9 seler

10 Musztarda

Obróbka: gotowanie, duszenie

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR	Dieta Papkowata
	PŁATKI JAGLANE NA MLEKU		PŁATKI JAGLANE NA MLEKU	PŁATKI JAGLANE NA MLEKU	PŁATKI JAGLANE NA MLEKU
ŚNIADANIE	Chleb mieszany Masło ekstra Beskidzka Ser żółty Ogórek kiszony Papryka czerwona Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb żytni Masło ekstra Beskidzka Ser żółty Ogórek kiszony Papryka czerwona Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb mieszany Masło ekstra Beskidzka Ser żółty Ogórek kiszony Papryka czerwona Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb pszenny Masło ekstra Połędwica drobiowa Twarożek z koperkiem pomidor Sałata Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb pszenny Masło ekstra Połędwica drobiowa Twarożek z koperkiem pomidor Sałata Herbata bez cukru Kawa z mlekiem
OBIAD	Zupa pieczarkowa z ziemniakami Ziemniaki Filet w sosie brokułowym mini marchewka Kompot z owoców	Zupa pieczarkowa z ziemniakami Ziemniaki Filet w sosie brokułowym mini marchewka Woda z cytryną	Zupa pieczarkowa z ziemniakami Ziemniaki Filet w sosie brokułowym mini marchewka Kompot z owoców	Zupa selerowa jarska z dodatkiem masła Ziemniaki Filet w sosie koperkowym mini marchewka Kompot z owoców	Zupa pieczarkowa z ziemniakami Ziemniaki Zmielony filet w sosie koperkowym mini march. Kompot z owoców
Podwieczorek : arbuz					
KOLACJA	Chleb mieszany Masło ekstra sałatka jarzynowa Połędwica drobiowa Sałata Pomidor Herbata bez cukru	Chleb razowy Masło ekstra sałatka jarzynowa Połędwica drobiowa Sałata Pomidor Herbata bez cukru	Chleb zwykły Masło ekstra sałatka jarzynowa Połędwica drobiowa Sałata Pomidor Herbata bez cukru	Chleb pszenny Masło ekstra sałatka jarzynowa z jogurtem z dozwol.warzyw Połędwica drobiowa Sałata Pomidor Herbata bez cukru	Chleb pszenny Masło ekstra sał.jarzynowa Połędwica drobiowa Sałata Pomidor Herbata bez cukru
II KOLACJA	Sok warzywny Tymarg Wega 100g	Sok warzywny Tymarg Wega 100g	Sok warzywny Tymarg Wega 100g	Sok warzywny Tymarg Wega 100g	Sok warzywny Tymarg Wega 100g

Wartość dobowa

Kcal	2285	2278	2285	1955	2285
Białko	72 g	76,5 g	72 g	77 g	72 g
Węglowodany	228,5 g	232,3 g	228,5 g	219,6 g	228,5 g

				1.01	
Cukry proste	19,5	18,9	19,5	19,4 g	19,5
Tłuszcze	80 g	81,2 g	80 g	78,5 g	80 g
Nasycone kwasy tłuszczowe	18,7 g	15,9 g	18,7 g	15,9 g	18,7 g
Błonnik	23,4 g	27,4 g	23,4 g	21,5g	23,4 g
Sól	3,87 g	3,5 g	3,87 g	3,5 g	3,87 g
Alergeny:	1,3,7,9				
1 zboża zawierające gluten		4 ryby		9 seler	
2 Skorupiaki			8 Orzechy	10 Musztarda	

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR	Dieta Papkowata
	PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU		PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU	PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU	PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU
ŚNIADANIE	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny	Chleb pszenny
	Masło ekstra Beskidzka	Masło ekstra Beskidzka	Masło ekstra Beskidzka	Masło ekstra Beskidzka	Masło ekstra Beskidzka
	Parówka na ciepło, ketchup, papryka, rzodkiewka	Parówka na ciepło, ketchup, papryka, rzodkiewka	Parówka na ciepło, ketchup, papryka, rzodkiewka	Twaróg	Parówka na ciepło, ketchup
	Salata,	Salata,	Salata,	Pomidor	Pomidor
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
			Sałata, jabłko got	Sałata, jabłko got	Sałata, jabłko got
			Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem
OBIAD	Zupa koperkowa z lanymi kluskami jarska	Zupa koperkowa z lanymi kluskami jarska	Zupa koperkowa z lanymi kluskami jarska	Zupa koperkowa z lanymi kluskami jarska	Zupa koperkowa z lanymi kluskami jarska
	Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna
	Gulasz wieprzowy z warzywami	Gulasz wieprzowy z warzywami	Gulasz wieprzowy z warzywami	Gulasz delikatny z warzywami	Gulasz delikatny z warzywami
	Kalafior gotowany z masełkiem	Kalafior gotowany z masełkiem	Kalafior gotowany z masełkiem	Warzywa gotowane: marchew, seler, pietruszka	Warzywa gotowane: marchew, seler, pietruszka
	Kompot z owoców	Woda z cytryną	Kompot z owoców	Kompot z owoców	Kompot z owoców
Podwieczorek :serek waniliowy					
KOLACJA	Chleb mieszany	Chleb razowy	Chleb zwykły	Chleb pszenny	Chleb pszenny
	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Ryż na mleku z jabłkiem i cynamonem	Sałatka (pomidor, ogórek, papryka, koperek ,oliwa z oliwek)	Ryż na mleku z jabłkiem i cynamonem	Ryż na mleku z jabłkiem i cynamonem	Ryż na mleku z jabłkiem i cynamonem
	Półdzwica	Półdzwica	Półdzwica	Półdzwica	Półdzwica
	Ogórek kiszony pomidor	Ogórek kiszony pomidor	Salata pomidor	Salata pomidor	Salata pomidor
Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	
II KOLACJA	Tymbark mus owocowy 100g	grejfruti	tymbark mus	tymbark mus	tymbark mus

Wartość dobowa

Kcal	2350	2388	2350	2330	2350
Białko	130 g	107,5 g	130 g	121 g	130 g

				2.01	
Węglowodany	273,2 g	215 g	273,2 g	265,7 g	273,2 g
Cukry proste	23,1 g	18,9g	23,1 g	19,9 g	23,1 g
Tłuszcze	85,7 g	78g	85,7 g	79,3 g	85,7 g
yczone kwasy tłuszcz	18,4 g	13,4 g	18,4 g	15,3 g	18,4 g
Błonnik	24,1 g	21,1 g	24,1 g	23,65 g	24,1 g
Sól	3,5 g	3,7 g	3,5 g	3,65 g	3,5 g

Alergeny: 1,3,7,9

1 zboża zawierające gluten

2 Skorupiaki

Obróbka :gotowanie, duszenie

4 ryby

8 Orzechy

9 seler

10 Musztarda

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR	Dieta Papkowata
	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU		PŁATKI OWSIANE NA MLEKU	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU
ŚNIADANIE	Chleb mieszany Masło ekstra Tyrolska Paszтетmięsno - warzywny własnego wyrobu ogórek kiszony, pomidor Sałata, Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb żytni Masło ekstra Tyrolska Paszтетmięsno-warzyw. własnego wyrobu ogórek kiszony, pomidor Sałata Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb mieszany Masło ekstra Tyrolska Paszтетmiesno-warzyw. własnego wyrobu ogórek kiszony, Pomidor Sałata Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb pszenny Masło ekstra Połudwica paszтетmięsno warzyw wł.wyrobu pomidor Sałata Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb pszenny Masło ekstra Tyrolska paszтетmięsno warzyw wł.wyrobu pomidor Sałata Herbata bez cukru Kawa z mlekiem
OBIAD	Zupa krem z groszku Pyzy z farszem szpinakowym z cebulką Surówka z białej kapusty Kompot z owoców	Zupa krem z groszku Pyzy z farszem szpikowym z cebulką Surówka z białej kapusty Woda z cytryną	Zupa krem z groszku Pyzy z farszem szpikowym z masełkiem Surówka z białej kapusty Kompot z owoców	Zupa kremwarzywny jarski Pyzy z farszem szpikowym z masełkiem Seler gotowany Kompot z owoców	Zupa krem z groszku Ziemniaki purre z koperkiem Seler gotowany Kompot z owoców
Podwieczorek : jogurt naturalny					
KOLACJA	Chleb mieszany Masło ekstra Kaszka na gęsto z przecierem owocowym Szynka drobiowa Ogórek zielony Pomidor Herbata bez cukru	Chleb razowy Masło ekstra Sałatka (pomidor, ogórek, papryka, koperek ,oliwa z oliwek) Szynka drobiowa Ogórek zielony Pomidor Herbata bez cukru	Chleb zwykły Masło ekstra Kaszka na gęsto z przecierem owocowym Szynka drobiowa Ogórek zielony Pomidor Herbata bez cukru	Chleb pszenny Masło ekstra Kaszka na gęsto z przecierem owocowym Szynka drobiowa Sałata Pomidor Herbata bez cukru	Chleb pszenny Masło ekstra Kaszka na gęsto z przecierem owocowym Szynka drobiowa Sałata Pomidor Herbata bez cukru
II KOLACJA	almette serek śmietankowy	ALMETTEserek śmietankowy	ALMETTE serek śmietankowy	ALMETTE serek śmietankowy	ALMETTE serek śmietankowy

Wartość dobowa

Kcal	2050	2075	2050	2015	2105
Białko	86,5 g	77,2 g	86,5 g	106 g	90 g

Węglowodany	269,5 g	228,05 g	269,5 g	258 g	260 g
Cukry proste	41 g	37,6 g	41 g	37,6 g	38,2 g
Tłuszcze	90 g	109,9 g	90 g	82 g	75 g
Nasycone kwasy tłuszczowe	26,3 g	27,3 g	26,3 g	25,3 g	24,1 g
Błonnik	24,2 g	27,8 g	24,2 g	24,1 g	24,7 g
Sól	5,7 g	4,3 g	5,7 g	3,87 g	4,9 g

Alergeny: 1,3,7,9

1 zboża zawierające gluten

2 Skorupiaki

Obróbka: gotowanie

4 ryby

8 Orzechy

9 seler

10 Musztarda

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR	Dieta Papkowata
	ZACIERKA NA MLEKU		ZACIERKA NA MLEKU	ZACIERKA NA MLEKU	ZACIERKA NA MLEKU
ŚNIADANIE	Chleb mieszany Masło ekstra Szynkowa Pasta z piersi kurczaka z warzywami Papryka, pomidor Sałata, Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb żytni Masło ekstra Szynkowa Pasta z piersi kurczaka z warzywami Papryka, pomidor Sałata, Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb mieszany Masło ekstra Szynkowa Pasta z piersi kurczaka z warzywami Papryka, pomidor Sałata Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb pszenny Masło ekstra Szynkowa Pasta z piersi kurczaka z warzywami Banan, pomidor Sałata Herbata bez cukru Kawa z mlekiem	Chleb pszenny Masło ekstra Szynkowa Pasta z piersi kurczaka z warzywami Banan, pomidor Sałata Herbata bez cukru Kawa z mlekiem
OBIAD	Barszcz czerwony z ziemniakami Ziemniaki purre z koperkiem Zrazy mielone wp. w sosie koperkowym sur.Kopenhaska Kompot z owoców	Barszcz czerwony z ziemniakami Ziemniaki purre z koperkiem Pulpet wp. w sosie koperkowym sur.Kopenhaska Woda z cytryną	Barszcz czerwony z ziemniakami Ziemniaki purre z koperkiem Pulpet w sosie koperkowym sur.Kopenhaska Kompot z owoców	Barszcz czerwony jarski z ziemniakami Ziemniaki purre z koperkiem pulpet drobiowy w delikatnym sosie koperkowym Mini marchew Kompot z owoców	Barszcz czerwony z ziemniakami Ziemniaki purre z koperkiem pulpet drobiowy w sosie koperkowym Mini marchew Kompot z owoców
Podwieczorek :herbatniki					
KOLACJA	Chleb mieszany Masło ekstra Ser topiony Szynka drobiowa Rzodkiewka, ogórek małosolny sałata Herbata bez cukru	Chleb razowy Masło ekstra Twaróg z koperkiem Szynka drobiowa Rzodkiewka, ogórek małosolny sałata Herbata bez cukru	Chleb zwykły Masło ekstra Ser topiony Szynka drobiowa Pomidor, ogórek małosolny sałata Herbata bez cukru	Chleb pszenny Masło ekstra Twaróg z koperkiem Szynka drobiowa Pomidor sałata Herbata bez cukru	Chleb pszenny Masło ekstra Twaróg z koperkiem Szynka drobiowa Pomidor sałata Herbata bez cukru

II KOLACJA Sok wieloowocowy Sok warzywny Sok wieloowocowy Sok wieloowocowy Sok wieloowocowy

Wartość dobowa

Kcal	1995	2033	1995	2003	2095
Białko	76 g	78,2 g	76 g	78,5 g	73 g

	214 g	241,7 g	214 g	240,5 g	247,3 g
Węglowodany					
Cukry proste	36,75 g	33,1 g	36,75 g	37 g	38,2 g
Tłuszcze	75,75 g	73,6 g	75,75 g	62 g	75 g
Nasycone kwasy tłuszczowe	21,3 g	19,6 g	21,3 g	17 g	20,3g
Błonnik	37 g	41 g	37 g	29,6 g	42,4g
Sól	5,1 g	5,7 g	5,1 g	5,0 g	5,1 g
Alergeny:	1,3,7,9				
1 zboża zawierające gluten		4 ryby		9 seler	
2 Skorupiaki			8 Orzechy	10 Musztarda	
Obróbka :gotowanie					

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR	Dieta Papkowata
	Kasza jaglana NA MLEKU		Kasza jaglana NA MLEKU	Kasza jaglana NA MLEKU	Kasza jaglana NA MLEKU
ŚNIADANIE	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny	Chleb pszenny
	Masło ekstra Beskidzka	Masło ekstra Beskidzka	Masło ekstra Beskidzka	Masło ekstra Beskidzka	Masło ekstra Beskidzka
	Pasta tuńczykowa ogórek kiszony, pomidor	Pasta tuńczykowa ogórek kiszony, pomidor	Pasta tuńczykowa	Pasta tuńczykowa	Pasta tuńczykowa
	Salata	Salata	Salata, ogórek kiszony	Salata,	Salata,
	Pomidor	Pomidor	Pomidor	Pomidor	Pomidor
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	
	Żurek z kieł	Żurek z kiełbaską	żurek z kiełbaska	Grycikowa z natką pietruszki	Żurek z kiełbaską
OBIAD	Prażuchy ze skwarkami i jajkiem sadzonym	Prażuchy z masłem, ścięte białko jaja	Prażuchy ze skwarkami i jajkiem sadzonym	Prażuchy z masłem, ścięte białko jaja	Prażuchy z masłem, ścięte białko jaja
	Brokuł gotowany z maselkiem	Brokuł gotowany z maselkiem	Warzywa gotowane: marchew, seler, pietruszka	Warzywa gotowane: marchew, seler, pietruszka	Brokuł gotowany
Podwieczorek : banan	Kompot z owoców	Woda z cytryną	Kompot z owoców	Kompot z owoców	Kompot z owoców
KOLACJA	Chleb mieszany	Chleb razowy	Chleb zwykły	Chleb pszenny	Chleb pszenny
	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra	Masło ekstra
	Galareta mięsno-warzywna w pojemniczkach	Galareta mięsno-warzywna	Galareta mięsno-warzywna	Galareta mięsno-warzywna	Galareta mięsno-warzywna
	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa
	Ogórek zielony	Ogórek zielony	Salata	Salata	Salata
	Pomidor	Pomidor	Pomidor	Pomidor	Pomidor
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
II KOLACJA	Mus tymbark z płatkami lub kaszką	kiwi	Mus tymbark z płatkami lub kaszką	Mus tymbark z płatkami lub kaszką	Mus tymbark z płatkami lub kaszką
Wartość dobową					
Kcal	2020	2112	2020	2011	2020
Białko	72,1 g	73 g	72,1 g	70,1 g	72,1 g
Węglowodany	277,3 g	275 g	277,3 g	281 g	277,3 g

Tłuszcze					
Cukry proste	45 g	40 g	45 g	40 g	45 g
Nasycone kwasy tłuszczowe	20,4 g	19 g	20,4 g	19,5 g	20,4 g
Błonnik	40g	41 g	40g	39,1 g	40g
Sól	3,6 g	2,5 g	3,6 g	3,4	3,6 g

Alergeny:**1 zboża zawierające gluten****2 Skorupiaki****Obróbka : gotowaine, duszenie****4 ryby****8 Orzechy****9 seler****10 Musztarda**

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR	Dieta Papkowata
	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM		ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM	MLECZNA Z MAK+H2:I29ARONEM	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM
ŚNIADANIE	Chleb mieszany	Chleb żytni	Chleb mieszany	Chleb pszenny	Chleb pszenny
	Masło ekstra Beskidzka	Masło ekstra Beskidzka	Masło ekstra Beskidzka	Masło ekstra Drobiowa wędlina	Masło ekstra Beskidzka
	Pasta szpinakowa Ogórek zielony, papryka Sałata,	Pasta szpinakowa Ogórek zielony, papryka Sałata,	Pasta szpinakowa Ogórek zielony, papryka Sałata	Pasta szpinakowa Brzoskwinia, pomidor Sałata	Pasta szpinakowa Brzoskwinia, pomidor Sałata,
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem	Kawa z mlekiem
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem z natką pietruszki Ziemniaki	Zupa pomidorowa z ryżem z natką pietruszki Ziemniaki	Zupa pomidorowa z ryżem z natką pietruszki Ziemniaki	Zupa pomidorowa z ryżem z natką pietruszki jarska Ziemniaki	Zupa pomidorowa z ryżem z natką pietruszki Ziemniaki Zmielona roladka drobiowa z warzywami w sosie koperkowym
	Roladka drobiowa z warzywami w sosie koperkowym	Roladka drobiowa z warzywami w sosie koperkowym	Roladka drobiowa z warzywami w sosie koperkowym	Roladka drobiowa z warzywami w sosie koperkowy jarski	
	Fasola szparagowa Kompot z owoców	Fasola szparagowa Woda z cytryną	Fasola szparagowa Kompot z owoców	Buraczki Kompot z owoców	Buraczki Kompot z owoców
Podwieczorek : pałeczki kukurydziane					
KOLACJA	Chleb mieszany	Chleb razowy	Chleb zwykły	Chleb pszenny	Chleb pszenny
	Masło ekstra Chuda pieczeń z dipem jogurtowo-koperkowym	Masło ekstra Chuda pieczeń z dipem jogurtowo-koperkowym	Masło ekstra Chuda pieczeń z dipem jogurtowo-koperkowym	Masło ekstra Chuda pieczeń z dipem jogurtowo-koperkowym	Masło ekstra Chuda pieczeń z dipem jogurtowo-koperkowym
	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa	Polędwica drobiowa
	Ogórek kiszony Pomidor	Ogórek kiszony Pomidor	Sałata Pomidor	Sałata Pomidor	Sałata Pomidor
	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru	Herbata bez cukru
II KOLACJA	Jogurt owocowy	jogurt naturalny	Jogurt owocowy	Jogurt owocowy	Jogurt owocowy

Wartość dobowa

Kcal	2145	2136	2145	2075	2145
Białko	81 g	89,34 g	81 g	74 g	81 g

Węglowodany	259 g	191,85 g	259 g	241,3 g	259 g
Cukry proste	13,5 g	21,40 g	13,5 g	19,3g	13,5 g
Tłuszcze	68,12 g	75,42g	68,12 g	67,3 g	68,12 g
Nasycone kwasy tłuszczowe	18 g	19,2 g	18 g	18 g	18 g
Błonnik	26g	24,3 g	26g	25,2 g	26g
Sól	3g	2,7 g	3g	2,86 g	3g

Alergeny: 1,3,7,9

1 zboża zawierające gluten

2 Skorupiaki

Obróbka: gotowanie, duszenie

4 ryby

8 Orzechy

9 seler

10 Musztarda

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	OS, WRZ, WT, NR	Dieta Papkowata
	RYŻ NA MLEKU		RYŻ NA MLEKU	RYŻ NA MLEKU	RYŻ NA MLEKU
ŚNIADANIE	Chleb mieszany Masło ekstra Szynka wiejska Jajko w sosie jogurtowo- chrzanowym Sałata, pomidor Mandarynka Herbata bez cukru	Chleb żytni Masło ekstra Szynka wiejska Jajko w sosie jogurtowo- chrzanowym Sałata, rzodkiewka Grejfrut Herbata bez cukru	Chleb mieszany Masło ekstra Szynka wiejska Jajko w sosie jogurtowo- chrzanowym Sałata, pomidor Mandarynka Herbata bez cukru	Chleb pszenny Masło ekstra Szynka wiejska Jajko w sosie jogurtowym z koperkiem Sałata, pomidor Mandarynka Herbata bez cukru	Chleb pszenny Masło ekstra Szynka wiejska Jajko w sosie jogurtowym z koperkiem Sałata, pomidor Mandarynka Herbata bez cukru
OBIAD	Lane kluski na rosole Ziemniaki purre z koperkiem Udko duszone w ciemnym sosie Marchew gotowana z groszkiem Kompot z owoców	Lane kluski na rosole Ziemniaki purre z koperkiem Udko duszone w ciemnym sosie Marchew gotowana z groszkiem Woda z cytryną	Lane kluski na rosole Ziemniaki purre z koperkiem Udko gotowane w sosie własnym Marchew gotowana z groszkiem Kompot z owoców	Lane kluski na rosole jarskim Ziemniaki purre z koperkiem Udko gotowane w sosie własnym Marchew gotowana Kompot z owoców	Lane kluski na rosole Ziemniaki purre z koperkiem Udko gotowane w sosie własnym Marchew gotowana Kompot z owoców
KOLACJA	Chleb mieszany Masło ekstra Ogonówka Ryba po grecku z warzywami Pomidor	Chleb razowy Masło ekstra Ogonówka Ryba po grecku z warzywami Pomidor	Chleb zwykły Masło ekstra Ogonówka Ryba po grecku z warzywami Pomidor	Chleb pszenny Masło ekstra Ogonówka Ryba po grecku z warzywami Pomidor	Chleb pszenny Masło ekstra Ogonówka Ryba po grecku z warzywami Pomidor

II KOLACJA	CIASTKA ZBOŻOWE bez cukru	CIASTKA ZBOŻOWE bez cukru	CIASTKA ZBOŻOWE bez cukru	CIASTKA ZBOŻOWE bez cukru	Sok warzywny
Wartość dobową					
Kcal	2190	2089	2190	2034	2190
Białko	103,5 g	102,7 g	103,5 g	100,1 g	103,5 g

Węglowodany	221 g	232 g	221 g	234,5 g	221 g
Cukry proste	28,8 g	21 g	28,8 g	23,1 g	28,8 g
Tłuszczu	64 g	61 g	64 g	57 g	64 g
Nasycone kwasy tłuszczowe	23 g	21,5 g	23 g	18,7 g	23 g
Błonnik	33 g	38 g	33 g	29,4 g	33 g
Sól	4,2 g	4,3 g	4,2 g	3,9 g	4,2 g
Alergeny:	1,3,4,7,9				
1 zboża zawierające gluten		4 ryby		9 seler	
2 Skorupiaki			8 Orzechy	10 Musztarda	
Obróbka:	gotowanie, duszenie				