

JADŁOSPIS DEKADOWY OD 21.09.2024 r. DO 30.09.2024 r.

Data	Rodzaj posiłku	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Diety o zmienionej konsystencji: płynna wzmocniona, papkowata
21.09.2024 r.	Śniadanie 8:00-8:30	herbata czarna z cukrem lane kluski na mleku chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. schab pieczony sałata masłowa, papryka * 1, 3, 6, 7, 8, 10, 11	herbata czarna z cukrem lane kluski na mleku bułka paryska, masło 82% tł. schab pieczony sałata masłowa, pomidor bez skóry * 1, 3, 6, 7, 8, 10, 11	herbata czarna z cukrem lane kluski na mleku bułka paryska schab pieczony sałata masłowa, pomidor bez skóry * 1, 3, 6, 7, 8, 10, 11	herbata czarna kakao na mleku chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. schab pieczony sałata masłowa, papryka * 1, 3, 6, 7, 8, 10, 11	herbata czarna z cukrem lane kluski na mleku zmiksowane z żółtkiem, masłem i musem z przetartych truskawek * 1, 3, 7
	II śniadanie 10:00-11:00	woda mineralna chleb pszenno-żytni ser biały półtłusty pomidor * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb pszenno-żytni ser biały półtłusty pomidor * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb pszenno-żytni ser biały półtłusty pomidor * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb pszenno-żytni ser biały półtłusty pomidor * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna ser biały zmiksowany z mlekiem i musem z jabłka prażonego z dodatkiem zmielonych nasion słonecznika * 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11
	Obiad 13:00-14:30	kompot owocowy grochówka z ziemniakami kurczak pieczony w ziołach sałata lodowa z sosem śmietanowo-jogurtowym ziemniaki z koperkiem * 1, 7, 9, 10	kompot owocowy krupnik z kaszy jęczmiennej klopsik wieprzowy ze szpinakiem w sosie koperkowym marchewka gotowana ziemniaki z koperkiem banan (oddział Położniczy) * 1, 3, 6, 8, 9, 10, 11	kompot owocowy krupnik z kaszy jęczmiennej klopsik wieprzowy ze szpinakiem w sosie koperkowym marchewka gotowana ziemniaki z koperkiem * 1, 3, 6, 8, 9, 10, 11	kompot owocowy grochówka z ziemniakami kurczak pieczony w ziołach sałata lodowa z sosem śmietanowo-jogurtowym ziemniaki z koperkiem * 1, 7, 9, 10	kompot owocowy marchwianka zmiksowana z klopsikiem wieprzowym ze szpinakiem z ziemniakami, selerem z olejem rzepakowym. * 1, 3, 6, 8, 9, 10, 11
	Kolacja/ II kolacja 17:30-18:30/ 20:00-20:30	herbata owocowa z cukrem chleb graham, kajzerka, masło 82% tł. ser żółty typu Gouda, krakowska parzona sałata masłowa, rzodkiewka woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i banana migdały * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka, masło 82% tł. krakowska parzona sałata masłowa, pomidor bez skóry woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i banana * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka krakowska parzona sałata masłowa, pomidor bez skóry woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i banana * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa chleb razowy, masło 82% tł. krakowska parzona sałata masłowa, rzodkiewka woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i banana migdały * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem krupnik z kaszy jęczmiennej zmiksowany z kurczakiem, marchewką selerem z olejem rzepakowym. * 1, 3, 9, 10
	Wartość energetyczna i odżywcza	Energia 2283kcal Białko 129g Tłuszcz ogółem 82g w tym NKT 31g Węglowodany 283g w tym cukry proste 40g Błonnik 30g Sól 5g	Energia 2146kcal Białko 87g Tłuszcz ogółem 70g w tym NKT 29g Węglowodany 315g w tym cukry proste 33g Błonnik 28g Sól 5g	Energia 2102kcal Białko 87g Tłuszcz ogółem 63g w tym NKT 24g Węglowodany 319g w tym cukry proste 33g Błonnik 28g Sól 5g	Energia 1991kcal Białko 94g Tłuszcz ogółem 67g w tym NKT 25g Węglowodany 278g w tym cukry proste 32g Błonnik 33g Sól 5g	Energia 1962kcal Białko 94g Tłuszcz ogółem 75g w tym NKT 27g Węglowodany 244g w tym cukry proste 38g Błonnik 17g Sól 1,5g

Data	Rodzaj posiłku	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Diety o zmienionej konsystencji: płynna wzmocniona, papkowata
22.09.2024 r.	Śniadanie 8:00-8:30	herbata czarna z cukrem płatki ryżowe na mleku chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. szynka z piersi indyka sałata masłowa, pomidor jabłko * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna z cukrem płatki ryżowe na mleku bułka paryska, masło 82% tł. szynka z piersi indyka sałata masłowa, pomidor bez skóry jabłko gotowane * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna z cukrem płatki ryżowe na mleku bułka paryska szynka z piersi indyka sałata masłowa, pomidor bez skóry jabłko gotowane * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna kakao na mleku chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. szynka z piersi indyka sałata masłowa, pomidor jabłko * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna z cukrem płatki ryżowe na mleku zmiśowane z żółtkiem, masłem i musem z przetartych malin. * 1, 3, 7
	II śniadanie 10:00-11:00	woda mineralna chleb pszenno-żytni twarożek rzodkiewka * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb pszenno-żytni twarożek pomidor bez skóry * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb pszenno-żytni twarożek pomidor bez skóry * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb razowy twarożek rzodkiewka * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna kasza manna na mleku z musem z banana i przetartych jagód z dodatkiem zmielonych nasion słonecznika * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11
	Obiad 13:00-14:30	kompot owocowy zacierkowa z ziemniakami sos mięsny duszony z ciecierzycą, pomidorami i cukinią brokuł posypyany prażonymi płatkami migdałowymi makaron pełnoziarnisty * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	kompot owocowy zacierkowa z ziemniakami bitka wieprzowa duszona z cukinią fasolka szparagowa kasza bulgur * 1, 3, 9, 10	kompot owocowy zacierkowa z ziemniakami bitka wieprzowa duszona z cukinią fasolka szparagowa kasza bulgur * 1, 3, 9, 10	kompot owocowy zacierkowa z ziemniakami sos mięsny duszony z ciecierzycą, pomidorami i cukinią brokuł posypyany prażonymi płatkami migdałowymi makaron pełnoziarnisty * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	kompot owocowy zacierkowa z pomidorami zmiśowana z bitką wieprzową, marchewką, cukinią, selerem, ziemniakiem z olejem rzepakowym * 1, 3, 9, 10
	Kolacja/ II kolacja 17:30-18:30\ 20:00-20:30	herbata owocowa z cukrem chleb graham, kajzerka, masło 82% tł. szynka wieprzowa sałata masłowa, ogórek zielony woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i jagód orzechy laskowe * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka, masło 82% tł. szynka wieprzowa sałata masłowa, pomidor bez skóry woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i jagód * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka szynka wieprzowa sałata masłowa, pomidor bez skóry woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i jagód * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa chleb razowy, masło 82% tł. szynka wieprzowa sałata masłowa, ogórek zielony woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i jagód orzechy laskowe * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem krupnik z kaszy bulgur z ziemniakami zmiśowany z łopatką wieprzową, marchewką, selerem z olejem rzepakowym. * 1, 9, 10
	Wartość energetyczna i odżywcza	Energia 2158kcal Białko 93g Tłuszcz ogółem 76g w tym NKT 28g Węglowodany 302g w tym cukry proste 24g Błonnik 30g Sól 5g	Energia 2034kcal Białko 84g Tłuszcz ogółem 65g w tym NKT 27g Węglowodany 299g w tym cukry proste 36g Błonnik 24g Sól 4,8g	Energia 2010kcal Białko 86g Tłuszcz ogółem 58g w tym NKT 21g Węglowodany 280g w tym cukry proste 35g Błonnik 25g Sól 4,7g	Energia 2036kcal Białko 87g Tłuszcz ogółem 74g w tym NKT 27g Węglowodany 261g w tym cukry proste 25g Błonnik 30g Sól 4,8g	Energia 2108kcal Białko 90g Tłuszcz ogółem 89g w tym NKT 31g Węglowodany 258g w tym cukry proste 37g Błonnik 24g Sól 1,2g

Data	Rodzaj posiłku	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Diety o zmienionej konsystencji: płynna wzmocniona, papkowata
23.09.2024 r.	Śniadanie 8:00-8:30	herbata czarna z cukrem kasza kukurydziana na mleku chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. twarożek ze szczypiorkiem rzodkiewka arbuz * 1, 3, 6, 7, 8, 11	herbata czarna z cukrem kasza kukurydziana na mleku bułka paryska, masło 82% tł. twarożek pomidor bez skóry arbuz * 1, 3, 6, 7, 8, 11	herbata czarna z cukrem kasza kukurydziana na mleku bułka paryska twarożek pomidor bez skóry arbuz * 1, 3, 6, 7, 8, 11	herbata czarna mleko chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. twarożek ze szczypiorkiem rzodkiewka arbuz * 1, 3, 6, 7, 8, 11	herbata czarna z cukrem kasza kukurydziana na mleku zmiksowana z żółtkiem, masłem i musem z przetartych truskawek. * 1, 3, 7
	II śniadanie 10:00-11:00	woda mineralna chleb pszenno-żytni schab pieczony pomidor * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	woda mineralna chleb pszenno-żytni schab pieczony pomidor bez skóry * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	woda mineralna chleb pszenno-żytni schab pieczony pomidor bez skóry * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	woda mineralna chleb razowy schab pieczony pomidor * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	woda mineralna, kleik z kaszy jaglanej zmiksowany z musem z prażonych jabłek z dodatkiem zmielonych nasion słonecznika * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11
	Obiad 13:00-14:30	kompot owocowy pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym pieczony kotlet mielony z dorsza ze szpinakiem surówka z kiszzonej kapusty, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym ziemniaki z koperkiem * 1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11	kompot owocowy grysikowa z kaszą manną filet z dorsza pieczony buraczki z jabłkiem ziemniaki z koperkiem * 1, 4, 9, 10	kompot owocowy grysikowa z kaszą manna filet z dorsza pieczony buraczki z jabłkiem ziemniaki z koperkiem * 1, 4, 9, 10	kompot owocowy pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym pieczony kotlet mielony z dorsza ze szpinakiem surówka z kiszzonej kapusty, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym ziemniaki z koperkiem * 1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11	kompot owocowy kartoflanka zmiksowana z filetem z dorsza, marchewką, selerem z dodatkiem oleju rzepakowego. * 1, 4, 9, 10
	Kolacja/ II kolacja 17:30-18:30 20:00-20:30	herbata owocowa z cukrem chleb graham, kajzerka, masło 82% tł. jajko na twardo, polędwica wieprzowa sałata masłowa, pomidor woda mineralna, koktajl z jogurtu naturalnego i malin orzechy włoskie * 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka, masło 82% tł. jajko na pół miękko, polędwica wieprzowa sałata masłowa, pomidor bez skóry woda mineralna, koktajl z jogurtu naturalnego i malin * 1, 3, 6, 7, 8, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka polędwica wieprzowa sałata masłowa, pomidor bez skóry woda mineralna, koktajl z jogurtu naturalnego i malin * 1, 3, 6, 7, 8, 11	herbata owocowa chleb razowy, masło 82% tł. jajko na twardo, polędwica wieprzowa sałata masłowa, pomidor woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i malin orzechy włoskie * 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem grysikowa z pomidorami zmiksowana z jajkiem, marchewką, selerem z olejem rzepakowym. * 1, 3, 9, 10.
	Wartość energetyczna i odżywcza	Energia 2108kcal Białko 92g Tłuszcz ogółem 72g w tym NKT 25g Węglowodany 299g w tym cukry proste 28g Błonnik 30g Sól 5,5g	Energia 2041kcal Białko 86g Tłuszcz ogółem 52g w tym NKT 21g Węglowodany 283g w tym cukry proste 30g Błonnik 24g Sól 4,6g	Energia 2001kcal Białko 94g Tłuszcz ogółem 40g w tym NKT 13g Węglowodany 308g w tym cukry proste 31g Błonnik 25g Sól 5,4g	Energia 2075kcal Białko 84g Tłuszcz ogółem 50g w tym NKT 20g Węglowodany 259g w tym cukry proste 21g Błonnik 33g Sól 5g	Energia 1992kcal Białko 62g Tłuszcz ogółem 55g w tym NKT 18g Węglowodany 227g w tym cukry proste 35g Błonnik 18g Sól 1,4g

Data	Rodzaj posiłku	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Diety o zmienionej konsystencji: płynna wzmocniona, papkowata
24.09.2024 r.	Śniadanie 8:00-8:30	herbata czarna z cukrem płatki orkiszowe na mleku chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. schab pieczony sałata masłowa, ogórek zielony nektarynka * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna z cukrem płatki orkiszowe na mleku bułka paryska, masło 82% tł. schab pieczony sałata masłowa, pomidor bez skóry nektarynka * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna z cukrem płatki orkiszowe na mleku bułka paryska schab pieczony sałata masłowa, pomidor bez skóry nektarynka * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna płatki orkiszowe krótko gotowane na mleku chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. schab pieczony sałata masłowa, ogórek zielony nektarynka * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna z cukrem płatki orkiszowe na mleku z żółtkiem, masłem i musem z przetartych borówek * 1, 3, 7
	II śniadanie 10:00-11:00	woda mineralna chleb pszenno-żytni serek wiejski pomidor * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb pszenno-żytni serek wiejski pomidor bez skóry * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb pszenno-żytni serek wiejski pomidor bez skóry * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb razowy serek wiejski pomidor * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna ryż na mleku zmiksowany z bananem z dodatkiem zmielonych nasion słonecznika * 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11
	Obiad 13:00-14:30	kompot owocowy krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami połędwica wieprzowa duszona z suszonymi pomidorami surówka z sałaty lodowej, rukoli i papryki z prażonymi nasionami słonecznika w sosie winegret ziemniaki z koperkiem * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	kompot owocowy barszcz czerwony z ziemniakami zraz wołowy gotowany w jarzynach brokuł kasza jęczmienna * 1, 9, 10	kompot owocowy barszcz czerwony z ziemniakami zraz wołowy gotowany w jarzynach brokuł kasza jęczmienna * 1, 9, 10	kompot owocowy barszcz czerwony z ziemniakami zraz wołowy gotowany w jarzynach brokuł kasza jęczmienna * 1, 9, 10	kompot owocowy zupa z cukinii z ziemniakami zmiksowana z bitką wieprzową, marchewką, selerem z dodatkiem oleju rzepakowego * 1, 9, 10
	Kolacja/ II kolacja 17:30-18:30\ 20:00-20:30	herbata owocowa z cukrem chleb graham, kajzerka, masło 82% tł. ser żółty typu Gouda, krakowska parzona sałata masłowa, rzodkiewka woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i truskawek migdały * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka, masło 82% tł. krakowska parzona sałata masłowa, pomidor bez skóry woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i truskawek * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka krakowska parzona sałata masłowa, pomidor bez skóry woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i truskawek * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa chleb razowy, masło 82% tł. krakowska parzona sałata masłowa, rzodkiewka woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i truskawek migdały * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem barszcz czerwony z ziemniakami zmiksowany z gulaszem wołowym, marchewką, selerem z olejem rzepakowym. * 1, 9, 10
	Wartość energetyczna i odżywcza	Energia 2112kcal Białko 95g Tłuszcz ogółem 68g w tym NKT 30g Węglowodany 305g w tym cukry proste 23g Błonnik 30g Sól 5g	Energia 2008kcal Białko 93g Tłuszcz ogółem 63g w tym NKT 29g Węglowodany 290g w tym cukry proste 36g Błonnik 26g Sól 4,9g	Energia 1984kcal Białko 94g Tłuszcz ogółem 49g w tym NKT 20g Węglowodany 290g w tym cukry proste 36g Błonnik 26g Sól 4,9g	Energia 1929kcal Białko 89g Tłuszcz ogółem 70g w tym NKT 28g Węglowodany 265g w tym cukry proste 15g Błonnik 32g Sól 4,8g	Energia 1907kcal Białko 113g Tłuszcz ogółem 56g w tym NKT 21g Węglowodany 228g w tym cukry proste 50g Błonnik 20g Sól 1,8g

Data	Rodzaj posiłku	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Diety o zmienionej konsystencji: płynna wzmocniona, papkowata
25.09.2024 r.	Śniadanie 8:00-8:30	herbata czarna z cukrem kasza manna na mleku chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. jajko na twardo, połówka wieprzowa roszponka, papryka gruszka * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna z cukrem kasza manna na mleku bułka paryska, masło 82% tł. jajko na pół miękko, połówka wieprzowa wieprzowa roszponka, pomidor bez skóry jabłko gotowane * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna z cukrem kasza manna na mleku bułka paryska połówka wieprzowa roszponka, pomidor bez skóry jabłko gotowane * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna kakao na mleku chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. jajko na twardo, połówka wieprzowa roszponka, papryka gruszka * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna z cukrem kasza manna na mleku zmięszana z żółtkiem, masłem i musem z przetartych jagód. * 1, 3, 7
	II śniadanie 10:00-11:00	woda mineralna chałka drożdżowa * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chałka drożdżowa * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb pszenno-żytni serek naturalny typu Fromage pomidor bez skóry * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb razowy serek naturalny typu Fromage pomidor * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chałka drożdżowa rozmoczona w mleku z musem z przetartych malin z dodatkiem zmielonych nasion słonecznika * 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11
	Obiad 13:00-14:30	kompot owocowy strogonow z wołowiny z makaronem, papryką, pieczarkami i cebulą leniwe pierogi z białym serem * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	kompot owocowy brokułowa z pomidorami i z ziemniakami kurczak gotowany, kremowy sos z dyni sałata masłowa z sosem jogurtowym ziemniaki z koperkiem * 1, 7, 9, 10	kompot owocowy brokułowa z pomidorami i z ziemniakami kurczak gotowany, kremowy sos z dyni sałata masłowa z sosem jogurtowym ziemniaki z koperkiem * 1, 7, 9, 10	kompot owocowy brokułowa z pomidorami i z ziemniakami kurczak gotowany, kremowy sos z dyni sałata masłowa z sosem jogurtowym ziemniaki z koperkiem * 1, 7, 9, 10	kompot owocowy zmięszana z kurczakiem, marchewką, selerem z olejem rzepakowym. * 1, 3, 9, 10
	Kolacja/ II kolacja 17:30-18:30\ 20:00-20:30	herbata owocowa z cukrem chleb graham, kajzerka, masło 82% tł. szynka wieprzowa pieczony filet z dorsza surówka z sałaty lodowej, rukoli i pomidora z nasionami słonecznika w sosie winegret woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i borówek płatki miodowe * 1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka, masło 82% tł. szynka wieprzowa pieczony filet z dorsza surówka z sałaty lodowej, rukoli i pomidora z nasionami słonecznika w sosie winegret (pomidor b/skóry, nasiona słonecznika zmielone) woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i borówek * 1, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka szynka wieprzowa pieczony filet z dorsza surówka z sałaty lodowej, rukoli i pomidora z nasionami słonecznika w sosie winegret (pomidor b/skóry, nasiona słonecznika zmielone) woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i borówek * 1, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa chleb razowy, masło 82% tł. szynka wieprzowa pieczony filet z dorsza surówka z sałaty lodowej, rukoli i pomidora z nasionami słonecznika w sosie winegret woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i borówek płatki miodowe * 1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem brokułowa z pomidorami zmięszana z filetem z dorsza, marchewką, selerem, ziemniakiem z olejem rzepakowym. * 1, 4, 9, 10.
	Wartość energetyczna i odżywcza	Energia 2010kcal Białko 85g Tłuszcz ogółem 75g w tym NKT 28g Węglowodany 327g w tym cukry proste 55g Błonnik 32g Sól 5g	Energia 2008kcal Białko 84g Tłuszcz ogółem 50g w tym NKT 20g Węglowodany 297g w tym cukry proste 54g Błonnik 21g Sól 5g	Energia 1960kcal Białko 84g Tłuszcz ogółem 43g w tym NKT 15g Węglowodany 301g w tym cukry proste 53g Błonnik 21g Sól 5g	Energia 1952kcal Białko 82g Tłuszcz ogółem 74g w tym NKT 28g Węglowodany 271g w tym cukry proste 29g Błonnik 35g Sól 5g	Energia 1974kcal Białko 89g Tłuszcz ogółem 88g w tym NKT 29g Węglowodany 226g w tym cukry proste 36g Błonnik 20g Sól 1,4g

Data	Rodzaj posiłku	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Diety o zmienionej konsystencji: płynna wzmocniona, papkowata
26.09.2024 r.	Śniadanie 8:00-8:30	herbata czarna z cukrem kawa zbożowa na mleku chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. serek wiejski sałata masłowa, ogórek zielony arbuz * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna z cukrem kawa zbożowa na mleku bułka paryska, masło 82% tł. serek wiejski sałata masłowa, pomidor bez skóry arbuz * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna z cukrem kawa zbożowa na mleku bułka paryska serek wiejski sałata masłowa, pomidor bez skóry arbuz * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna kawa zbożowa na mleku chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. serek wiejski sałata masłowa, ogórek zielony arbuz * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna z cukrem kasza jaglana na mleku zmięszana z żółtkiem, masłem i musem z banana * 1, 3, 7
	II śniadanie 10:00-11:00	woda mineralna chleb pszenno-żytni szynka z piersi indyka pomidor * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb pszenno-żytni szynka z piersi indyka pomidor bez skóry * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb pszenno-żytni szynka z piersi indyka pomidor bez skóry * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb razowy szynka z piersi indyka pomidor * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna jogurt naturalny zmięszany z białym serem z musem z przetartych truskawek z dodatkiem zmielonych nasion słonecznika * 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11
	Obiad 13:00-14:30	kompot owocowy kapuśniak z ziemniakami schab pieczony, sos żurawinowy surówka z kapusty pekińskiej i ananasa z chrzanem kasza pęczak na sypko * 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11	kompot owocowy pomidorowa z makaronem filet z indyka gotowany w jarzynach fasolka szparagowa ryż biały * 1, 7, 9, 10	kompot owocowy pomidorowa z makaronem filet z indyka gotowany w jarzynach fasolka szparagowa ryż biały * 1, 7, 9, 10	kompot owocowy kapuśniak z ziemniakami bitka schabowa gotowana w jarzynach surówka z kapusty pekińskiej i ananasa z chrzanem kasza pęczak na sypko * 1, 7, 9, 10	kompot owocowy pomidorowa z makaronem zmięszana z filetem z indyka, marchewką, selerem z olejem rzepakowym. * 1, 9, 10
	Kolacja/ II kolacja 17:30-18:30/ 20:00-20:30	herbata owocowa z cukrem chleb graham, kajzerka, masło 82% tł. schab pieczony sałata masłowa, papryka woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i truskawek orzechy laskowe * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka, masło 82% tł. schab pieczony sałata masłowa, pomidor bez skóry woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i truskawek * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka schab pieczony sałata masłowa, pomidor bez skóry woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i truskawek * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa chleb razowy, masło 82% tł. schab pieczony sałata masłowa, papryka woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i truskawek orzechy laskowe * 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem krupnik z kaszy bulgur zmięszany z bitką wieprzową, marchewką, ziemniakiem, selerem z olejem rzepakowym. * 1, 9, 10.
	Wartość energetyczna i odżywcza	Energia 2179kcal Białko 95g Tłuszcz ogółem 68g w tym NKT 25g Węglowodany 273g w tym cukry proste 31g Błonnik 30g Sól 6g	Energia 2094kcal Białko 92g Tłuszcz ogółem 61g w tym NKT 23g Węglowodany 268g w tym cukry proste 24g Błonnik 20g Sól 4,4g	Energia 1970kcal Białko 92g Tłuszcz ogółem 48g w tym NKT 14g Węglowodany 272g w tym cukry proste 29g Błonnik 20g Sól 4,4g	Energia 2069kcal Białko 91g Tłuszcz ogółem 63g w tym NKT 21g Węglowodany 234g w tym cukry proste 15g Błonnik 29g Sól 5,1g	Energia 1909kcal Białko 107g Tłuszcz ogółem 64g w tym NKT 22g Węglowodany 211g w tym cukry proste 35g Błonnik 13g Sól 1,4g

Data	Rodzaj posiłku	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Diety o zmienionej konsystencji: płynna wzmocniona, papkowata
27.09.2024 r.	Śniadanie 8:00-8:30	herbata czarna z cukrem płatki owsiane na mleku chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. twarożek ze szczypiorkiem rzodkiewka banan * 1, 3, 6, 7, 8, 11	herbata czarna z cukrem płatki owsiane na mleku bułka paryska, masło 82% tł. twarożek pomidor bez skóry banan * 1, 3, 6, 7, 8, 11	herbata czarna z cukrem płatki owsiane na mleku bułka paryska twarożek pomidor bez skóry banan * 1, 3, 6, 7, 8, 11	herbata czarna płatki owsiane na mleku krótko gotowane chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. twarożek ze szczypiorkiem rzodkiewka jabłko * 1, 3, 6, 7, 8, 11	herbata czarna z cukrem płatki owsiane na mleku zmiksovane z żółtkiem, masłem i musem z malin.* 1, 3, 7
	II śniadanie 10:00-11:00	woda mineralna chałka drożdżowa * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chałka drożdżowa * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chałka drożdżowa * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna kefir * 7	woda mineralna kleik z płatków ryżowych zmiksovany z jogurtem naturalnym, bananem i musem z jagód z dodatkiem zmielonych nasion słonecznika *1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11
	Obiad 13:00-14:30	kompot owocowy jarzynowa z kalafiozem i fasolką szparagową filet z dorsza pieczony z cukinią, papryką i czerwoną cebulą surówka z białej kapusty z olejem rzepakowym ziemniaki z koperkiem * 1, 4, 7, 9, 10	kompot owocowy krupnik z ryżu pulpet z dorsza z natką pietruszki w sosie pomidorowym surówka z sałaty lodowej, rukoli i pomidora z dodatkiem zmielonych nasion słonecznika w sosie winegret ziemniaki z koperkiem * 1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	kompot owocowy krupnik z ryżu pulpet z dorsza z natką pietruszki w sosie pomidorowym surówka z sałaty lodowej, rukoli i pomidora z dodatkiem zmielonych nasion słonecznika w sosie winegret ziemniaki z koperkiem * 1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	kompot owocowy jarzynowa z kalafiozem i fasolką szparagową filet z dorsza pieczony z cukinią, papryką i czerwoną cebulą surówka z białej kapusty z olejem rzepakowym ziemniaki z koperkiem * 1, 4, 7, 9, 10	kompot owocowy grysikowa z kaszą manną zmiksovana z pulpetem z dorsza, marchewką, selerem z olejem rzepakowym. * 1, 3, 4, 9, 10
	Kolacja/ II kolacja 17:30-18:30\ 20:00-20:30	herbata owocowa z cukrem chleb graham, kajzerka, masło 82% tł. serek naturalny typu fromage, jajko na twardo ze szczypiorkiem sałata masłowa, pomidor woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i jagód orzechy włoskie * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka, masło 82% tł. serek naturalny typu fromage, jajko na pół miękko sałata masłowa, pomidor bez skóry woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i jagód * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka serek naturalny typu fromage sałata masłowa, pomidor bez skóry woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i jagód * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa chleb razowy, kajzerka, masło 82% tł. serek naturalny typu fromage, jajko na twardo ze szczypiorkiem sałata masłowa, pomidor woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i jagód orzechy włoskie * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem zupa z cukinii z ziemniakami zmiksovany z jajkiem, marchewką selerem z olejem rzepakowym. * 1, 3, 9, 10
	Wartość energetyczna i odżywcza	Energia 2389kcal Białko 94g Tłuszcz ogółem 73g w tym NKT 31g Węglowodany 330g w tym cukry proste 46g Błonnik 34g Sól 4g	Energia 2201kcal Białko 89g Tłuszcz ogółem 60g w tym NKT 30g Węglowodany 303g w tym cukry proste 45g Błonnik 21g Sól 3,8g	Energia 2044kcal Białko 84g Tłuszcz ogółem 46g w tym NKT 22g Węglowodany 301g w tym cukry proste 44g Błonnik 20g Sól 3,5g	Energia 2089kcal Białko 88g Tłuszcz ogółem 71g w tym NKT 31g Węglowodany 267g w tym cukry proste 30g Błonnik 33g Sól 3,3g	Energia 1824kcal Białko 73g Tłuszcz ogółem 49g w tym NKT 17g Węglowodany 268g w tym cukry proste 42g Błonnik 24g Sól 1,8g

Data	Rodzaj posiłku	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Diety o zmienionej konsystencji: płynna wzmocniona, papkowata
28.09.2024 r.	Śniadanie 8:00-8:30	herbata czarna z cukrem lane kluski na mleku chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. połędwica wieprzowa sałata masłowa, papryka * 1, 3, 6, 7, 8, 10, 11	herbata czarna z cukrem lane kluski na mleku bułka paryska, masło 82% tł. połędwica wieprzowa sałata masłowa, pomidor bez skóry * 1, 3, 6, 7, 8, 10, 11	herbata czarna z cukrem lane kluski na mleku bułka paryska połędwica wieprzowa sałata masłowa, pomidor bez skóry * 1, 3, 6, 7, 8, 10, 11	herbata czarna kakao na mleku chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. połędwica wieprzowa sałata masłowa, papryka * 1, 3, 6, 7, 8, 10, 11	herbata czarna z cukrem lane kluski na mleku zmiksowane z żółtkiem, masłem i musem z przetartych truskawek * 1, 3, 7
	II śniadanie 10:00-11:00	woda mineralna chleb pszenno-żytni ser biały półtłusty pomidor * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb pszenno-żytni ser biały półtłusty pomidor * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb pszenno-żytni ser biały półtłusty pomidor * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb razowy ser biały półtłusty pomidor * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna ser biały zmiksowany z mlekiem i bananem z dodatkiem zmielonych nasion słonecznik * 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11
	Obiad 13:00-14:30	kompot owocowy rosół z makaronem bitka wieprzowa duszona w jarzynach fasolka szparagowa ziemniaki z koperkiem * 1, 9, 10, 11	kompot owocowy jarzynowa z fasolką szparagową z pomidorami i z ziemniakami klopsik wieprzowy ze szpinakiem w sosie koperkowym buraczki gotowane ziemniaki z koperkiem banan (oddział Położniczy) * 1, 3, 6, 8, 9, 10, 11	kompot owocowy jarzynowa z fasolką szparagową z pomidorami i z ziemniakami klopsik wieprzowy ze szpinakiem w sosie koperkowym buraczki gotowane ziemniaki z koperkiem * 1, 3, 6, 8, 9, 10, 11	kompot owocowy jarzynowa z fasolką szparagową z pomidorami z ziemniakami bitka wieprzowa duszona w jarzynach fasolka szparagowa ziemniaki z koperkiem * 1, 9, 10, 11	kompot owocowy barszcz czerwony zmiksowany z klopsikiem wieprzowym ze szpinakiem, marchewką, selerem z olejem rzepakowym. 1, 3, 6, 8, 9, 10, 11
	Kolacja/ II kolacja 17:30-18:30 \ 20:00-20:30	herbata owocowa z cukrem chleb graham, kajzerka, masło 82% tł. ser żółty typu Gouda, krakowska parzona sałata masłowa, rzodkiewka woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i banana migdały * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka, masło 82% tł. krakowska parzona sałata masłowa, pomidor bez skóry woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i banana * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka krakowska parzona sałata masłowa, pomidor bez skóry woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i banana * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa chleb razowy, masło 82% tł. krakowska parzona sałata masłowa, rzodkiewka woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i banana migdały * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem jarzynowa z fasolką szparagową z ziemniakami, zmiksowana ze zrazem wieprzowym, marchewką selerem z olejem rzepakowym. * 1, 9, 10
	Wartość energetyczna i odżywcza	Energia 2283kcal Białko 129g Tłuszcz ogółem 82g w tym NKT 31g Węglowodany 283g w tym cukry proste 40g Błonnik 30g Sól 5g	Energia 2146kcal Białko 87g Tłuszcz ogółem 70g w tym NKT 29g Węglowodany 315g w tym cukry proste 33g Błonnik 28g Sól 5g	Energia 2102kcal Białko 87g Tłuszcz ogółem 63g w tym NKT 24 g Węglowodany 319g w tym cukry proste 33g Błonnik 28g Sól 5g	Energia 1981kcal Białko 94g Tłuszcz ogółem 67g w tym NKT 25g Węglowodany 278g w tym cukry proste 32g Błonnik 33g Sól 5g	Energia 1962kcal Białko 94g Tłuszcz ogółem 75g w tym NKT 27g Węglowodany 244g w tym cukry proste 38g Błonnik 17g Sól 1,5g

Data	Rodzaj posiłku	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Diety o zmienionej konsystencji: płynna wzmocniona, papkowata					
29.09.2024 r.	Śniadanie 8:00-8:30	herbata czarna z cukrem kasza kukurydziana na mleku chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. szynka z piersi indyka sałata masłowa, pomidor jabłko * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna z cukrem kasza kukurydziana na mleku bułka paryska, masło 82% tł. szynka z piersi indyka sałata masłowa, pomidor bez skóry jabłko gotowane * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna z cukrem kasza kukurydziana na mleku bułka paryska szynka z piersi indyka sałata masłowa, pomidor bez skóry jabłko gotowane * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna mleko chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. szynka z piersi indyka sałata masłowa, pomidor jabłko * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata czarna z cukrem kasza kukurydziana na mleku zmiksowane z żółtkiem, masłem i muszem z przetartych borówek. * 1, 3, 7					
	II śniadanie 10:00-11:00	woda mineralna chleb pszenno-żytni twarożek ogórek zielony * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb pszenno-żytni twarożek pomidor bez skóry * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb pszenno-żytni twarożek pomidor bez skóry * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb razowy twarożek ogórek zielony * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna, jogurt naturalny zmiksowany z muszem z malin z dodatkiem zmielonych nasion słonecznika. * 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11					
	Obiad 13:00-14:30	kompot owocowy ogórkowa z ziemniakami gulasz wieprzowy duszony z soczewicą i papryką surówka z kapusty pekińskiej i ogórka zielonego z nasionami słonecznika z olejem rzepakowym kasza jęczmienna na sypko * 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	kompot owocowy pomidorowa z ryżem białym bitka wieprzowa gotowana w jarzynach brokuł kasza jęczmienna * 1, 9, 10	kompot owocowy pomidorowa z ryżem białym bitka wieprzowa gotowana w jarzynach kasza jęczmienna * 1, 9, 10	kompot owocowy ogórkowa z ziemniakami gulasz wieprzowy duszony z soczewicą i papryką surówka z kapusty pekińskiej i ogórka zielonego z nasionami słonecznika z olejem kasza jęczmienna na sypko * 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	kompot owocowy pomidorowa z ryżem zmiksowana z bitką wieprzową, marchewką, selerem z olejem rzepakowym. * 1, 9, 10					
	Kolacja/ II kolacja 17:30-18:30\ 20:00-20:30	herbata owocowa z cukrem chleb graham, kajzerka, masło 82% tł. serek naturalny, polędwica wieprzowa sałata masłowa, papryka woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i malin orzechy laskowe * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka, masło 82% tł. serek naturalny, polędwica wieprzowa sałata masłowa, pomidor bez skóry woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i malin * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka serek naturalny, polędwica wieprzowa sałata masłowa, pomidor bez skóry woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i malin * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa chleb razowy, masło 82% tł. serek naturalny, polędwica wieprzowa wieprzowa sałata masłowa, papryka woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i malin orzechy laskowe * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem krupnik z kaszy jęczmiennej zmiksowany z gulaszem wieprzowym, marchewką, selerem z olejem rzepakowym * 1, 9, 10					
	Wartość energetyczna i odżywcza	Energia	2197kcal	Energia	2051kcal	Energia	2012kcal	Energia	2000kcal	Energia	1967kcal
		Białko	87g	Białko	91g	Białko	91g	Białko	81g	Białko	90g
Tłuszcz ogółem		90g	Tłuszcz ogółem	61g	Tłuszcz ogółem	47g	Tłuszcz ogółem	85g	Tłuszcz ogółem	89g	
w tym NKT		35g	w tym NKT	28g	w tym NKT	19g	w tym NKT	33g	w tym NKT	31g	
Węglowodany		285g	Węglowodany	265g	Węglowodany	274g	Węglowodany	258g	Węglowodany	217g	
w tym cukry proste		33g	w tym cukry proste	23g	w tym cukry proste	32g	w tym cukry proste	30g	w tym cukry proste	30g	
Błonnik		29g	Błonnik	21g	Błonnik	21g	Błonnik	32g	Błonnik	17g	
Sól		4,5g	Sól	4,3g	Sól	4,2g	Sól	4,5g	Sól	1,2g	

Data	Rodzaj posiłku	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Diety o zmienionej konsystencji: płynna wzmocniona, papkowata					
30.09.2024 r.	Sniadanie 8:00-8:30	herbata czarna z cukrem płatki orkiszowe na mleku chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. twarożek ze szczypiorkiem rzodkiewka arbuz * 1, 3, 6, 7, 8, 11	herbata czarna z cukrem płatki orkiszowe na mleku bułka paryska, masło 82% tł. twarożek pomidor bez skóry arbuz * 1, 3, 6, 7, 8, 11	herbata czarna z cukrem płatki orkiszowe na mleku bułka paryska twarożek pomidor bez skóry arbuz * 1, 3, 6, 7, 8, 11	herbata czarna z cukrem płatki orkiszowe chleb graham, chleb razowy masło 82% tł. twarożek ze szczypiorkiem rzodkiewka arbuz * 1, 3, 6, 7, 8, 11	herbata czarna z cukrem płatki orkiszowe na mleku zmiksowana z żółtkiem, masłem i musem z przetartych jagód. * 1, 3, 7					
	II śniadanie 10:00-11:00	woda mineralna chleb pszenno-żytni schab pieczony roszponka * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb pszenno-żytni schab pieczony roszponka * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb pszenno-żytni schab pieczony roszponka * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna chleb razowy schab pieczony roszponka * 1, 3, 6, 7, 8, 11	woda mineralna, kleik z kaszy jaglanej zmiksowany z białym serem i musem z jabłka z dodatkiem zmielonych nasion słonecznika. * 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11					
	Obiad 13:00-14:30	kompot owocowy pomidorowa z ryżem brązowym kotlet schabowy bigos z kiszzonej kapusty ziemniaki z koperkiem * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	kompot owocowy zacierkowa z ziemniakami pulpet z indyka z natką pietruszki w sosie pomidorowym surówka z sałaty lodowej, rukoli i pomidora z nasionami słonecznika z olejem rzepakowym ryż biały * 1, 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11	kompot owocowy zacierkowa z ziemniakami pulpet z indyka z natką pietruszki w sosie pomidorowym surówka z sałaty lodowej, rukoli i pomidora z nasionami słonecznika z olejem rzepakowym ryż biały * 1, 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11	kompot owocowy zacierkowa z ziemniakami pulpet z indyka z natką pietruszki w sosie pomidorowym surówka z sałaty lodowej, rukoli i pomidora z nasionami słonecznika z olejem rzepakowym ryż brązowy * 1, 3, 6, 8, 9, 10, 11	kompot owocowy zacierkowa z ziemniakami zmiksowana z pulpetem z indyka z marchewką, selerem z olejem rzepakowym. * 1, 3, 6, 8, 9, 10, 11					
	Kolacja/ II kolacja 17:30-18:30\ 20:00-20:30	herbata owocowa z cukrem chleb graham, kajzerka, masło 82% tł. szynka wieprzowa, jajko na twardo sałata masłowa, pomidor woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i borówek płatki migdałowe * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka masło 82% tł. szynka wieprzowa, jajko na pół miękkie sałata masłowa, pomidor bez skóry woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i borówek * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem bułka paryska, kajzerka szynka wieprzowa, jajko na pół miękkie sałata masłowa, pomidor bez skóry woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i borówek * 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa chleb razowy, masło 82% tł. szynka wieprzowa, jajko na twardo sałata masłowa, pomidor woda mineralna koktajl z jogurtu naturalnego i borówek płatki migdałowe * 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	herbata owocowa z cukrem pomidorowa z ryżem zmiksowana z bitką schabową, marchewką, selerem z olejem rzepakowym. * 1, 9, 10					
	Wartość energetyczna i odżywcza	Energia	2191kcal	Energia	2024kcal	Energia	2008kcal	Energia	2000kcal	Energia	2007kcal
		Białko	104g	Białko	92g	Białko	91g	Białko	91g	Białko	114g
Tłuszcz ogółem		76g	Tłuszcz ogółem	66g	Tłuszcz ogółem	52g	Tłuszcz ogółem	79g	Tłuszcz ogółem	79g	
w tym NKT		26g	w tym NKT	27g	w tym NKT	17g	w tym NKT	28g	w tym NKT	26g	
Węglowodany		297g	Węglowodany	285g	Węglowodany	280g	Węglowodany	254g	Węglowodany	243g	
w tym cukry proste		26g	w tym cukry proste	29g	w tym cukry proste	25g	w tym cukry proste	23g	w tym cukry proste	34g	
Błonnik		31g	Błonnik	23g	Błonnik	23g	Błonnik	32g	Błonnik	21g	
Sól	6g	Sól	5g	Sól	5g	Sól	5g	Sól	1,2g		

***SUBSTANCJE I PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI WYSTĘPUJĄCE W POSILKACH:**

SYMBOL	SUBSTANCJA
1	Gluten
2	Skorupiaki
3	Jaja
4	Ryby
5	Orzeszki ziemne
6	Soja
7	Mleko
8	Orzechy
9	Seler
10	Gorzycza
11	Nasiona sezamu
12	Dwutlenek siarki
13	Łubin
14	Mięczaki

Sporządziła mgr inż. Katarzyna Zielinska - specjalista ds. żywienia i dietetyki