

DIETA PODSTAWOWA							
Data	25.06.2025	26.06.2025	27.06.2025	28.06.2025	29.06.2025	30.06.2025	1.07.2025
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie /II śniadanie	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1,3,7,9,10)</u> Pasta z jaj 50g <u>(3)</u> Ogórek 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml Gruszka 1szt Wafle ryżowe 30g	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1,3,7,9,10)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Sok owocowo-warzywny 330ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Twaróg w kawałku 50g <u>(7)</u> Miód 20g Pomidor 70g Kawa zbożowa bez cukru 250ml Banan 1szt	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1,3,7,9,10)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Kefir 150g <u>(7)</u>	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Pasztet 50g <u>(1,3,7,9,10)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko 1szt wafle ryżowe 30g	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Twarożek 50g <u>(7)</u> Dżem 25g Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(7)</u> Jogurt naturalny 150g <u>(7)</u>	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Parówka z szynki o zaw. 80% mięsa 100g <u>(1,3,7,9,10)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 200g
Obiad/Po dwieczor ek	Zupa ziemniaczana 350ml <u>(1,9)</u> Ziemniaki 200g Kurczak pieczony 150g <u>(9)</u> Mizeria 150g <u>(7)</u> Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g <u>(7)</u>	Zupa ryżowa 350ml <u>(1,9)</u> Kopytka z sosem pieczarkowym 300g <u>(1,3,9)</u> Surówka z kapusty 150g Woda z cytryną 200ml Bułka z wędliną 70g <u>(1,3,7,9,10)</u>	Zupa jarzynowa 350ml <u>(1,7,9)</u> Ziemniaki 200g Kotlet rybny 100g <u>(1,3,4)</u> Surówka z kapusty kiszonej 150g Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g <u>(7)</u>	Zupa szpinakowa 350ml <u>(1,7,9)</u> Makaron z twarogiem i sosem waniliowym 350g <u>(7)</u> Woda z cytryną 200ml Jabłko suszone 17g Herbatniki (1,3,7,8)	Rosół z makaronem 350ml <u>(1,3,9)</u> Ryż 200g Gulasz drobiowy 150g <u>(1,9)</u> Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Sok pomidorowy 330g	Zupa z fasolki szparagowej 350ml <u>(1,9)</u> Makaron 200g <u>(1,3)</u> Pulpet wieprzowy w sosie jarzynowym 150g <u>(1,3,9)</u> Surówka z selera i jabłka 150g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml Jabłko 1szt Biszkopty 30g <u>(1,7)</u>	Zupa grysikowa 350ml <u>(1,3,7,9)</u> Ziemniaki 200g Bigos z młodej kapusty 250g <u>(1,3,7,9,10)</u> Woda z cytryną 200ml Serek homogenizowany 1szt <u>(7)</u>
Kolacja	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Ser żółty 40g <u>(7)</u> Pomidor 70g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleciną 100g <u>(1,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Sałatka makaronowa 150g <u>(1,3,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Pasta z wędliny z zieleciną 100g <u>(1,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1,3,7,9,10)</u> Jajko gotowane 50g <u>(3)</u> Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Sałatka ryżowa 150g <u>(1,3,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Pasta z kurczaka z warzywami 100g <u>(9,10)</u> Pomidor 70g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 2000kcal; B: 87g; T: 77g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 199g w tym cukry: 27g; Bł: 22g; Sól: 4g	E: 2299kcal; B: 65g; T: 78g; Kw. tł. nas.: 35g; W: 252g w tym cukry: 20g; Bł: 19g; Sól: 5g	E: 2278kcal; B: 67g; T: 85g; Kw. tł. nas.: 30g; W: 253g w tym cukry: 32g; Bł: 22g; Sól: 4g	E: 2011kcal; B: 68g; T: 74g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 215g w tym cukry: 17g; Bł: 18g; Sól: 5g	E: 2070kcal; B: 60g; T: 61g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 257g w tym cukry: 29g; Bł: 24g; Sól: 5g	E: 2135kcal; B: 69g; T: 82g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 271g w tym cukry: 28g; Bł: 26g; Sól: 4g	E: 2057kcal; B: 92g; T: 86g; Kw. tł. nas.: 26g; W: 219g w tym cukry: 28g; Bł: 22g; Sól: 4g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA PODSTAWOWA – ODDZIAŁ DZIECIĘCY							
Data	25.06.2025	26.06.2025	27.06.2025	28.06.2025	29.06.2025	30.06.2025	1.07.2025
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie /II śniadanie	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 40g (1,3,7,9,10) Pasta z jaj 50g (3) Ogórek 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml Gruszka 1szt Wafle ryżowe 30g	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Sok owocowo-warzywny 330ml	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Twaróg w kawałku 50g (7) Miód 20g Pomidor 70g Kawa zbożowa bez cukru 250ml Banan 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Galaretka owocowa 200g	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Pasztet 50g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko 1szt wafle ryżowe 30g	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Twarożek 50g (7) Dżem 25g Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (7) Jogurt naturalny 150g (7)	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Parówka z szynki o zaw. 80% mięsa 100g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 200g
Obiad/Po dwieczor ek	Zupa ziemniaczana 350ml (1,9) Ziemniaki 200g Kurczak pieczony 150g (9) Mizeria 150g (7) Woda z cytryną 200ml Kasza manna z jabłkiem 150g (1,7)	Zupa ryżowa 350ml (1,9) Kopytka z sosem pieczarkowym 300g (1,3,9) Surówka z kapusty 150g Woda z cytryną 200ml Bułka z wędliną 70g (1,3,7,9,10)	Zupa jarzynowa 350ml (1,7,9) Ziemniaki 200g Kotlet rybny 100g (1,3,4) Surówka z kapusty kiszzonej 150g Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g (7)	Zupa szpinakowa 350ml (1,7,9) Makaron z twarogiem i sosem waniliowym 350g (7) Woda z cytryną 200ml Jabłko suszone 17g Herbatniki (1,3,7,8)	Rosół z makaronem 350ml (1,3,9) Ryż 200g Gulasz drobiowy 150g 150g (1,9) Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Kisiel 200g	Zupa z fasolki szparagowej 350ml (1,9) Makaron 200g (1,3) Pulpet wieprzowy w sosie jarzynowym 150g (1,3,9) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Jabłko 1szt Biszkopty 30g (1,7)	Zupa grysikowa 350ml (1,3,7,9) Ziemniaki 200g Bigos z młodej kapusty 250g (1,3,7,9,10) Woda z cytryną 200ml Serek homogenizowany 1szt (7)
Kolacja	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 10g (7) Ser żółty 40g (7) Pomidor 70g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Pasta z twarogu i wędliny z zieleciną 100g (1,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 10g (7) Sałatka makaronowa 150g (1,3,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 10g (7) Pasta z wędliny z zieleciną 100g (1,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Jajko gotowane 50g (3) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Sałatka ryżowa 150g (1,3,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 10g (7) Pasta z kurczaka z warzywami 100g (9,10) Pomidor 70g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 2000kcal; B: 87g; T: 77g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 199g w tym cukry: 27g; Bł: 22g; Sól: 4g	E: 2299kcal; B: 65g; T: 78g; Kw. tł. nas.: 35g; W: 252g w tym cukry: 20g; Bł: 19g; Sól: 5g	E: 2278kcal; B: 67g; T: 85g; Kw. tł. nas.: 30g; W: 253g w tym cukry: 32g; Bł: 22g; Sól: 4g	E: 2011kcal; B: 68g; T: 74g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 215g w tym cukry: 17g; Bł: 18g; Sól: 5g	E: 2070kcal; B: 60g; T: 61g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 257g w tym cukry: 29g; Bł: 24g; Sól: 5g	E: 2135kcal; B: 69g; T: 82g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 271g w tym cukry: 28g; Bł: 26g; Sól: 4g	E: 2057kcal; B: 92g; T: 86g; Kw. tł. nas.: 26g; W: 219g w tym cukry: 28g; Bł: 22g; Sól: 4g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA PODSTAWOWA – ODDZIAŁ PSYCHIATRYCZNY							
Data	25.06.2025	26.06.2025	27.06.2025	28.06.2025	29.06.2025	30.06.2025	1.07.2025
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie /II śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 350g (7) Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 40g (1,3,7,9,10) Pasta z jaj 50g (3) Ogórek 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml Gruszka 1szt Wafle ryżowe 30g	Płatki owsiane na mleku 350g (7) Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Sok owocowo-warzywny 330ml	Kasza manna na mleku 350g (7) Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Twaróg w kawałku 50g (7) Miód 20g Pomidor 70g Kawa zbożowa bez cukru 250ml Banan 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Kefir 150g (7)	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Pasztet 50g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko 1szt wafle ryżowe 30g	Zacierka na mleku 350g (1,3,7) Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Twarożek 50g (7) Dżem 25g Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jogurt naturalny 150g (7)	Płatki ryżowe na mleku 350g (7) Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 200g
Obiad/Po dwieczor ek	Zupa ziemniaczana 350ml (1,9) Ziemniaki 200g Kurczak pieczony 150g (9) Mizeria 150g (7) Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g (7)	Zupa ryżowa 350ml (1,9) Kopytka z sosem pieczarkowym 300g (1,3,9) Surówka z kapusty 150g Woda z cytryną 200ml Bułka z wędliną 70g (1,3,7,9,10)	Zupa jarzynowa 350ml (1,7,9) Ziemniaki 200g Kotlet rybny 100g (1,3,4) Surówka z kapusty kiszzonej 150g Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g (7)	Zupa szpinakowa 350ml (1,7,9) Makaron z twarogiem i sosem waniliowym 350g (7) Woda z cytryną 200ml Jabłko suszone 17g Herbatniki (1,3,7,8)	Rosół z makaronem 350ml (1,3,9) Ryż 200g Gulasz drobiowy 150g (1,9) Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Sok pomidorowy 330g	Zupa z fasolki szparagowej 350ml (1,9) Makaron 200g (1,3) Pulpet wieprzowy w sosie jarzynowym 150g (1,3,9) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Jabłko 1szt Biszkopty 30g (1,7)	Zupa grysikowa 350ml (1,3,7,9) Ziemniaki 200g Bigos z młodej kapusty 250g (1,3,7,9,10) Woda z cytryną 200ml Serek homogenizowany 1szt (7)
Kolacja	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 10g (7) Ser żółty 40g (7) Pomidor 70g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 100g (1,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 10g (7) Sałatka makaronowa 150g (1,3,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 10g (7) Pasta z wędliny z zieleniną 100g (1,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Jajko gotowane 50g (3) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Sałatka ryżowa 150g (1,3,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 10g (7) Pasta z kurczaka z warzywami 100g (9,10) Pomidor 70g Herbata z cytryną 250ml

Wartość odżywcza	E: 2311kcal; B: 98g; T: 83g; Kw. tł. nas.: 26g; W: 233g w tym cukry: 41g; Bł: 24g; Sól: 5g	E: 2491kcal; B: 74g; T: 92g; Kw. tł. nas.: 37g; W: 275g w tym cukry: 29g; Bł: 21g; Sól: 5g	E: 2470kcal; B: 75g; T: 92g; Kw. tł. nas.: 32g; W: 276g w tym cukry: 40g; Bł: 24g; Sól: 4g	E: 2061kcal; B: 73g; T: 76g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 223g w tym cukry: 21g; Bł: 18g; Sól: 5g	E: 2151kcal; B: 65g; T: 64g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 268g w tym cukry: 34g; Bł: 24g; Sól: 5g	E: 2378kcal; B: 81g; T: 92g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 294g w tym cukry: 43g; Bł: 26g; Sól: 4g	E: 2256kcal; B: 100g; T: 92g; Kw. tł. nas.: 28g; W: 246g w tym cukry: 38g; Bł: 23g; Sól: 4g
------------------	--	--	--	--	--	--	---

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA ŁATWOSTRAWNA							
Data	25.06.2025	26.06.2025	27.06.2025	28.06.2025	29.06.2025	30.06.2025	1.07.2025
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie /II śniadanie	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 40g (1,3,7,9,10) Pasta z jaj 50g (3) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml Jabłko 1szt Wafle ryżowe 30g	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Sok owocowo-warzywny 330ml	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Twaróg w kawałku 50g (7) Miód 20g Pomidor 70g Kawa zbożowa bez cukru 250ml Banan 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Kefir 150g (7)	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Paszтет 50g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko 1szt wafle ryżowe 30g	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Twarożek 50g (7) Dżem 25g Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (7) Jogurt naturalny 150g (7)	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Parówka z szynki o zaw. 80% mięsa 100g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 200g
Obiad/Po dwieczorek	Zupa ziemniaczana 350ml (1,9) Ziemniaki 200g Kurczak gotowany 150g (9) Sos jarzynowy 50g (1,9) Fasolka szparagowa gotowana 150g Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g (7)	Zupa ryżowa 350ml (1,9) Kopytka z sosem jarzynowym 300g (1,3,9) Surówka z warzyw i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Bułka z wędliną 70g (1,3,7,9,10)	Zupa jarzynowa 350ml (1,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet rybny w sosie koperkowym 150g (1,3,4,9) Kalafior gotowany 150g Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g (7)	Zupa szpinakowa 350ml (1,7,9) Makaron z twarogiem i sosem waniliowym 350g (7) Woda z cytryną 200ml Jabłko suszone 17g Herbatniki (1,3,7,8)	Rosół z makaronem 350ml (1,3,9) Ryż 200g Gulasz drobiowy 150g 150g (1,9) Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Sok pomidorowy 330g	Zupa z fasolki szparagowej 350ml (1,9) Makaron 200g (1,3) Pulpet wieprzowy w sosie jarzynowym 150g (1,3,9) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Jabłko 1szt Biskopity 30g (1,7)	Zupa grysikowa 350ml (1,3,7,9) Ziemniaki 200g Gulasz wieprzowy gotowany 150g (1,9) Brokuł gotowany 150g Woda z cytryną 200ml Serek homogenizowany 1szt (7)
Kolacja	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 10g (7) Ser żółty 40g (7) Pomidor 70g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 100g (1,3,7,9,10) Pomidor 70g	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 10g (7) Sałatka makaronowa 150g (1,3,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 10g (7) Pasta z wędliny z zieleniną 100g (1,3,7,9,10) Pomidor 70g	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Jajko gotowane 50g (3) Pomidor 70g	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Sałatka ryżowa 150g (1,3,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 10g (7) Pasta z kurczaka z warzywami 100g (9,10) Pomidor 70g Herbata z cytryną 250ml

		Salata 5g Herbata z cytryną 250ml	Herbata z cytryną 250ml	Salata 5g Herbata z cytryną 250ml	Salata 5g Herbata z cytryną 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
Wartość odżywcza	E: 2000kcal; B: 87g; T: 77g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 199g w tym cukry: 27g; Bł: 22g; Sól: 4g	E: 2299kcal; B: 65g; T: 78g; Kw. tł. nas.: 35g; W: 252g w tym cukry: 20g; Bł: 19g; Sól: 5g	E: 2129kcal; B: 62g; T: 78g; Kw. tł. nas.: 30g; W: 236g w tym cukry: 33g; Bł: 22g; Sól: 4g	E: 2011kcal; B: 68g; T: 74g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 215g w tym cukry: 17g; Bł: 18g; Sól: 5g	E: 2070kcal; B: 60g; T: 61g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 257g w tym cukry: 29g; Bł: 24g; Sól: 5g	E: 2135kcal; B: 69g; T: 82g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 271g w tym cukry: 28g; Bł: 26g; Sól: 4g	E: 1957kcal; B: 80g; T: 81g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 217g w tym cukry: 29g; Bł: 23g; Sól: 4g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU							
Data	25.06.2025	26.06.2025	27.06.2025	28.06.2025	29.06.2025	30.06.2025	1.07.2025
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie /II śniadanie	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 40g (1,3,7,9,10) Dżem 25g Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml Jabłko 1szt Wafle ryżowe 30g	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Sok owocowo-warzywny 330ml	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Twaróg w kawałku 50g (7) Miód 20g Pomidor 70g Kawa zbożowa bez cukru 250ml Banan 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Kefir 150g (7)	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko 1szt wafle ryżowe 30g	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Twarożek 50g (7) Dżem 25g Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (7) Jogurt naturalny 150g (7)	Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (7) Parówka z szynki o zaw. 80% mięsa 100g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 200g
Obiad/Po dwieczorek	Zupa ziemniaczana 350ml (1,9) Ziemniaki 200g Kurczak gotowany 150g (9) Sos jarzynowy 50g (1,9) Fasolka szparagowa gotowana 150g Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g (7)	Zupa ryżowa 350ml (1,9) Kopytka z sosem jarzynowym 300g (1,3,9) Surówka z warzyw i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Bułka z wędliną 70g (1,3,7,9,10)	Zupa jarzynowa 350ml (1,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet rybny w sosie koperkowym 150g (1,3,4,9) Kalafior gotowany 150g Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g (7)	Zupa szpinakowa 350ml (1,7,9) Makaron z twarogiem i sosem waniliowym 350g (7) Woda z cytryną 200ml Jabłko suszone 17g Herbatniki (1,3,7,8)	Rosół z makaronem 350ml (1,3,9) Ryż 200g Gulasz drobiowy 150g 150g (1,9) Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Sok pomidorowy 330g	Zupa z fasolki szparagowej 350ml (1,9) Makaron 200g (1,3) Pulpet wieprzowy w sosie jarzynowym 150g (1,3,9) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Jabłko 1szt Biszkopty 30g (1,7)	Zupa grysikowa 350ml (1,3,7,9) Ziemniaki 200g Gulasz wieprzowy gotowany 150g (1,9) Brokuł gotowany 150g Woda z cytryną 200ml Serek homogenizowany 1szt (7)

Kolacja	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 100g <u>(1,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Sałatka makaronowa 150g <u>(1,3,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Pasta z wędliny z zieleniną 100g <u>(1,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1,3,7,9,10)</u> Jajko gotowane 50g <u>(3)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Sałatka ryżowa 150g <u>(1,3,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Pasta z kurczaka z warzywami 100g <u>(9,10)</u> Pomidor 70g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 2000kcal; B: 87g; T: 77g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 199g w tym cukry: 27g; Bł: 22g; Sól: 4g	E: 2299kcal; B: 65g; T: 78g; Kw. tł. nas.: 35g; W: 252g w tym cukry: 20g; Bł: 19g; Sól: 5g	E: 2129kcal; B: 62g; T: 78g; Kw. tł. nas.: 30g; W: 236g w tym cukry: 33g; Bł: 22g; Sól: 4g	E: 2011kcal; B: 68g; T: 74g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 215g w tym cukry: 17g; Bł: 18g; Sól: 5g	E: 2070kcal; B: 60g; T: 61g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 257g w tym cukry: 29g; Bł: 24g; Sól: 5g	E: 2135kcal; B: 69g; T: 82g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 271g w tym cukry: 28g; Bł: 26g; Sól: 4g	E: 1957kcal; B: 80g; T: 81g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 217g w tym cukry: 29g; Bł: 23g; Sól: 4g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA ŁATWOSTRAWNA – DZIECI DO LAT 3							
Data	25.06.2025	26.06.2025	27.06.2025	28.06.2025	29.06.2025	30.06.2025	1.07.2025
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie /II śniadanie	Pieczywo mieszane 50g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Pasta z jaj 50g <u>(3)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml Jabłko 1szt	Pieczywo mieszane 50g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Sok owocowo-warzywny 330ml	Pieczywo mieszane 50g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Twaróg w kawałku 30g <u>(7)</u> Miód 20g Pomidor 70g Kawa zbożowa bez cukru 250ml Banan 1szt	Pieczywo mieszane 50g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Serek kanapkowy 34g <u>(7)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Galaretka owocowa 200g	Pieczywo mieszane 50g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Serek kanapkowy 34g <u>(7)</u> Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko 1szt	Pieczywo mieszane 50g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Twarożek 50g <u>(7)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(7)</u> Jogurt naturalny 150g <u>(7)</u>	Pieczywo mieszane 50g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Serek kanapkowy 34g <u>(7)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 200g
Obiad/Po dwieczor ek	Zupa ziemniaczana 250ml <u>(1,9)</u> Ziemniaki 100g Kurczak gotowany 75g <u>(9)</u> Sos jarzynowy 30g <u>(1,9)</u> Fasolka szparagowa gotowana 75g Woda z cytryną 200ml Kasza manna z jabłkiem 150g <u>(1,7)</u>	Zupa ryżowa 250ml <u>(1,9)</u> Kopytka z sosem jarzynowym 150g <u>(1,3,9)</u> Surówka z warzyw i jabłka 75g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml Bułka z wędliną 70g <u>(1,3,7,9,10)</u>	Zupa jarzynowa 250ml <u>(1,7,9)</u> Ziemniaki 100g Pulpet rybny w sosie koperkowym 100g <u>(1,3,4,9)</u> Kalafior gotowany 75g Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g <u>(7)</u>	Zupa szpinakowa 250ml <u>(1,7,9)</u> Makaron z twarogiem i sosem waniliowym 150g <u>(7)</u> Woda z cytryną 200ml Jabłko 1szt	Rosół z makaronem 250ml <u>(1,3,9)</u> Ryż 100g Gulasz drobiowy 100g 100g <u>(1,9)</u> Surówka z marchewki i jabłka 75g Woda z cytryną 200ml Kisiel 200g	Zupa z fasolki szparagowej 250ml <u>(1,9)</u> Makaron 100g <u>(1,3)</u> Pulpet wieprzowy w sosie jarzynowym 100g <u>(1,3,9)</u> Surówka z selera i jabłka 75g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml Jabłko 1szt	Zupa grysikowa 250ml <u>(1,3,7,9)</u> Ziemniaki 100g Gulasz wieprzowy gotowany 100g <u>(1,9)</u> Brokuł gotowany 75g Woda z cytryną 200ml Serek homogenizowany 1szt <u>(7)</u>

Kolacja	Pieczywo mieszane 50g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 50g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 50g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 50g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 50g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 50g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 50g <u>(1)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Pasta z kurczaka z warzywami 40g <u>(9,10)</u> Pomidor 70g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 975kcal; B: 36g; T: 28g; Kw. tł. nas.: 10g; W: 105g w tym cukry: 16g; Bł: 10g; Sól: 1g	E: 1123kcal; B: 37g; T: 32g; Kw. tł. nas.: 11g; W: 130g w tym cukry: 8g; Bł: 9g; Sól: 2g	E: 980kcal; B: 28g; T: 29g; Kw. tł. nas.: 11g; W: 160g w tym cukry: 20g; Bł: 8g; Sól: 1g	E: 1000kcal; B: 29g; T: 30g; Kw. tł. nas.: 9g; W: 107g w tym cukry: 8g; Bł: 7g; Sól: 2g	E: 1020kcal; B: 26g; T: 24g; Kw. tł. nas.: 7g; W: 98g w tym cukry: 13g; Bł: 9g; Sól: 2g	E: 1100kcal; B: 36g; T: 37g; Kw. tł. nas.: 13g; W: 140g w tym cukry: 13g; Bł: 12g; Sól: 1g	E: 982kcal; B: 34g; T: 30g; Kw. tł. nas.: 10g; W: 102g w tym cukry: 10g; Bł: 8g; Sól: 1g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW							
Data	25.06.2025	26.06.2025	27.06.2025	28.06.2025	29.06.2025	30.06.2025	1.07.2025
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie /II śniadanie	Pieczywo razowe 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1,3,7,9,10)</u> Pasta z jaj 50g <u>(3)</u> Ogórek 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml Gruszka 1szt orzechy włoskie 30g <u>(8)</u>	Pieczywo razowe 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1,3,7,9,10)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jogurt naturalny 150g <u>(7)</u>	Pieczywo razowe 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Twaróg w kawałku 50g <u>(7)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Kawa zbożowa bez cukru 250ml Jabłko 1szt orzechy włoskie 30g <u>(8)</u>	Pieczywo razowe 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1,3,7,9,10)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Kefir 150g <u>(7)</u>	Pieczywo razowe 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Paszтет 50g <u>(1,3,7,9,10)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko 1szt orzechy włoskie 30g <u>(8)</u>	Pieczywo razowe 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Twarożek 50g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(7)</u> Jogurt naturalny 150g <u>(7)</u>	Pieczywo razowe 100g <u>(1)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Parówka z szynki o zaw. 80% mięsa 100g <u>(1,3,7,9,10)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Kanapka z wędliną 65g <u>(1,3,7,9,10)</u>
Obiad/Po dwieczor ek	Zupa ziemniaczana 350ml <u>(1,9)</u> Ziemniaki 200g Kurczak gotowany 150g <u>(9)</u> Fasolka szparagowa gotowana 150g Woda z cytryną 200ml	Zupa ryżowa 350ml <u>(1,9)</u> Makaron ze szpinakiem 350g <u>(1,3,9)</u> Woda z cytryną 200ml	Zupa jarzynowa 350ml <u>(1,7,9)</u> Ziemniaki 200g Pulpet rybny 150g <u>(1,3,4,9)</u> Kalafior gotowany 150g Woda z cytryną 200ml	Zupa szpinakowa 350ml <u>(1,7,9)</u> Makaron razowy z brokułem 350g <u>(1,3)</u> Woda z cytryną 200ml	Rosół z makaronem 350ml <u>(1,3,9)</u> Ryż 200g Gulasz drobiowy 150g <u>(1,9)</u> Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml	Zupa z fasolki szparagowej 350ml <u>(1,9)</u> Makaron razowy 200g <u>(1,3)</u> Pulpet wieprzowy gotowany 80g <u>(1,3,9)</u> Surówka z selera i jabłka 150g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml	Zupa grysikowa 350ml <u>(1,3,7,9)</u> Ziemniaki 200g Gulasz wieprzowy gotowany 150g <u>(1,9)</u> Brokuł gotowany 150g Woda z cytryną 200ml

	Jogurt naturalny 150g (7)	Kanapka z wędliną 70g (1,3,7,9,10)	Jogurt naturalny 150g (7)	Kanapka z wędliną 65g (1,3,7,9,10)	Serek wiejski 150g (7)	Kanapka z wędliną 65g (1,3,7,9,10)	Serek homogenizowany naturalny 1szt (7)
Kolacja	Pieczywo razowe 100g (1) Masło 10g (7) Ser żółty 40g (7) Pomidor 70g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo razowe 100g (1) Masło 20g (7) Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 100g (1,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo razowe 100g (1) Masło 10g (7) Sałatka makaronowa 150g (1,3,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo razowe 100g (1) Masło 10g (7) Pasta z wędliny z zieleniną 100g (1,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo razowe 100g (1) Masło 20g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Jajko gotowane 50g (3) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo razowe 100g (1) Masło 20g (7) Sałatka ryżowa 150g (1,3,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo razowe 100g (1) Masło 10g (7) Pasta z kurczaka z warzywami 100g (9,10) Pomidor 70g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 2000kcal; B: 87g; T: 77g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 199g w tym cukry: 27g; Bł: 22g; Sól: 4g	E: 2027kcal; B: 84g; T: 90g; Kw. tł. nas.: 40g; W: 199g w tym cukry: 14g; Bł: 23g; Sól: 5g	E: 2107kcal; B: 76g; T: 96g; Kw. tł. nas.: 32g; W: 221g w tym cukry: 26g; Bł: 33g; Sól: 5g	E: 2011kcal; B: 71g; T: 77g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 198g w tym cukry: 14g; Bł: 26g; Sól: 5g	E: 2000kcal; B: 57g; T: 69g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 221g w tym cukry: 29g; Bł: 34g; Sól: 5g	E: 2075kcal; B: 68g; T: 86g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 239g w tym cukry: 14g; Bł: 37g; Sól: 4g	E: 2041kcal; B: 84g; T: 94g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 197g w tym cukry: 18g; Bł: 38g; Sól: 5g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

Wykaz alergenów

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

8. **Orzechy**, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;

9. **Seler** i produkty pochodne.

10. **Gorczyca** i produkty pochodne.

11. **Nasiona sezamu** i produkty pochodne.

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

13. **Łubin** i produkty pochodne.

14. **Mięczaki** i produkty pochodne.