

Dieta podstawowa

11.11.2024r - 17.11.2024r

II
śniadanie
obiad
podwieczorek
kolacja
posiłek
nocny

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
śniadanie	Masło, pieczywo razowe, grahamka, herbata Makaron gotowany na mleku 40g/250ml Polędwica sopocka 50g Fasolka szparagowa 80g	Masło, pieczywo razowe, grahamka, herbata Płatki owsiane górskie gotowane na mleku 40g/250ml Mozzarella z pomidorem 150g	Masło, pieczywo razowe, grahamka, herbata Kasza jaglana gotowana na mleku 40g/250ml Krakowska parzona 50g Bukiet warzyw 80g	Masło, pieczywo razowe, grahamka, herbata Płatki gryczane gotowane na mleku 40g/250ml Kielbasa szynkowa 50g Ogórki kiszane 80g	Masło, pieczywo razowe, grahamka, herbata Kasza manna na mleku 40g/250ml Twarożek ze szczypiorkiem 50g Fasolka szparagowa 80g	Masło, pieczywo razowe, grahamka, herbata Płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml Polędwica sopocka 50g Bukiet warzyw 80g	Masło, pieczywo razowe, grahamka, herbata Płatki jęczmienne gotowane na mleku 40g/250ml Pasta z ciecierzycy z papryką mieloną 50g Kalafior 80g
obiad	Kompot owocowy Schab pieczony w sosie własnym 150g Ziemniaki 400g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 150g Zupa neapolitańska fit z makaronem 500ml	Kompot owocowy Zupa szpinakowa z ziemniakami 500ml Ryż z cynamonem, jogurtem i jabłkiem 250g	Kompot owocowy Zupa włoska z makar. pełn. 500ml Kotlet z kurczaka pieczony 150g Buraczki duszone 150g	Kompot owocowy Zupa kalafiorowa 500ml Kurczak gotowany w jarzynach 180g Surówka z kiszanej kapusty 150g	Kompot owocowy Zupa dyniowa 500ml Ryba pieczona 120g Ryż biały 80g Bukiet warzyw gotowanych 80g	Kompot owocowy Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Spaghetti pełn. z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 250g	Kompot owocowy Zupa koperkowa z ziemniakami 500ml Udka pieczone z dynią i ziemniakami 150g/80g/400g
podwieczorek							
kolacja	Masło, pieczywo razowe, grahamka Kakao z mlekiem Bukiet warzyw 80g Filet maślany 50g	Masło, pieczywo razowe, grahamka, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml Polędwica sopocka 50g Brokuły 80g	Masło, pieczywo razowe, grahamka Polędwica sopocka 50g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml Buraczki z jabłkiem i jogurtem naturalnym 80g	Masło, pieczywo razowe, grahamka, herbata Ryż na mleku z cynamonem (zupa) 250ml Krakowska parzona 50g Buraki 80g	Masło, pieczywo razowe, grahamka, herbata Sałatka ze śledzia i ogórka kiszonego 150g	Masło, pieczywo razowe, grahamka, herbata Kielbasa szynkowa 50g Sałatka z brokuła i marchewki 80g	Masło, pieczywo razowe, grahamka Kawa zbożowa z mlekiem 250ml Krakowska parzona 50g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 80g
posiłek nocny	Kisiel z wit C 160 ml	Jabłko 1szt	Kefir 200g	Mandarynki 2 szt	Budyń na mleku 160 ml	Jabłko 1 szt	Galaretka owocowa 160 ml

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły -1; bułka pszenna -1; chleb żytni razowy -1,6; bułka grahamka -1,6; masło extra -7; zupa ziemniaczana -9,9; kasza manna -1,7; ryż na mleku -7; płatki gryczane - 7; płatki owsiane 1,7; płatki ryżowe na mleku -7; makaron na mleku - 1,7; zupa neapolitańska - 1,7,9; ; zupa koperkowa -7,9; zupa kalafiorowa-7,9; zupa pomidorowa - 7,9; zupa włoska - 1,7,9; zupa dyniowa 7,9; zupa szpinakowa - 7,9; zupa koperkowa - 7,9; budyń na mleku -7; kakao -7; kawa zbożowa - 1,7; sałatka ze śledzia -4; kotlet z kurczaka - 1;

Dieta łatwostrawna

11.11.2024r - 17.11.2024r

II
śniadanie
obiad
podwieczorek
kolacja
posiłek
nocny

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
śniadanie	Masło, pieczywo, herbata Makaron gotowany na mleku 40g/250ml Polędwica sopocka 50g Fasolka szparagowa 80g	Masło, pieczywo, herbata Płatki owsiane górskie gotowane na mleku 40g/250ml Mozzarella z pomidorem 150g	Masło, pieczywo, herbata Kasza jaglana gotowana na mleku 40g/250ml Krakowska parzona 50g Bukiet warzyw 80g	Masło, pieczywo, herbata Płatki gryczane gotowane na mleku 40g/250ml Kielbasa szynkowa 50g Kalafor 80g	Masło, pieczywo, herbata Kasza manna na mleku 40g/250ml Twarożek ze szczypiorkiem 50g Fasolka szparagowa 80g	Masło, pieczywo, herbata Płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml Polędwica sopocka 50g Bukiet warzyw 80g	Masło, pieczywo, herbata Płatki jęczmienne gotowane na mleku 40g/250ml Pasta z ciecierzycy z papryką mieloną 50g Kalafor 80g
obiad	Kompot owocowy Schab pieczony w sosie własnym 150g Ziemniaki 400g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 150g Zupa neapolitańska fit z makaronem 500ml	Kompot owocowy Zupa szpinakowa z ziemniakami 500ml Ryż z cynamonem, jogurtem i jabłkiem 250g	Kompot owocowy Zupa włoska z makar. pełn. 500ml Kotlet z kurczaka pieczony 150g Buraczki duszone 150g	Kompot owocowy Zupa kalafiorowa 500ml Kurczak gotowany w jarzynach 180g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g	Kompot owocowy Zupa dyniowa 500ml Ryba pieczona 120g Ryż biały 80g Bukiet warzyw gotowanych 80g	Kompot owocowy Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Spaghetti pełn. z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 250g	Kompot owocowy Zupa koperkowa z ziemniakami 500ml Udka pieczone z dynią i ziemniakami 150g/80g/400g
kolacja	Masło, pieczywo Kakao z mlekiem Bukiet warzyw 80g Filet maślany 50g	Masło, pieczywo, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml Polędwica sopocka 50g Brokuły 80g	Masło, pieczywo Polędwica sopocka 50g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml Buraczki z jabłkiem i jogurtem naturalnym 80g	Masło, pieczywo, herbata Ryż na mleku z cynamonem (zupa) 250ml Krakowska parzona 50g Buraki 80g	Masło, pieczywo, herbata Filet maślany 50g Brokuł 80g	Masło, pieczywo, herbata Kielbasa szynkowa 50g Sałatka z brokuła i marchewki 80g	Masło, pieczywo Kawa zbożowa z mlekiem 250ml Krakowska parzona 50g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 80g
posiłek nocny	Kisiel z wit C 160 ml	Jabłko 1szt	Kefir 200g	Mandarynki 2 szt	Budyń na mleku 160 ml	Jabłko 1 szt	Galaretka owocowa 160 ml

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły -1; bułka pszenna -1; chleb żytni razowy -1,6; bułka grahamka -1,6; masło extra -7; zupa ziemniaczana -9,9; kasza manna -1,7; ryż na mleku -7; płatki gryczane - 7; płatki owsiane 1,7; płatki ryżowe na mleku -7; makaron na mleku - 1,7,9; ; zupa koperkowa -7,9; zupa kalafiorowa-7,9; zupa pomidorowa - 7,9; zupa włoska - 1,7,9; zupa dyniowa 7,9; zupa szpinakowa - 7,9; zupa koperkowa - 7,9; budyń na mleku -7; kakao -7; kawa zbożowa - 1,7; sałatka ze śledzia -4; kotlet z kurczaka - 1;

Dieta cukrzycowa

11.11.2024r - 17.11.2024r

II
śniadanie
śniadanie
obiad
podwieczorek
kolacja
posiłek
nocny

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
śniadanie	Masło, pieczywo, herbata Zupa ziemniaczana 250ml Polędwica sopocka 50g Fasolka szparagowa 80g	Masło, pieczywo, herbata Zupa ziemniaczana 250ml Mozzarella z pomidorem 150g	Masło, pieczywo, herbata Zupa ziemniaczana 250ml Krakowska parzona 50g Bukiet warzyw 80g	Masło, pieczywo, herbata Zupa ziemniaczana 250ml Kiełbasa szynkowa 50g Ogórki kiszane 80g	Masło, pieczywo, herbata Zupa ziemniaczana 250ml Twarożek ze szczypiorkiem 50g Fasolka szparagowa 80g	Masło, pieczywo, herbata Zupa ziemniaczana 250ml Polędwica sopocka 50g Bukiet warzyw 80g	Masło, pieczywo, herbata Zupa ziemniaczana 250ml Pasta z ciecierzycy z papryką mieloną 50g Kalańfior 80g
śniadanie	Kefir 200ml	Ogórek Polędwica sopocka Chleb żytni razowy	Smoothie jabłko-owoce jagodowe	Mandarynki	Chleb żytni razowy Twarożek ze szczypiorkiem Ogórek	Skyr	Sok warzywno-owocowy
obiad	Kompot owocowy Schab pieczony w sosie własnym 150g Ziemniaki 400g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 150g Zupa neapolitańska fit z makaronem 500ml	Kompot owocowy Zupa szpinakowa z ziemniakami 500ml Ryż z cynamonem, jogurtem i jabłkiem 250g	Kompot owocowy Zupa włoska z makar. pełn. 500ml Kotlet z kurczaka pieczony 150g Buraczki duszone 150g	Kompot owocowy Zupa kalafiorowa 500ml Kurczak gotowany w jarzynach 180g Surówka z kiszanej kapusty 150g	Kompot owocowy Zupa dyniowa 500ml Ryba pieczona 120g Ryż biały 80g Bukiet warzyw gotowanych 80g	Kompot owocowy Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Spaghetti pełn. z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 250g	Kompot owocowy Zupa koperkowa z ziemniakami 500ml Udka pieczone z dynią i ziemniakami 150g/80g/400g
podwieczorek	Jabłko	Skyr	Jabłko	Kefir,	Jabłko	Sok warzywny	Smoothie jabłko-owoce jagodowe
kolacja	Masło, pieczywo Kakao z mlekiem Bukiet warzyw 80g Filet maślany 50g	Masło, pieczywo, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml Polędwica sopocka 50g Brokuły 80g	Masło, pieczywo Polędwica sopocka 50g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml Buraczki z jabłkiem i jogurtem naturalnym 80g	Masło, pieczywo, herbata Ryż na mleku z cynamonem (zupa) 250ml Krakowska parzona 50g Buraki 80g	Masło, pieczywo, herbata Sałatka ze śledzia i ogórka kiszzonego 150g	Masło, pieczywo, herbata Kiełbasa szynkowa 50g Sałatka z brokuła i marchewki 80g	Masło, pieczywo Kawa zbożowa z mlekiem 250ml Krakowska parzona 50g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 80g
posiłek nocny	Kisiel z wit C 160 ml	Jabłko 1szt	Kefir 200g	Mandarynki 2 szt	Budyń na mleku 160 ml	Jabłko 1 szt	Galaretka owocowa 160 ml

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły -1; bułka pszenna -1; chleb żytni razowy -1,6; bułka grahamka -1,6; masło extra -7; zupa ziemniaczana -9,9; kasza manna -1,7; ryż na mleku -7; płatki gryczane -7; płatki owsiane 1,7; płatki ryżowe na mleku -7; makaron na mleku -1,7; zupa neapolitańska -1,7,9; ; zupa koperkowa -7,9; zupa kalafiorowa-7,9; zupa pomidorowa -7,9; zupa włoska -1,7,9; zupa dyniowa 7,9; zupa szpinakowa -7,9; zupa koperkowa -7,9; budyń na mleku -7; kakao -7; kawa zbożowa -1,7; sałatka ze śledzia -4; kotlet z kurczaka -1;

Dieta wątrobowa

11.11.2024r - 17.11.2024r

		Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
II	śniadanie	Masło, pieczywo, herbata Makaron gotowany na mleku 40g/250ml Polędwica sopocka 50g Fasolka szparagowa 80g	Masło, pieczywo, herbata Płatki owsiane górskie gotowane na mleku 40g/250ml Mozzarella z pomidorem 150g	Masło, pieczywo, herbata Kasza jaglana gotowana na mleku 40g/250ml Krakowska parzona 50g Bukiet warzyw 80g	Masło, pieczywo, herbata Płatki gryczane gotowane na mleku 40g/250ml Kielbasa szynkowa 50g Ogórki kiszone 80g	Masło, pieczywo, herbata Kasza manna na mleku 40g/250ml Twarożek ze szczypiorkiem 50g Fasolka szparagowa 80g	Masło, pieczywo, herbata Płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml Polędwica sopocka 50g Bukiet warzyw 80g	Masło, pieczywo, herbata Płatki jęczmienne gotowane na mleku 40g/250ml Pasta z ciecierzycy z papryką mieloną 50g Kalafior 80g
	obiad	Kompot owocowy Schab pieczony w sosie własnym 150g Ziemniaki 400g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 150g Zupa neapolitańska fit z makaronem 500ml	Kompot owocowy Zupa szpinakowa z ziemniakami 500ml Ryż z cynamonem, jogurtem i jabłkiem 250g	Kompot owocowy Zupa włoska z makar. pełn. 500ml Kotlet z kurczaka pieczony 150g Buraczki duszone 150g	Kompot owocowy Zupa kalafiorowa 500ml Kurczak gotowany w jarzynach 180g Surówka z kiszzonej kapusty 150g	Kompot owocowy Zupa dyniowa 500ml Ryba pieczona 120g Ryż biały 80g Bukiet warzyw gotowanych 80g	Kompot owocowy Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Spaghetti pełn. z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 250g	Kompot owocowy Zupa koperkowa z ziemniakami 500ml Udka pieczone z dynią i ziemniakami 150g/80g/400g
posiłek	podwieczorek							
	kolacja	Masło, pieczywo Kakao z mlekiem Bukiet warzyw 80g Filet maślany 50g	Masło, pieczywo Kawa zbożowa z mlekiem 250ml Polędwica sopocka 50g Brokuły 80g	Masło, pieczywo Polędwica sopocka 50g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml Buraczki z jabłkiem i jogurtem naturalnym 80g	Masło, pieczywo, herbata Ryż na mleku z cynamonem (zupa) 250ml Krakowska parzona 50g Buraki 80g	Masło, pieczywo, herbata Filet maślany 50g Brokuł 80g	Masło, pieczywo, herbata Kielbasa szynkowa 50g Sałatka z brokuła i marchewki 80g	Masło, pieczywo, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml Krakowska parzona 50g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 80g
	posiłek nocny	Kisiel z wit C 160 ml	Jabłko 1szt	Kefir 200g	Mandarynki 2 szt	Budyń na mleku 160 ml	Jabłko 1 szt	Galaretko owocowa 160 ml

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły -1; bułka pszenna -1; chleb żytni razowy -1,6; bułka grahamka -1,6; masło extra -7; zupa ziemniaczana -9,9; kasza manna -1,7; ryż na mleku -7; płatki gryczane - 7; płatki owsiane 1,7; płatki ryżowe na mleku -7; makaron na mleku - 1,7; zupa neapolitańska - 1,7,9; ; zupa koperkowa -7,9; zupa kalafiorowa-7,9; zupa pomidorowa - 7,9; zupa włoska - 1,7,9; zupa dyniowa 7,9; zupa szpinakowa - 7,9; zupa koperkowa - 7,9; budyń na mleku -7; kakao -7; kawa zbożowa - 1,7; sałatka ze śledzia -4; kotlet z kurczaka - 1;

