



Dieta:	Podstawowa:	Wartość energetyczna diety:		Wykaz alergenów	Lekkostrawna: wątrobowa trzustka położnicza dziecięcy niskokaloryczna kardiologiczna	Wartość energetyczna diety:		Wykaz alergenów	Cukrzyca:	Wartość energetyczna diety:		Wykaz alergenów																			
		Kaloryczność:	2835,5,kcal			Białka:	128,7 g			Tłuszcze:	106,9 g		NKT	39 g	Węglowodany:	361,7 g	W tym cukry	78 g	Sól:	7,55 g	Błonnik	41,7 g	Kaloryczność:	2156 kcal	Białka:	121,1 g	Tłuszcze:	80 g	NKT	29,4 g	Węglowodany:
<b>Śniadanie I</b>	Dżem 60 g jajko gotowane 1 szt. Pomidor 100 g Jogurt owocowy 1 szt. Bułka 80 g Masło 10 g Kawa na mleku 300 ml	--	2 4 -- 1 2 1 2	Dżem 60 g Jajko gotowane 1 szt. Pomidor 100 g Jogurt owocowy 1 szt. Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml	--	4 - 1 2 1 -- 1 2	Kiełbasa drobiowa 60 g ser topiony 1 szt. Pomidor 100 g Jogurt naturalny 1 szt. Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml	3 6 7 2 -- 2 1 4 6 8 9 10 -- ---																							
<b>Śniadanie II</b>	Zupa mleczna –makaron na mleku 200 ml	1 4 2	Zupa mleczna – makaron na mleku 200 ml	1 4 2																											
	Dzieci Mleko 200 ml	14 6 8 9 10																													
	Położnictwo Ciastka 50 g																														
<b>Obiad</b>	Zupa ogórkowa z zieloną pietruszką 400 ml Kasza gryczana 200 g Gulasz wieprzowy z zieloną pietruszką 170 ml surówka marchewki z chrzanem 100 g Kompot 200 ml	1 2 3 7 1 1 3 -- ---	Zupa krupnik ryżowy z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Gulasz wieprzowy gotowany 170 ml surówka z selera , jabłka i brzoskwini 100 g Kompot 200 ml	1 3 10 --- 1 3 3 ---	Zupa krupnik ryżowy z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Gulasz wieprzowy gotowany 170 ml surówka z selera , jabłka i brzoskwini 100 g Kawa inka bez cukru 200 ml	1 3 10 --- 1 3 3 1																									
<b>Podwiecz</b>	Dzieci																														
	Położnictwo Mus owocowy 150 ml																														
<b>Kolacja</b>	Pasta z ryby wędzonej i jajka ze szczypiorem 120 g Papryka 50 g Sałata + kiełki 10 g Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (dwie kromki) Masło 10g Herbata z cytryną 300 ml	4 5 - -- 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 --	Pasta z ryby ,sera białego i pomidorów z zieloną pietruszką 120 g Sałata + kiełki 10 g Jabłko 1 szt. Bułka 80g Masło roślinne 10g Herbata z cytryną 300 ml	2 5 -- -- 1 --- - -	Pasta z ryby , sera białego ,pomidorów z zieloną pietruszką 120 g Sałata + kiełki 10 g Jabłko 1 szt. Chleb razowy 80 g (3 kromki ) Masło roślinne 10g Herbata z cytryną bez cukru 300 ml	2 5 -- --- 1 4 6 8 9 10 -- ----																									
<b>Posiłek dodatkowy</b>	Chleb razowy 1 kromka, rama , pasztet drobiowy 1 szt.		Chleb pszenny 1 kromka, rama , pasztet drobiowy 1 szt.			Chleb razowy 1 kromka, rama , pasztet drobiowy 1 szt.	1 2 4 6 7 8 9 10																								

**Legenda alergenów:**

- 1 gluten
- 2 białko mleka krowiego
- 3 seler
- 4 jaja
- 5 ryby

- 6 soja
- 7 gorczyca
- 8 słonecznik
- 9 sezam
- 10 orzechy
- 11 lizozym
- 12 dwutlenek siarki



Dieta:	Podstawowa:	Wartość energetyczna diety:		Wykaz alergenów	Lekkostrawna: wątrobowa trzustka położnicza dziecięcy niskokaloryczna kardiologiczna	Wartość energetyczna diety:		Wykaz alergenów	Cukrzyca:	Wartość energetyczna diety:		Wykaz alergenów
		Kaloryczność:	2826,7 kcal			Kaloryczność:	2402,8 kcal			Kaloryczność:	1892,8 kcal	
		Białka:	130,2 g			Białka:	112,2 g			Białka:	97,3 g	
		Tłuszcze:	79,8 g			Tłuszcze:	65,4 g			Tłuszcze:	58,2 g	
		NKT	35,5 g			NKT	30 g			NKT	25,3 g	
		Węglowodany:	421,9 g			Węglowodany:	358,3 g			Węglowodany:	298,8 g	
		W tym cukry	76,1 g			W tym cukry	65,8 g			W tym cukry	28,9 g	
		Sól:	6,79 g			Sól:	5,62 g			Sól:	5,48 g	
		Błonnik :	55,2 g			Błonnik :	39,2 g			Błonnik :	52,8 g	
<b>Śniadanie I</b>	Polędwica drobiowa 60 g rzodkiewka 50g Rukola 10 g miód 25g Bułka 80 g Masło 10 g Kawa na mleku 300 ml			3 6 7 ---- ---- --- 1 -- 1 2	Polędwica drobiowa 60 g Rukola 10g miód 25g Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml			3 6 7 --- --- 1 --- 1 2	Polędwica drobiowa 60 g Rukola 10 g papryka 50g Chleb razowy 80 g ( 3 kromki ) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml		3 6 7 --- --- 1 4 6 8 9 10 -- --	
<b>Śniadanie II</b>		Zupa mleczna – płatki owsiane na mleku 200 ml		1 2	Zupa mleczna – płatki owsiane na mleku 200 ml			1 2				
	Dzieci											
		Budyń na mleku 200 g		1 2 7 9								
<b>Obiad</b>		Zupa jarzynowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Fasolka po bretońsku z mięsem 250 g mandarynka 1 szt. Kompot 200 ml		1 2 3 - 1 - -	Zupa jarzynowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Rolada drobiowa ze szpinakiem i pomidorami na parze 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z zieloną pietruszką 100 g Kompot 200 ml			1 3 --- 1 2 --- ---	Zupa jarzynowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Rolada drobiowa ze szpinakiem i pomidorami na parze 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z zieloną pietruszką 100 g Herbata miętowa bez cukru		1 3 --- 1 2 --- ---	
	Dzieci											
<b>Podwiecz</b>		Kisiel z owocami 150g		1 2 3 7								
	Położnictwo											
<b>Kolacja</b>		Ser żółty 30 g Szynka z kurczaka 50g Ogórek 100 g Sałata 10 g Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (dwie kromki) Masło 10g Herbata z cytryną 300 ml		2 11 3 6 7 --- -- 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 ---	Szynka z kurczaka 60g Pomidor 100 g Jabłko 1 szt. Sałata 10 g Bułka 80g Masło roślinne 10g Herbata z cytryną 300 ml			3 6 7 --- --- --- 1 - ---	Szynka z kurczaka 60g Pomidor 100 g Jabłko 1 szt. Sałata 10 g Chleb razowy 80 g (3 kromki ) Masło roślinne 10g Herbata z cytryną bez cukru 300 ml		3 6 7 --- --- --- 1 4 6 8 9 10 --- ---	
	Dzieci											
<b>Posiłek dodatkowy</b>		Chleb razowy 1 kromka , rama ,serek topiony 1 szt.		1 2 4 6 8 9 10	Chleb razowy 1 kromka , rama ,serek topiony 1 szt.			1 2 4 6 8 9 10	Chleb razowy 1 kromka , rama ,serek topiony 1 szt.		1 2 4 6 8 9 10	

**Legenda alergenów:**

- 1 gluten
- 2 białko mleka krowiego
- 3 seler
- 4 jaj
- 5 ryby
- 6 soja
- 7 gorczyca
- 8 słonecznik
- 9 sezam
- 10 orzechy
- 11 lizozym
- 12 dwutlenek siarki



Dieta:	<b>Podstawowa:</b>	Wartość energetyczna diety:		Wykaz alergenów	<b>Lekkostrawna:</b> wątrobowa trzustka położnicza dziecięcy niskokaloryczna kardiologiczna	Wartość energetyczna diety:		Wykaz alergenów	<b>Cukrzyca:</b>	Wartość energetyczna diety:		Wykaz alergenów																			
		Kaloryczność:	2525,8 kcal			Białka:	118 g			Tłuszcze:	75 g		NKT	32,6 g	Węglowodany:	362,4 g	W tym cukry	70,6 g	Sól:	5,9 g	Błonnik	39,3 g	Kaloryczność:	1993,2 kcal	Białka:	110,3 g	Tłuszcze:	64,7 g	NKT	26,7 g	Węglowodany:
<b>Śniadanie I</b>	Jajecznica na parze ze szczypiorem 100g papryka świeża 50 g sałata + kiełki 10g Bułka 80 g Masło 10 g Kawa na mleku 300 ml	1 2 4 ---- 1 2 1 2	Twarożek z pomidorami i zieloną pietruszką 100 g sałata + kiełki 10g jabłko 1 szt. Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml	2 --- --- 1 -- 1 2	Twarożek z pomidorami i zieloną pietruszką 100 g sałata + kiełki 10 g jabłko 1 szt. Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml	2 --- --- 1 -- 1 2	1 2 3 -- 1 4 5 1 3 -	1 2 3 -- 1 4 5 - -	1 2 3 -- 1 4 5 - 1																						
<b>Śniadanie II</b>	Zupa mleczna – ryż na mleku 200 ml	2	Zupa mleczna – ryż na mleku 200 ml	2																											
	Dzieci	Mleko 200 ml		2																											
	Położnictwo	Ciastka 50 g		1 3 6 8 9 10																											
<b>Obiad</b>	Barszcz biały z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Kotlety rybne smażone 120 g Kapusta na ciepło 150 g Kompot 200 ml	1 2 3 -- 1 4 5 1 3 -	Barszcz czerwony z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Kotlety rybne na parze 120 g Sałata z sosem winegret 100 g Kompot 200 ml	1 2 3 -- 1 4 5 - -	1 2 3 -- 1 4 5 - 1	1 2 3 -- 1 4 5 - 1	1 2 3 -- 1 4 5 - 1	1 2 3 -- 1 4 5 - 1																							
<b>Podwiecz</b>	Dzieci	Tarta marchew z jabłkiem 150 g																													
	Położnictwo																														
<b>Kolacja</b>	Szynka wieprzowa 60 g pomidor 100 g Sałata 10 g Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (dwie kromki) Masło 10g Herbata z cytryną 300 ml Jogurt naturalny 1 szt.	3 6 7 -- -- 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 -- 2	Szynka wieprzowa 60 g Pomidor 100g sałata 10 g Bułka 80g Masło roślinne 10g Herbata z cytryną 300 ml Jogurt naturalny 1 szt.	3 6 7 --- --- 1 --- -- 2	Szynka wieprzowa 60g Pomidor 100 g Sałata 10 g Chleb razowy 80 g (3 kromki ) Masło roślinne 10g Herbata z cytryną bez cukru 300 ml Jogurt naturalny 1 szt.	3 6 7 --- --- 1 --- -- 2	3 6 7 --- --- 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 -- -- 2																								
<b>Posiłek dodatkowy</b>	Chleb razowy 1 kromka , rama , ser żółty 2 plasterki	1 2 4 6 8 9 10 11	Chleb razowy 1 kromka , rama , ser żółty 2 plasterki	1 2 4 6 8 9 10 11	Chleb razowy 1 kromka , rama , ser żółty 2 plasterki	1 2 4 6 8 9 10 11	1 2 4 6 8 9 10 11																								

**Legenda alergenów:**

- 1 gluten
- 2 białko mleka krowiego
- 3 seler
- 4 jaj
- 5 ryby
- 6 soja
- 7 gorczyca
- 8 słonecznik
- 9 sezam
- 10 orzechy
- 11 lizozym
- 12 dwutlenek siarki



Dieta:	Podstawowa:	Wartość energetyczna diety:		Wykaz alergenów	Lekkostrawna: wątrobowa trzustka położnicza dziecienna niskokaloryczna kardiologiczna	Wartość energetyczna diety:		Wykaz alergenów	Cukrzyca:	Wartość energetyczna diety:		Wykaz alergenów
		Kaloryczność:	2723 kcal			Kaloryczność:	2525,5kcal			Kaloryczność:	2016,3 kcal	
		Białka:	134,5 g			Białka:	124,8 g			Białka:	120,6 g	
		Tłuszcze:	90,8 g			Tłuszcze:	79,7 g			Tłuszcze:	75,5 g	
		NKT	33,8 g			NKT	29 g			NKT	26,1 g	
		Węglowodany:	360,2g			Węglowodany:	340,1 g			Węglowodany:	318,1 g	
		W tym cukry	68,2 g			W tym cukry	66,5 g			W tym cukry	59,4g	
		Sól:	5,56			Sól:	5 g			Sól:	5,53	
		Błonnik	40,2 g			Błonnik	29,5 g			Błonnik	38,6 g	
<b>Śniad I</b>	Ser żółty 30 g Szyńka z indyka 50 g ogórek świeży z rzodkiewką z kielkami 80 g Bułka 80 g Masło 10 g Kawa na mleku 300 ml			2 11 3 6 7 ---- -- 1 2 1 2	Paszтет drobiowy 50 g Szyńka z indyka 50 g sałata + kielki 10g pomidor 100 g Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml			3 6 7 3 6 7 --- --- 1 -- 1 2	Paszтет drobiowy 50 g Szyńka z indyka 50 g sałata + kielki 10 g pomidor 100 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g herbata bez cukru 300 ml		3 6 7 3 6 7 --- --- 1 4 6 8 9 10 -- --	
<b>Śniad II</b>		Zupa mleczna -kasza kukurydziana na mleku 200 ml			Zupa mleczna -kasza kukurydziana na mleku 200 ml							
	Dziecięcy	Jogurt owocowy 1 szt.		1 2								
	Położnictwo											
<b>Obiad</b>	Zupa kalafiorowa z kluseczkami i zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Bitki ze schabu smażone 120 g Sos pieczeniowy 130 ml buraczki z ogórkiem , fasolką szparagową i majonezem 100 g Kompot 200 ml			1 3 4 -- 1 1 3 -- ---	Zupa koperkowa z kluseczkami 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Schab gotowany 120 g Sos jarzynowym 130 ml buraczki z zieloną pietruszką 100 g Kompot 200 ml			1 3 4 1 4 -- 1 3 -- ---	Zupa koperkowa z kluseczkami 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Schab gotowany 120 g Sos jarzynowym 100 ml buraczki z zieloną pietruszką 100 g Herbata owocowa bez cukru 200 ml		1 3 4 --- -- 1 3 -- ---	
<b>Podwiecz</b>	Dziecięcy	Mus owocowy 200 ml							Jogurt naturalny 1 szt.		1 szt.	
	Położnictwo											
<b>Kolacja</b>	Twarożek z ajwarem i szczypiorem 100 g Sałata 10 g Mandarynka 1 szt. Miód 25 g Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (dwie kromki) Masło 10g Herbata z cytryna 300 ml			2 -- -- - 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 ---	Twarożek z zieloną pietruszką 100 g Sałata 10 g Mandarynka 1 szt. Miód 25 g Bułka 80g Masło roślinne 10g Herbata z cytryna 300 ml			2 --- --- 1 -- 1 2 ----	Twarożek z zieloną pietruszką 100 g Papryka świeża 50 g Sałata 10 g Mandarynka 1 szt. Chleb razowy 80 g (3 kromka ) Masło roślinne 10g Herbata z cytryna bez cukru 300 ml		2 -- - - 1 4 6 8 9 10 -- ---	
<b>Posiłek dodatkowy</b>	Chleb razowy 1 kromka ,rama , jajko gotowane			1 2 4 6 8 9 10 4	Chleb pszenny 1 kromka , maso roś , jajko gotowane			1 2 4 6 8 9 10 4	Chleb razowy 1 kromka ,rama , jajko gotowane		1 2 4 6 8 9 10 4	

**Legenda alergenów:**

- 1 gluten
- 2 białko mleka krowiego
- 3 seler
- 4 jaja
- 5 ryby

- 6 soja
- 7 gorczyca
- 8 słonecznik
- 9 sezam
- 10 orzechy
- 11 lizozym
- 12 dwutlenek siarki



Dieta:	<b>Podstawowa:</b>	Wartość energetyczna diety:		Wykaz	<b>Lekkostrawna:</b>	Wartość energetyczna diety:		Wykaz	<b>Cukrzyca:</b>	Wartość energetyczna diety:		Wykaz
				alergenów	wątrobowa trzustka położnicza dzięcienna niskokaloryczna kardiologiczna			alergenów			alergenów	
		Kaloryczność:	3012,8 kcal			Kaloryczność:	2851,4kcal			Kaloryczność:	2113 kcal	
		Białka:	121,6 g			Białka:	125,1 g			Białka:	106,4 g	
		Tłuszcze:	122,5 g			Tłuszcze:	96,4 g			Tłuszcze:	87,3 g	
		NKT	41,7 g			NKT	33,9 g			NKT	29,3 g	
		Węglowodany:	377,2 g			Węglowodany:	389,6 g			Węglowodany:	267,9 g	
		W tym cukry	58,8 g			W tym cukry	68,4 g			W tym cukry	32,3 g	
		Sól:	6,2 g			Sól:	6,1 g			Sól:	6,1 g	
		Błonnik	47,6 g			Błonnik	43,1 g			Błonnik	43,1 g	
<b>Śniad I</b>	Serdelki drobiowe 2 szt. Ketchup 1 szt. Sałata 10 g rzodkiew biała z papryką 80 g jogurt owocowy 1 szt. Bułka 80 g Masło 10 g Kakao na mleku 300 ml			3 6 7 -- ---- ---- 2 1 2 1 2	Serdelki drobiowe 2 szt. Ketchup 1 szt. sałata 10g jogurt owocowy 1 szt. Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml			3 6 7 1 --- 2 1 -- 1 2	Serdelki drobiowe 2 szt. Ketchup 1 szt. sałata 10 g jogurt naturalny 1 szt. Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml			3 6 7 -- --- 2 1 4 6 8 9 10 -- ---
<b>Śniad II</b>		Zupa mleczna - patki owsiane na mleku 200 ml		1 2	Zupa mleczna - patki owsiane na mleku 200 ml			1 2				
	Dziecięcy	Kasza manna na mleku s owocami 200 ml		1 2								
	Położnictwo											
<b>Obiad</b>	Zupa krupnik z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Filet drobiowy smażony sute 120 g Jajko sadzone 1 szt. fasolka szparagowa 100 g Kompot 200 ml			1 3 10 --- -- 4 --- --	Zupa ryżowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Filet drobiowy sute duszony 120 g Sos koperkowym 130 ml surówka z marchewki ,selera i jabłka 100 g Kompot 200 ml			1 3 10 --- --- 1 3 ---	Zupa ryżowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Filet drobiowy sute duszony 120 g surówka z marchewki ,selera i jabłka 100g Herbata bez cukru 200 ml			1 3 10 --- --- 3 ---
<b>Podwiecz</b>	Dziecięcy	Kisiel z truskawkami 150g		1 2 3 7								
	Położnictwo											
<b>Kolacja</b>	Jajko gotowane 50 g Ser topiony 25 g pomidor 100 g Gruszka 1 szt. Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (dwie kromki) Masło 10g Herbata z cytryną 300 ml			4 2 - -- 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 --	Kiełbasa drobiowa 50g Ser biały 60 g Pomidor 100 g Jabłko 1 szt. Bułka 80g Masło roślinne 10g Herbata z cytryną 300 ml			3 6 7 2 --- --- 1 -- 1 2	Kiełbasa drobiowa 50 g Ser biały 60 g Pomidor 100 g Jabłko 1 szt. Chleb razowy 80 g (3 kromki ) Masło roślinne 10g Herbata z cytryna bez cukru 300 ml			3 6 7 2 --- --- 1 4 6 8 9 10 -- ----
<b>Posiłek dodatkowy</b>	Chleb razowy 1 kromka ,rama , pasztet drobiowy 1 szt.			1 2 4 6 8 9 10	Chleb pszenny 1 kromka ,rama , pasztet drobiowy 1 szt.			1 2 4 6 8 9 10	Chleb razowy 1 kromka ,rama , pasztet drobiowy 1 szt.			1 2 4 6 8 9 10

**Legenda alergeny:**

- 1 gluten
- 2 białko mleka krowiego
- 3 seler
- 4 jaja
- 5 ryby

- 6 soja
- 7 gorczyca
- 8 słonecznik
- 9 sezam
- 10 orzechy
- 11 lizozym
- 12 dwutlenek siarki