26.01.26	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartości
Dieta podstawowa	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka z indyka 50g (1-pszenica,6,7) rzodkiewka 50g, herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Risotto mięsno- warzywne z sosem pomidorowym 300g (1-pszenica,7,9) herbata	Deser mleczny 1szt (7)	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) kiełbasa żywiecka 50g (1-pszenica,6) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna: 2147 kcal Białko ogółem: 90.72 g Tłuszcz: 75.14 g Węglowodany ogółem: 299.20 g
Dieta łatwostrawna	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) szynka z indyka 50g (1-pszenica,6,7) rzodkiewka 50g, herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Risotto mięsno- warzywne z sosem pomidorowym 300g (1-pszenica,7,9) herbata	Deser mleczny 1szt (7)	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) kiełbasa żywiecka 50g (1-pszenica,6) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna: 2153 kcal Białko ogółem: 90.68 g Tłuszcz: 74.40 g Węglowodany ogółem: 305.50 g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa14g (7) szynka z indyka 50g (1-pszenica,6,7) rzodkiewka 50g, herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Risotto mięsno- warzywne z sosem pomidorowym 300g (1-pszenica,7,9) herbata	Deser mleczny 1szt (7)	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) kiełbasa żywiecka 50g (1-pszenica,6) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna: 2040 kcal Białko ogółem: 90.68 g Tłuszcz: 61.84 g Węglowodany ogółem: 305.50 g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka z indyka 80g (1-pszenica,6,7) rzodkiewka 50g, herbata	Jogurt naturalny 1szt (7)	Zupa ziemniaczana 250ml (9) Risotto z ryżem brązowym mięsno- warzywne z sosem pomidorowym 300g (1-żyto,7,9) herbata		chleb żytni 105g (1pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) kiełbasa żywiecka 50g (1-pszenica,6) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna: 1862 kcal Białko ogółem: 80.54 g Tłuszcz: 72.50 g Węglowodany ogółem: 242.46 g
Dieta bogatobiałkowa	Płatki orkiszowe na mleku 310ml(1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka z indyka 50g (1-pszenica,6,7) rzodkiewka 50g, herbata	Deser mleczny 1szt (7)	Zupa ziemniaczana 250ml (9) Risotto mięsno- warzywne z sosem pomidorowym 300g (1-pszenica,7,9) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) jajko 1szt (3)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) kiełbasa żywiecka 50g (1-pszenica,6) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna: 2221 kcal Białko ogółem: 97.06 g Tłuszcz: 80.49 g Węglowodany ogółem: 299.60 g

27.01.26	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartości
Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) krakowska wędzona 50g (1-pszenica,6,7) pomidor 50g, herbata		Zupa kalafiorowa 250ml (7,9) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz drobiowy 200 g (1-pszenica,9) surówka z kapusty kiszonej 150 g, herbata	Jabłko 1szt	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna: 2125 kcal Białko ogółem: 86.09 g Tłuszcz: 77.37 g Węglowodany ogółem: 298.32 g
Dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) krakowska wędzona 50g (1-pszenica,6,7) pomidor 50g, herbata		Zupa kalafiorowa 250ml (7,9) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz drobiowy 200 g (1-pszenica,9) buraczki 150 g, herbata	Jabłko 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna: 2155 kcal Białko ogółem: 86.78 g Tłuszcz: 76.52 g Węglowodany ogółem: 309.36 g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa14g (7) krakowska wędzona 50g (1-pszenica,6,7) pomidor 50g, herbata		Zupa kalafiorowa 250ml (7,9) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz drobiowy 200 g (1-pszenica,9) buraczki 150 g herbata	Jabłko 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna: 2094 kcal Białko ogółem: 87.57 g Tłuszcz: 67.51 g Węglowodany ogółem: 313.95 g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) krakowska wędzona 80g (1-pszenica,6,7) pomidor 50g, herbata	Jabłko 1szt	Zupa kalafiorowa 250ml (7,9) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz drobiowy 200 g (1-żyto,9) surówka z kapusty kiszonej 150 g, herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna: 1848 kcal Białko ogółem: 70.41 g Tłuszcz: 73.28 g Węglowodany ogółem: 252.02 g
Dieta bogatobiałkowa	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) krakowska wędzona 50g (1-pszenica,6,7) pomidor 50g, herbata	Jabłko 1szt	Zupa kalafiorowa 250ml (7,9) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz drobiowy 200 g (1-pszenica,9) buraczki 150 g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka konserwowa 50g (6,7)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna: 2265 kcal Białko ogółem: 94.31 g Tłuszcz: 84.21 g Węglowodany ogółem 309.66 g

28.01.26	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartości
Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko 1szt (3) ogórek 50 g, herbata		Zupa z ryżem brązowym 250ml (9) ziemniaki gotowane 200g kotlet rybny w sosie greckim 200g (1-pszenica,3,4,9,10) herbata	Banan 1szt	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z fasoli 50g (6) pasztet z kurczaka 50g(1-pszenica,6,7) roszponka 20g, herbata	Wartość energetyczna: 2233 kcal Białko ogółem: 94.54 g Tłuszcz: 69.23 g Węglowodany ogółem: 329.23 g
Dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) jajko 1szt (3) ogórek 50 g, herbata		Zupa z ryżem brązowym 250ml (9) ziemniaki gotowane 200g Schab w jarzynach 200g (1-pszenica,9), herbata	Banan 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50 g(1-pszenica,6,7) roszponka 20g, herbata	Wartość energetyczna: 2034 kcal Białko ogółem: 89.43 g Tłuszcz: 63.88 g Węglowodany ogółem: 298.91 g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj 75g (3) ogórek 50 g, herbata		Zupa z ryżem brązowym 250ml (9) ziemniaki gotowane 200g Schab w jarzynach 200g (1-pszenica,9) herbata	Banan 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasztet z kurczaka 50 g(1-pszenica,6,7) roszponka 20g, herbata	Wartość energetyczna: 1933 kcal Białko ogółem: 90.91 g Tłuszcz: 51.64 g Węglowodany ogółem: 299.74 g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) jajko 2szt (3) ogórek 50 g, herbata	Serek wiejski 1szt (7)	Zupa z ryżem brązowym 250ml (9) ziemniaki gotowane 200g Schab w jarzynach 200g (1-pszenica,9) herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z fasoli 50g (6) pasztet z kurczaka 50g(1-pszenica,6,7) roszponka 20g, herbata	Wartość energetyczna: 1902 kcal Białko ogółem: 101.11 g Tłuszcz: 71.89 g Węglowodany ogółem: 233.72 g
Dieta bogatobiałkowa	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko 1szt (3) ogórek 50 g, herbata	Banan 1szt	Zupa z ryżem brązowym 250ml (9) ziemniaki gotowane 200g Schab w jarzynach 200g (1-pszenica,9), herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) sałatka grecka 100g	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50 g(1-pszenica,6,7) roszponka 20g, herbata	Wartość energetyczna: 2097 kcal Białko ogółem: 90.81 g Tłuszcz: 70.35 g Węglowodany ogółem 296.42 g

29.01.26	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartości
Dieta podstawowa	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) kiełbasa podwawelska 80g (9,10) musztarda 10g (9) ogórki kiszone 50g, herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Filet smażony 100g (1-pszenica,3) Surówka z kapusty pekińskiej 150g, Herbata	Mandarynka 1szt	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) pomidor 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2172 kcal Białko ogółem: 96.10 g Tłuszcz: 80.14 g Węglowodany ogółem: 270.07 g
Dieta łatwostrawna	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) kiełbasa żywiecka 50g (1-pszenica,6) ogórki kiszone 50g, herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g pulpet drobiowy w sosie 150g (1-pszenica,3,7,9) Surówka z marchewki 150g, herbata	Mandarynka 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna: 2142 kcal Białko ogółem: 89.60 g Tłuszcz: 78.64 g Węglowodany ogółem: 276.55 g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) kiełbasa żywiecka 50g (1-pszenica,6) ogórki kiszone 50g, herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Pulpet drobiowy b/sosu 90g (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z marchewki 150g, herbata	Mandarynka 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna: 1997 kcal Białko ogółem: 90.19 g Tłuszcz: 59.91 g Węglowodany ogółem 282.45 g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) kiełbasa żywiecka 80g (1-pszenica,6) ogórki kiszone 50g, herbata	Kisiel 200g	Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet drobiowy w sosie 90g (1-żyto,3,9) Surówka z kapusty pekińskiej 150g herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 112g (7) pomidor 50g, herbata	Wartość energetyczna: 1859 kcal Białko ogółem: 77.97 g Tłuszcz: 70.26 g Węglowodany ogółem 230.54 g
Dieta bogatobiałkowa	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) kiełbasa żywiecka 50g (1-pszenica,6) ogórki kiszone 50g, herbata	Mandarynka 1szt	Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g pulpet drobiowy w sosie 150g (1-pszenica,3,7,9) Surówka z marchewki 150g, herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) serek krążek 1szt(7) rzodkiewka 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) pomidor 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2217 kcal Białko ogółem: 92.77 g Tłuszcz: 84.67 g Węglowodany ogółem 277.50 g

30.01.26	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartości
Dieta podstawowa	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka ze śledzia w oleju 40g (1-pszenica,3;4) pierś gotowana z indyka 50 g (1-pszenica,6,7) rzodkiewka 50g, herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron razowy z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1-pszenica) brokuł gotowany 150 g, herbata	Jabłko 1szt	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) papryka 50g miód 1szt, herbata	Wartość energetyczna: 2402 kcal Białko ogółem: 100.93 g Tłuszcz: 80.03 g Węglowodany ogółem: 337.23 g
Dieta łatwostrawna	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) pierś gotowana z indyka 50 g (1-pszenica,6,7) rzodkiewka 50g, herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron pszenny z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1-pszenica,3) brokuł gotowany 150 g, herbata	Jabłko 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) papryka 50g miód 1szt, herbata	Wartość energetyczna: 2298 kcal Białko ogółem: 88.95 g Tłuszcz: 70.37 g Węglowodany ogółem 350.98 g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa14g (7) pierś gotowana z indyka 50 g (1-pszenica,6,7) rzodkiewka 50g, herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron pszenny z mięsem i warzywami 250g(1-pszenica,3;9) brokuł gotowany 150 g	Jabłko 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) papryka 50g miód 1szt, herbata	Wartość energetyczna: 2034 kcal Białko ogółem: 76.19 g Tłuszcz: 63.04 g Węglowodany ogółem: 317.39 g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pierś gotowana z indyka 50 g(1-pszenica,6,7) rzodkiewka 50g, herbata	Marchewka z jabłkiem 100g	Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron razowy z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1-żyto) brokuł gotowany 150 g, herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) papryka 50g, herbata	Wartość energetyczna: 1923 kcal Białko ogółem: 76.11 g Tłuszcz: 70.10 g Węglowodany ogółem 262.50 g
Dieta bogatobiałkowa	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pierś gotowana z indyka 50g (1-pszenica,6,7) ogórki kiszone 50g, herbata	Jabłko 1szt	Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron pszenny z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1-pszenica,3) brokuł gotowany 150 g, herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) jajko 1 szt (3)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) papryka 50g miód 1szt, herbata	Wartość energetyczna: 2482 kcal Białko ogółem: 97.53 g Tłuszcz: 81.56 g Węglowodany ogółem: 360.08 g

31.01.26	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartości
Dieta podstawowa	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztetowa 50 g (1-pszenica,6,7,10) ogórek 50 g, herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1-pszenica,żyto,7,9) kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) klops w sosie 150g (1-pszenica,3,7) surówka z selera 150 g (3,7,9,10) herbata	Pomarańcza ½ szt	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto), masło 14g (7), pasta z ciecierzycy z ogórkiem kiszonym 50g (6) serek wiejski 1szt (7) pomidor 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2287 kcal Białko ogółem: 93.76 g Tłuszcz: 77.64 g Węglowodany ogółem 321.78 g
Dieta łatwostrawna	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50 g (1-pszenica,6,7) ogórek 50 g, herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1-pszenica,żyto,7,9) kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) klops w sosie 150g (1-pszenica,3,7) surówka z selera 150 g (3,7,9,10) herbata	Pomarańcza ½ szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6), masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) pomidor 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2250 kcal Białko ogółem: 94.31 g Tłuszcz: 72.39 g Węglowodany ogółem: 326.74 g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasztet z kurczaka 50 g (1-pszenica,6,7) ogórek 50 g, herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1-pszenica,żyto,7,9) kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) klops b/sosu 90g (1-pszenica,3) surówka z selera z olejem 150g (9) herbata	Pomarańcza ½ szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wiejski 1szt (7) pomidor 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2109 kcal Białko ogółem: 97.35 g Tłuszcz: 55.66 g Węglowodany ogółem: 327.37 g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50 g (1-pszenica,6,7) ogórek 50 g, herbata	Jabłko 1szt	Zupa barszcz biały 250ml (1-pszenica,żyto,7,9) kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) klops w sosie 150g (1-żyto,3,7) surówka z selera 150 g (3,7,9,10) herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z ciecierzycy z ogórkiem kiszonym 50g (6) serek wiejski 1szt (7) pomidor 50g, herbata	Wartość energetyczna: 1928 kcal Białko ogółem: 77.54 g Tłuszcz: 70.98 g Węglowodany ogółem: 265.29 g
Dieta bogatobiałkowa	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50 g (1-pszenica,6,7) ogórek 50 g, herbata	Pomarańcza ½ szt	Zupa barszcz biały 250ml (1-pszenica,żyto,7,9) kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) klops w sosie 150g (1-pszenica,3,7) surówka z selera 150 g (3,7,9,10) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7), szynka konserwowa 50g (6,7)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) pomidor 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2354 kcal Białko ogółem: 101.74 g Tłuszcz: 80.18 g Węglowodany ogółem 326.14 g

01.02.26	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Wartości
Dieta podstawowa	Płatki żytnie na mleku 310ml (1-żyto,7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) rzodkiewka 50 g, herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) surówka z kapusty białej 150g herbata	Mus owocowy 1szt	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) papryka 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2102 kcal Białko ogółem: 97.03 g Tłuszcz: 78.19 g Węglowodany ogółem: 273.12 g
Dieta łatwostrawna	Płatki żytnie na mleku 310ml (1-żyto,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) rzodkiewka 50 g, herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) buraczki 150g, herbata	Mus owocowy 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) papryka 50g, herbata	Wartość energetyczna: 2138 kcal Białko ogółem: 98.27 g Tłuszcz: 77.40 g Węglowodany ogółem: 285.75 g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki żytnie na mleku 310ml (1-żyto,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) rzodkiewka 50 g, herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka b/ skóry 180g (9) buraczki 150g, herbata	Mus owocowy 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj 75g (3) papryka 50g, herbata	Wartość energetyczna: 1964 kcal Białko ogółem: 96.44 g Tłuszcz: 58.88 g Węglowodany ogółem 285.64 g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka gotowana 80g (1-pszenica,6,7) rzodkiewka 50 g, herbata	Kefir 1szt (7)	Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) surówka z kapusty białej 150g herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) papryka 50g, herbata	Wartość energetyczna: 1830 kcal Białko ogółem: 90.23 g Tłuszcz: 73.84 g Węglowodany ogółem: 219.62 g
Dieta bogatobiałkowa	Płatki żytnie na mleku 310ml (1-żyto,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) rzodkiewka 50 g, herbata	Mus owocowy 1szt	Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) buraczki 150g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) szynka z indyka 50 g (1-pszenica,6,7)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna: 2224 kcal Białko ogółem: 105.40 g Tłuszcz: 84.84 g Węglowodany ogółem 280.50 g

*do przygotowania warzyw został użyty olej rzepakowy

JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE, ZE WZGLĘDU NA DOSTĘPNOŚĆ PRODUKTÓW!!!

ROZPORZĄDZENIE PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011z dnia 25 października 2011 r.w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności, zmiany rozporządzeń
Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 1924/2006 i (WE) nr 1925/2006 oraz uchylenia dyrektywy Komisji 87/250/EWG, dyrektywy Rady 90/496/EWG, dyrektywy Komisji 1999/10/WE, dyrektywy 2000/13/WE
Parlamentu Europejskiego i Rady, dyrektyw Komisji 2002/67/WE i 2008/5/WE oraz rozporządzenia Komisji (WE) nr 608/2004

ALERGENY
1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz,
2. Skorupiaki i produkty pochodne;
3. Jaja i produkty pochodne;
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), z wyjątkiem:
8. Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia
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 zawartośćSO2 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

OZNACZENIA WARTOŚCI
E- Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011(kcal),
B- Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
T - Tłuszcz,
W - Węglowodany ogółem,