

| Dieta | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja + (posilek nocny) | Wartości odżywcze |
|--|--|--|---|--|--|
| Podstawowa | Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),serek wiejski (200g)szynka z piersi indyka 20g,sałatka z pomidora z koperkiem (100g) Alergeny:1,7,6,9 | Zupa grochowa z ziemniakami(300g),makaron b/j 200g,klops gotowany80g,sos pomidorowy(150g)sałata z jogurtem 100g woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,3,7 | jogurt naturalny(150g) ,banan 150gAlergeny:7 | Kasza jęczmienna na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny:,herbata b/c(250ml), mus owocowy 100g),wafel ryżowy 1szt Alergeny: 1,7.6,9,10 | Energia: 2196,63kcal białko: 102,10g tłuszcz: 68,59g węglowodany 284,95 g kw. tł. nasycone: 39,35 g cukry proste:17,27 g błonnik: 49,72g sód 1272,72mg |
| Łatwostrawna | Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),serek wiejski (200g)szynka z piersi indyka 20g,sałatka z pomidora z koperkiem (100g) Alergeny:1,7,6,9 | Zupa marchwianka zabieleną śmietaną 18%(300g),makaron b/j (200g),sos pomidorowy 150g,klops gotowany 80g,sałata z jogurtem 100g woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7 | jogurt naturalny(150g) ,banan 150gAlergeny:7 | Kasza jęczmienna na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),ogórek kiszony(80g) Posilek nocny:mus owocowy 100g),herbata b/c(250ml),wafel ryżowy 1szt Alergeny: 1,7.6,9,10 | Energia: 2086,2kcal białko: 91,21g tłuszcz: 65,45g węglowodany 282,08 g kw. tł. nasycone: 38,57 g cukry proste:26,65 g błonnik: 42,5g sód: 1319,6 mg |
| Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu | Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło 82% tł,(20g),szynka z piersi indyka 60g,sałatka z pomidora z koperkiem (100g) Alergeny:1,7,6,9 | Zupa marchwianka bez śmietany(300g),makaron b/j (200g),sos pomidorowy 150g,klops gotowany 80g ,sałata z jogurtem 100g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7 | jogurt naturalny(150g) ,banan 150gAlergeny:7 | Kasza jęczmienna na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g)Posilek nocny:jogurt naturalny(150g),herbata b/c(250ml)mus owocowy 100g Alergeny: 1,7.6,9,10 | Energia: 1976,33kcal białko: 88,87g tłuszcz: 62,81g węglowodany 259,65 g kw. tł. nasycone: 37,54 g cukry proste:26,63 g błonnik: 39,54g sód: 1240,49 mg |

| | | | | | |
|--|--|---|---|--|---|
| <p>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło 82% tł,(20g),szynka z piersi indyka(20g serek wiejski(200g),sałatka z pomidora z koperkiem (100g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p> | <p>Zupa marchwianka zabieleną śmietaną 18%(300g),makaron b/j (200g),sos pomidorowy 150g,klops gotowany 80g ,sałata z jogurtem 100gwoda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,3,7</p> | <p>Jogurt naturalny 150g,jabłko (150g) Alergeny:7</p> | <p>Kasza jęczmienna na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:mus owocowy 100g,herbata b/c(250ml),wafel ryżowy 1szt Alergeny: 1,7,6,9,10</p> | <p>Energia: 1983,33kcal białko: 86,27g tłuszcze: 66,45,81g węglowodany 257,65 g kw. tł. nasycone: 37,79 g cukry proste:24,73 g błonnik: 46,83g sód: 886,3mg</p> |
| <p>Dieta papkowata -potrawy mielone miksowane ,blendowane</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g),moczone w kawie słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),szynka z piersi indyka(50g)zmiksowana,,pomidor zblendowany (100g) Alergeny:1,7,</p> | <p>Zupa marchwianka-miks(300g),ziemniaki gotowane 250g (200g),klops gotowany 80g,sos pomidorowy 150g,marchewka gotowana 150gwoda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p> | <p>Jogurt naturalny 150g,jabłko pieczone(150g) Alergeny:7</p> | <p>Kasza jęczmienna na mleku(250g)miks,kawa zbożowa z mlekiem(250ml)Pieczywo pszenno-żytnie(100g),moczone w kawie masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g) zmiksowana,,ogórek świeży zblendowany(80g) Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7,6,9,10</p> | <p>Energia: 1858,84 kcal białko: 80,94g tłuszcze: 61,45g węglowodany: 256,39g kw. tł. nasycone:36,98g cukry proste:25,00 g błonnik: 41,14g sól: 820,47mg</p> |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

| Dieta | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja + (posilek nocny) | Wartości odżywcze |
|---------------------|---|--|---|---|---|
| Podstawowa | <p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) jajko gotowane(60g),szynka drobiowa(30g) sałata (10g) pomidor (80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,3</p> | <p>Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 18%(300ml) ziemniaki(250g) schab pieczony ze śliwką(130g),surówka z kapusty białej z marchewką i olejem(150g) woda mineralna, (250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7</p> | <p>Galaretka z tartym jabłkiem(150g), kefir 200g Alergeny:7</p> | <p>Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) ,masło(82% tł) (20g) wędlina sopocka parzona(50g),serek deliser 17,5 g sałatka z sałaty lodowej,ogórka kiszzonego i pomidora(100g)</p> <p>Posilek nocny: jogurt naturalny,(150g),wafel ryżowy 1szt,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6</p> | <p>Energia: 2108,85 kcal białko: 101,44 g tłuszcze: 83,43 g węglowodany: 234,55 g kw. tł. nasycone: 43,09g cukry proste: 32,89 g błonnik: 25,06g sód: 739,04 mg</p> |
| Łatwostrawna | <p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) jajko gotowane(60g),szynka drobiowa(30g) sałata (10g) pomidor (80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p> | <p>Ryż na rosolu(300ml) ziemniaki(250g) schab gotowany(120g),,sos koperkowy(100ml)buraczki(150g) woda mineralna, (250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p> | <p>Galaretka z tartym jabłkiem(150g), kefir 200g Alergeny:7</p> | <p>Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) ,masło(82% tł) (20g) wędlina sopocka parzona(50g),serek deliser 17,5g,ogórek kiszony 40g,pomidor 40g</p> <p>Posilek nocny: jogurt naturalny,(150g),,wafel ryżowy 1szt herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:1,7,6</p> | <p>Energia: 1891,74 kcal białko: 98,16g tłuszcze: 66,85g węglowodany: 213,96 g kw. tł. nasycone: 40,83 g cukry proste: 31,94 g błonnik: 27,18g sód:1047,58mg</p> |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu | Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) ,szynka drobiowa(50g) sałata (10g) pomidor (80g) Alergeny:1,7,6,9 | Ryż na rosole(300ml) ziemniaki(250g) schab gotowany(120g),,sos koperkowy(100ml)buraczki(150g) woda mineralna, (250ml) Alergeny:1,6,9, | Galaretka z tartym jabłkiem(150g), kefir 200g Alergeny:7 | Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) ,masło(82% tł) (20g) wędlina sopocka parzona(50g) ogórek kiszony 40g,pomidor 40g Posiłek nocny: jogurt naturalny,(150g), wafel ryżowy 1szt,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6 | Energia 1870,99 kcal białko: 111,9g tłuszcze: 59,48 g węglowodany: 216,37 g kw. tł. nasycone: 36,20 g cukry proste: 31,5 g błonnik: 24,54g sól: 1018,23mg |
| Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł,(20g) jajko gotowane(60g),szynka drobiowa(30g) sałata (10g) pomidor (80g) Alergeny:1,7,6,9 | Ryż na rosole(300ml) ziemniaki(250g) schab gotowany(120g),,sos koperkowy(100ml,kalafior gotowany na parze200g woda mineralna, (250ml) Alergeny:1,6,9, | Galaretka z tartym jabłkiem(150g), kefir 200g Alergeny:7 | Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) ,masło(82% tł) (20g) wędlina sopocka parzona(50g),serek deliser 17,5g sałatka z sałaty lodowej,ogórka kiszzonego i pomidora(100g) Posiłek nocny: jogurt naturalny,(150g), wafel ryżowy 1sztherbata b/c,250ml Alergeny:1,7,6 | Energia: 1908,63 kcal białko: 106,81g tłuszcze: 76,85g węglowodany: 189,14 g kw. tł. nasycone: 41,59g cukry proste: 34,54 g błonnik: 28,73g sód: 970,74mg |
| Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane | Zupa mleczna z makaronem(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g),moczone w kawie z mlekiem masło 82% tł,(20g) szynka z piersi indyka(50g),zmielone pomidor zblendowany (80g) Alergeny:1,7,6,9 | Ryż na rosole(300ml)zmiksowana ziemniaki(250g)zmiksowane schab gotowany mielony(120g),buraczki zmielone(150g) woda mineralna, (250ml) Alergeny:1,6,9,7,3 | jabłko zblendowane(150g) | Płatki owsiane na mleku(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(100g)moczone w kawie z mlekiem ,masło(82% tł) (20g) wędlina sopocka parzona zmielona(50g) pomidor(100g)zblendowany Posiłek nocny: jogurt naturalny,(150g) ,herbata b/c Alergeny:1,7,6 | Energia: 1973,4 kcal białko: 89,88 g tłuszcze: 69,3g węglowodany: 176,68g kw. tł. nasycone:29,54 g cukry proste: 12,95 g błonnik: 22,34 g sód:981,23 mg |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

| Dieta | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja + (posiłek nocny) | Wartości odżywcze |
|--|--|---|--|---|--|
| Podstawowa | Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g)serek fromage(40g),ogonówka parzona(20g),sałata(10g),papryka(40g),,ogórek świeży(40g) Alergeny:1,7,6 | Barszcz ukraiński(300 ml,)kasza gryczana(200g)gulasz mięsno-jarzynowy,(włoszczyzna +łopatka wieprzowa)(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9, | Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (150g) | kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),,szynka z piersi indyka(30g),wędlina kociewska 50g,ogórek kiszony(60g) Posiłek nocny:mus jabłko,arbuz,aronia(100g),kefir 200g Alergeny:1,7,6,9, | Energia: 2404,09kcal białko:97,75g tłuszcze:88,54g węglowodany:294,96 g kw. tł. nasycone:41,76g cukry proste: 31,94 g błonnik: 33,58g sód:1123,40 mg |
| Łatwostrawna | Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g)serek fromage(40g),ogonówka parzona(20g)sałata (10g),pomidor(80g) Alergeny:1,7,6 | Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml)kasza jęczmienna(200g),gulasz mięsno-jarzynowy,(włoszczyzna +łopatka wieprzowa)(300g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9, | Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (150g) | Zupa mleczna z kaszą manną250mlkawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),,szynka z piersi indyka(50g),ogórek kiszony(60g) Posiłek nocny:mus jabłko,arbuz,aronia(100g),kefir 200g Alergeny:1,7,6,9, | Energia:2256,3kcal białko:82,,09g tłuszcze:80,25g węglowodany: 297,45g kw. tł. nasycone:38,98 g cukry proste:28,81g błonnik: 21,51g sód :1024,7 mg |
| Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu | Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g),ogonówka parzona(50g),sałata(10g),pomidor(80g) Alergeny:1,7,6 | Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml)kasza jęczmienna(200g),gulasz mięsno-jarzynowy gotowany,(włoszczyzna +łopatka wieprzowa)(300g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9, | Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (150g) | Zupa mleczna z kaszą manną250mlkawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),,szynka z piersi indyka(50g),ogórek kiszony(60g) Posiłek nocny:mus jabłko,arbuz,aronia(100g),,kefir 200g Alergeny:1,7,6,9, | Energia:2169kcal białko:82,36 g tłuszcze:71,25g węglowodany: 296,28 g kw. tł. nasycone:35,75g cukry proste: 28,67 g błonnik: 21,51g sód:1002,3 mg |

| | | | | | |
|---|--|--|---|--|---|
| <p>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo żytnio-pszenne(40g) pieczywo razowe 6 ziaren (60g) masło 82% tł,(20g),,serek fromage(40g),ogonówka parzona(20g),sałata(10g),,ogórek świeży(40g),pomidor 40g</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p> | <p>Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml)kasza gryczana(200g)gulasz mięsno-jarzynowy,(włoszczyzna +łopatka wieprzowa)(300g)woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p> | <p>Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (150g)</p> | <p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi250mlkawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(40g) pieczywo graham ze słonecznikiem(60g) masło(82% tł) (20g),,szynka z piersi indyka(50g),ogórek kiszony(60g) Posiłek nocny:mus jabłko,arbuz,aronia(100g),kefir 200g</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,</p> | <p>Energia:2259,81kcal białko:87,03g tłuszcze:81,65g węglowodany: 289,62 g kw. tł. nasycone:39,24g cukry proste: 28,61 g błonnik: 23,52g sód:1011,34 mg</p> |
| <p>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem(250ml),miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło 82% tł,(20g) ,ogonówka parzona(50g),miks,,ogórek świeży(80g)zblendowany</p> <p>Alergeny:1,7,6</p> | <p>Zupa ziemniaczana z zacierką miks(300ml)ziemniaki(250) miks,gulasz mięsno-jarzynowy,(włoszczyzna +łopatka wieprzowa)(200g) miks woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p> | <p>Kisiel z jabłkiem niskosłodzony,rzrzędzony zmiksowany (100g)</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manną(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło(82% tł) (20g), ,szynka z piersi indyka(50g),miksogórek kiszony(60g)zblendowany Posiłek nocny:mus jabłko,arbuz,aronia(100g),kefir200g</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,</p> | <p>Energia: 2105,64 kcal białko:73,11g tłuszcze:63,05g węglowodany: 285,4g kw. tł. nasycone:31,54g cukry proste:22,27g błonnik:26,42g sód:986,67 mg</p> |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

| 14.04.2026 | | | | | |
|--|--|---|---|---|---|
| dieta | Śniadanie | obiad | podwieczorek | Kolacja +posilek nocny | Wartości odżywcze |
| Podstawowa | <p>Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(50g),sałatka z sałaty lodowej ,pomidora i ogórka kiszzonego(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10</p> | <p>Manna na rosole(300g),ziemniaki (250g) ,schab pieczony w marynacie z ketchupu(180g),surówka z marchwi i selera(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,</p> | <p>Mus jabłko,brzoskwinia,banan,gruszka(100g),wafel ryżowy(1szt),banan(150g),herbata b/c 250ml Alergeny:7</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) ,serek topiony(2szt),szynka śniadaniowa(30g),ogórek świeży(80g)</p> <p>Posilek nocny:jogurt naturalny(150g), herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10</p> | <p>Energia: 2398,64 kcal białko:91,36g Tłuszcze: 91,63 g węglowodany: 288,04g kw. tł. nasycone:57,11 g cukry proste:42,04 g błonnik: 31,52g sód:1321 mg</p> |
| Łatwostrawna | <p>Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(50g),pomidor 40g,ogórek kisz 40g</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10</p> | <p>Manna na rosole(300ml) ,ziemniaki(250g),klops gotowany(70g),marchewka gotowana(150g),sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3</p> | <p>Mus jabłko,brzoskwinia,banan,gruszka(100g),wafel ryżowy(1szt),banan(150g),herbata b/c 250ml Alergeny:7</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) ,serek topiony(2szt),szynka śniadaniowa(30g),pomidor(80g)</p> <p>Posilek nocny:jogurt naturalny(150g), herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10</p> | <p>Energia: 2176,52 kcal białko 81,41 g tłuszcze:80,32g węglowodany: 306,16 g kw. tł. nasycone: 45,46g cukry proste: 55,09 g błonnik: 27,09g sód:1135,12 mg</p> |
| Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu | <p>Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(50g),ogórek kiszony</p> | <p>Manna na rosole(300ml) ,ziemniaki(250g),klops gotowany(70g),marchewka gotowana(150g),sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3</p> | <p>Mus jabłko,brzoskwinia,banan,gruszka(100g),wafel ryżowy(1szt),banan(150g),kefir 200g Alergeny:7</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) ,,szynka śniadaniowa(50g),pomidor (80g)</p> | <p>Energia: 2160,19 kcal białko 95,89g tłuszcze:78,39g węglowodany: 285,59 g kw. tł. nasycone: 44,05g cukry proste: 37,16 g błonnik:45,94g sód:1112,03 mg</p> |

| | | | | | |
|--|--|--|---|--|---|
| | 40g,pomidor 40g Alergeny:1,7,6,9,10 | | | Posiłek nocny:serek wiejski(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10 | |
| Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham(90g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(50g),sałatka z sałaty lodowej ,pomidor 50g,ogórek kiszony 50g Alergeny:1,7,6,9,10 | Manna na rosole(300ml) ,ziemniaki(250g),klops gotowany(70g),surówka z marchwi i selera(150g),sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3 | Mus jabłko,brzoskwinia,,banan,gruszka(100g),wafel ryżowy(1szt),jabłko(150g),kefir 200g Alergeny:7 | Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło(82% tł) „szynka śniadaniowa(50g),ogórek świeży(100g), Posiłek nocny:serek wiejski(200g),pomidor(100g), herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10, | Energia: 2169,51 kcal białko:95,9g tłuszcze:82,99g węglowodany: 268,42g kw. tł. nasycone: 45,81g cukry proste: 43,96 g błonnik: 57,12g sód:1189,2 mg |
| Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane | Płatki owsiane na mleku(250ml),miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło 82% tł,(20g) ,szynka gotowana(50g),miks,,pomidor (100g)zblendowany Alergeny:1,7,6,9,10 | Manna na rosole miks(300ml)ziemniaki(250) miks,klops gotowany(70g),mikssos koperkowy 100g miks,marchewka gotowana(150g),miks miks kompot niskosłodzony(250ml) Alergeny:1,6,9, | Mus jabłko,brzoskwinia,banan,gruszka(100g),,banan 150g zblendowany | Zupa mleczna z kaszą manną(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło(82% tł) (20g), ,szynka śniadaniowa(50g),pomidor(60g)zblendowany Posiłek nocny:,,kefir200g Alergeny:1,7,6,9,10 | Energia: 1803,25 kcal białko:70,78g tłuszcze:61,34g węglowodany: 264,79g kw. tł. nasycone:36,18g cukry proste:41,43g błonnik:23,23g sód:998,56 mg |
| | | | | | |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14:mięczaki i pochodne

| Dieta | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja + (posilek nocny) | Wartości odżywcze |
|--|--|---|--|---|--|
| Podstawowa | Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z ziarnem(30g) masło 82% tł,(20g) połudwica drobiowa(30g)ser edamski (25g),sałata(10g),papryka(50g), pomidor(50g) Alergeny:1,7,6,9 | Rosół z makaronem (300ml) ziemniaki(250g)pierś z kurczaka pieczona,faszerowana szpinakiem(180g),marchewka a mini gotowana(150g)z masłem i bułką tartą woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,7 | Sałatka z jajka,pomidora i kalafiora z sosem jogurtowym i koperkiem(150g),wafel ryżowy 1szt Alergeny:3,7, | Płatki owsiane na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z ziarnem(30g) masło(82% tł) (20g),ryba w sosie greckim 80g,wędlina szynkowa 25g,ogórek kiszony 80g Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml), Alergeny: 1,7.6,10,4,9 | Energia: 2412,96 kcal białko: 105,24 g tłuszcze: 120,67g węglowodany220,03 g kw. tł. nasycone: 52,51 g cukry proste:16,27 g błonnik: 27,05g sód :1322,04 mg |
| Łatwostrawna | Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z ziarnem(30g) masło 82% tł,(20g) połudwica drobiowa(30g) twarożek ze śmietaną 100g sałata (10g) pomidor(80) Alergeny:1,7,6,9 | Rosół z makaronem(300ml) ziemniaki(250g)pierś z kurczaka gotowana(130g),sos koperkowy(100g),marchewka a mini gotowana(150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9, | Sałatka z jajka,pomidora i kalafiora z sosem jogurtowym i koperkiem(150g),wafel ryżowy 1szt Alergeny:3,7, | Płatki owsiane na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z ziarnem(30g) masło(82% tł) (20g),ryba w sosie greckim 80g,wędlina szynkowa 25g,ogórek kiszony 80g Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml), Alergeny: 1,7.6,10,4,9 | Energia: 2122,71 kcal białko: 92,54 g tłuszcze: 88,99g węglowodany: 186,59 g kw. tł. nasycone: 42,79 g cukry proste:19,03g błonnik: 13,63g sód:1299,56 mg |
| Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu | Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g) połudwica drobiowa(50g),twarożek chudy 60g sałata (10g) pomidor(80) Alergeny:1,7,6,9 | Rosół z makaronem(300ml) ziemniaki(250g)pierś z kurczaka gotowana (130g)sos koperkowy(100g),marchewka a mini gotowana(150g) woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9, | Sałatka z ,pomidora i kalafiora z sosem jogurtowym i koperkiem(150g),wafel ryżowy 1szt Alergeny:.,7, | Płatki owsiane na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),ryba gotowana w sosie greckim 80g,wędlina szynkowa 25g,ogórek kiszony 80g Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml), Alergeny: 1,7.6,10,4,9 | Energia:2042,71 kcal białko: 86,54 g tłuszcze: 83,99g węglowodany: 186,59 g kw. tł. nasycone: 42,79 g cukry proste:19,03g błonnik: 13,63g sód:1261,01 mg |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|--|
| <p>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250g) pieczywo z ziarnem(90g) masło 82% tł,(20g) polędwica drobiowa(50g),twarożek chudy 60g sałata (10g) pomidor(80)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p> | <p>Rosół z makaronem(300ml) ziemniaki(250g),pierś z kurczaka gotowana(180g),sos koperkowy(100g) cukinia gotowana na parze(150g)</p> <p>woda mineralna(250g)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p> | <p>Salatka z jajka,pomidora i kalafiora z sosem jogurtowym i koperkiem(150g),wafel ryżowy 1szt</p> <p>Alergeny:3,7,</p> | <p>Płatki owsiane na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo z ziarnem(90g) masło(82% tł) (20g),ryba w sosie greckim 80g,wędlina szynkowa 25g,ogórek kiszony 80g</p> <p>Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml),</p> <p>Alergeny: 1,7,6,10,4,9</p> | <p>Energia: 2012,71 kcal białko: 92,54 g tłuszcze: 87,99g węglowodany: 186,59 g kw. tł. nasycone: 42,79 g cukry proste:19,03g błonnik: 13,63g sód:1202,33 mg</p> |
| <p>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</p> | <p>ryż na mleku-miks(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie moczzone w kawie(70g) ,masło 82% tłuszczu(20g),twarożek-miks(60g),polędwica drobiowa(50g),pomidor zblendowany(80g),</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p> | <p>Rosół z makaronem-miks(300g),ziemniaki(250g)-miks (200g),pierś z kurczaka gotowana(130g),mikssos koperkowy(100g)miks,marchewka mini gotowana(150g) miks,woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p> | <p>Jabłko pieczone(150g), zblendowane</p> | <p>Płatki owsiane na mleku-miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie moczzone w kawie(70g) masło(82% tł) (20g), szynkowa zmielona(50g), ogórek świeży zblendowany(80g),ryba gotowana zmiksowana 60g</p> <p>Posiłek nocny: kefir(200g) herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,10</p> | <p>Energia: 2043,92kcal białko:86,13g tłuszcze: 65,44g węglowodany: 286,16g kw. tł. nasycone: 37,87 g cukry proste:31,50g błonnik: 27,31g sód:1195,34 mg</p> |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

| Dieta | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja + posiłek nocny | Wartości odżywcze |
|---------------------|--|--|--|---|---|
| Podstawowa | Kasza manna na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) szynka z piersi indyka(25g),krakowska drobiowa parzona(25g),sałatka z sałaty lodowej,ogórka i papryki(100g) Alergeny:1,7,6,9,10 | Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 18%(300ml)makaron(durum) z patelni(łopatka mielona,papryka,kukurydza ,koncentrat pomidorowy,cebula)(300g), jabłko 150g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,10,7 | Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką (150g) Alergeny:7,1, | Zupa mleczna z ryżem (250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g),pomidor(80g),polędwica sopocka (50g),serek deliser 17g Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g), herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10 | Energia: 2226,52 kcal białko: 92,83g tłuszcze:85,92 g węglowodany: 329,17g kw. tł. nasycone: 42,31g cukry proste:27,12 g błonnik: 56,53 g sód 1299,01 mg |
| Łatwostrawna | Kasza manna na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) szynka z piersi indyka(25g)wędlina krakowska drobiowa(25g),ogórek kiszony 80g Alergeny:1,7,6,10 | Zupa ziemniaczana z koperkiem300ml, makaron durum200g,sos z mięsa mielonego wieprzowego z warzywami 300,gsałata z jogurtem2%(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,7 | Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką (150g),kefir(200 g) Alergeny:7,1, | Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g),pomidor(80g) polędwica sopocka (50g),serek deliser 17g Posiłek nocny: nocny:(` 150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10, | Energia: 2046,93kcal białko: 91,2g tłuszcze: 71,83 g węglowodany:330,68g kw. tł. nasycone: 40,39 g cukry proste:26,22g błonnik 58,28g sód:1199,01 mg |

| | | | | | |
|---|--|---|---|---|--|
| <p>Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</p> | <p>Kasza manna na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) szynka z piersi indyka(25g)ogonówka parzona(25g),ogórek kiszony 80g Alergeny:1,7,6,9</p> | <p>Zupa ziemniaczana z koperkiem300ml),makaron durum200g,sos z mięsa mielonego wieprzowego z warzywami 300g,sałata z jogurtem2%(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,7</p> | <p>Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką (150g),kefir(200g) Alergeny:.,7,1,</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) twarożek(100g),pomidor(80g) połędwica sopocka(20g) Posiłek nocny::nocny:deser mleczny z ryżem i jabłkiem(150g) herbata (b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10</p> | <p>Energia: 2015,82kcal białko: 100,23g tłuszcze: 63,6 g węglowodany332,82g kw. tł. nasycone: 37,96 g cukry proste:25,99g błonnik 58,24g sód:1189,00 mg</p> |
| <p>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> | <p>Kasza manna na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł,(20g) szynka z piersi indyka(25g)ogonówka parzona(25g),ogórek kiszony 50g,ogórek św 50g,jogurt naturalny(150g) Alergeny:1,7,6,9</p> | <p>Zupa ziemniaczana z koperkiem300ml),makaron durum200g,sos z mięsa mielonego wieprzowego z warzywami 300g,sałata z jogurtem2%(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,7</p> | <p>Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką (150g), kefir(200g) Alergeny:.,7,1,</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo z razowe(90g) masło(82% tł) (20g),pomidor(80g) ,połędwica sopocka (50g),serek deliser 17g,jabłko 150g Posiłek nocny:jogurt naturalny 150g,j herbata (b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,,10,</p> | <p>Energia: 2085,81kcal białko: 94,79g tłuszcze: 77,83 g węglowodany:322,76g kw. tł. nasycone: 43,18g cukry proste:26,12g błonnik 62,36g sód:1067,98 mg</p> |
| <p>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</p> | <p>Kasza manna na mleku(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),rozmoczone w kawie,masło 82% tł,(20g) szynka z piersi indyka(25g) zmielona ogonówka parzona(25g)zmielona,ogórek świeży zblendowany(100g), jogurt naturalny(150g) Alergeny:1,7,6,</p> | <p>Zupa ziemniaczana (300ml) zmiksowany,ziemniaki(250g) zmiksowane pierś gotowana 130g zmiksowany(80g) sos jarzynowy zmiksowany (100g),marchewka gotowana zmiksowana(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7</p> | <p>Budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką rozrzedzony (150g),kefir(200g) Alergeny:.,7,1,</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) ,rozmoczone w kawie masło(82% tł) (20g) twarożek(100g) zmiksowany,pomidor(80g)zblendow any ,wędlina szynkowa(20g),zmielona Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g),zmiksowany herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10</p> | <p>Energia: 2027,64 kcal białko:106,61 g tłuszcze:69,26 g węglowodany317,39 g kw. tł. nasycone: 42,04 g cukry proste: 30,9 g błonnik: 52,39g sód 1023,4 mg</p> |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14:mięczaki i pochodne

| Dieta | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja + (posiłek nocny) | Wartości odżywcze |
|--|---|---|---|---|---|
| Podstawowa | <p>płatki jaglane na mleku(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa z cukinią w galarecie(70g),ogonówka parzona(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p> | <p>Zupa fasolowa(300ml),,pierogi leniwe gotowane ,polane maselkiem (82%tł)z bułką tartą(300g)(twaróg,mąka,jajka)jabłko(15 woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,10,3</p> | <p>Kisiel niskosłodzony z jabłkiem(150g), herbata b/c 250ml</p> | <p>kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) ,polędwica drobiowa(25g),paprykarz(80g)(ryba gotowana,ryż ,włoszczyzna,koncentrat pomidorowy,ketchup),ogórek kiszony(50g)</p> <p>Posiłek nocny:jogurt naturalny 150g herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9,4</p> | <p>Energia: 2399,54 kcal białko:90,72g Tłuszcze: 89,73 g węglowodany: 309,97g kw. tł. nasycone:35,96 g cukry proste:31,14 g błonnik: 30,9g sód:1402,33 mg</p> |
| Łatwostrawna | <p>płatki jaglane na mleku(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa z cukinią w galarecie(70g),ogonówka parzona(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p> | <p>Krupnik(300g),,pierogi leniwe gotowane ,(300g)(twaróg,mąka,jajka)jabłko(15g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3</p> | <p>Kisiel niskosłodzony z jabłkiem(150g), herbata b/c 250ml</p> | <p>Zacierka na mleku (mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) ,polędwica drobiowa(25g),paprykarz(80g)(ryba gotowana,ryż ,włoszczyzna,koncentrat pomidorowy,ketchup),ogórek kiszony(50g)</p> <p>Posiłek nocny:jogurt naturalny150g herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9,4</p> | <p>Energia: 2375,3 kcal białko:110,34g Tłuszcze: 83,21 g węglowodany: 298,12g kw. tł. nasycone:51,15 g cukry proste:38,22 g błonnik: 22,93g sód:1377,3 mg</p> |
| Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu | <p>płatki jaglane na mleku(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g)</p> | <p>Krupnik(300g),,pierogi leniwe gotowane(300g)(twaróg,mąka,jajka)jabłko(150g) woda mineralna(250ml)</p> | <p>Kisiel niskosłodzony z jabłkiem(150g), herbata b/c 250ml</p> | <p>Zacierka na mleku (mleko2%)(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo graham(30g),pieczywo pszenno-żytnie 70g</p> | <p>Energia: 2298,09kcal białko:92,82g Tłuszcze: 66,92 g węglowodany: 335,18g kw. tł. nasycone:38,01 g</p> |

| | | | | | |
|---|---|--|--|--|--|
| | <p>masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa z cukinią w galarecie(70g),ogonówka parzona(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p> | <p>Alergeny:1,6,9,7,3</p> | | <p>masło(82% tł) ,polędwica drobiowa(25g),paprykarz(80g)(ryba gotowana,ryż ,włoszczyzna,koncentrat pomidorowy,ketchup),ogórek kiszony(50g)</p> <p>Posiłek nocny:jogurt naturalny 150g herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9,4</p> | <p>cukry proste:50,38 g błonnik: 25,42g sód:1267,7 mg</p> |
| <p>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> | <p>płatki jaglane na mleku(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa z cukinią w galarecie(70g),ogonówka(25g), sałatka z pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p> | <p>Krupnik(300g),,pierogi leniwe gotowane(300g)(twaróg,mąka,jajka)jabłko(150g) woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7,3</p> | <p>Kisiel niskosłodzony z jabłkiem(150g), herbata b/c 250ml</p> | <p>Zacierka na mleku (mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) ,polędwica drobiowa(25g),paprykarz(80g)(ryba gotowana,ryż ,włoszczyzna,koncentrat pomidorowy,ketchup),ogórek kiszony(50g)</p> <p>Posiłek nocny:jogurt naturalny 150g herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9,4</p> | <p>Energia: 2201,29kcal białko:90,82g Tłuszcze: 65,32 g węglowodany: 330,28g kw. tł. nasycone:36,11 g cukry proste:48,28 g błonnik: 24,13g sód:1298,7 mg</p> |
| <p>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</p> | <p>płatki jaglane na mleku(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),namoczone w kawie zbożowej z mlekiem masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa zmielona(50g)cukinia zmielona(70g),ogonówkaparzona zmielona(25g),pomidor zblendowany(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p> | <p>Krupnik zmiksowany(300g),,z dodatkiem ziemniaków gotowanych 50g+schab gotowany zmielony(100g)woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p> | <p>Kisiel niskosłodzony z jabłkiem rozrzedzony(150g),kefir 200g)</p> <p>Alergeny:7</p> | <p>Zacierka na mleku zmiksowana (mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie namoczone w kawie zbożowej(70g) masło(82% tł) ,szynka z piersi indyka zmielona(25g),paprykarz zmielony(80g)(ryba gotowana,ryż ,włoszczyzna,koncentrat pomidorowy,ketchup),</p> <p>Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9,4</p> | <p>Energia: 2134,1 kcal białko:98,3,g Tłuszcze: 65,12 g węglowodany: 237,12g kw. tł. nasycone:31,2 g cukry proste:36,7 1g błonnik: 16,42g sód:1199,89 mg</p> |
| | | | | | |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

| Dieta | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja + (posilek nocny) | Wartości odżywcze |
|--|---|---|---|--|---|
| Podstawowa | <p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),wędlna kociewska(50),połudwica sopocka parzona30g,sałatka z sałaty lodowej,ogórka i ,pomidora (80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,10</p> | <p>Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),schab gotowany(130g),sos chrzanowy(150g),sałata z jogurtem(100g),woda n/g(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,,7</p> | <p>Biszkopty3szt, banan (150g),herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:7,1,3</p> | <p>Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło(82% tł) ,ogonówka parzona(50g)sałata(10g),sałatka z pomidora z koperkiem (80g),serek topiony 17,5g</p> <p>Posilek nocny:kefir(200g)</p> <p>herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10</p> | <p>Energia: 2190,56 kcal białko:97,83g Tłuszcze: 87,99g węglowodany: 256,1g kw. tł. nasycone:42,56g cukry proste:20,1g błonnik: 21,34g sód:1198,2 mg</p> |
| Łatwostrawna | <p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),połudwica sopocka parzona(50g),pomidor 40g,ogórek kiszony 40g</p> <p>Alergeny:1,7,6,10</p> | <p>Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),schab gotowany(130g),sos koperkowy(100g),sałata z jogurtem(100g),woda n/g(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,,7</p> | <p>Biszkopty3szt, banan (150g) ,herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:7,1,3</p> | <p>Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło(82% tł) ,ogonówka parzona(50g)sałata(10g),sałatka z pomidora z koperkiem (80g),serek topiny17,5g</p> <p>Posilek nocny:kefir(200g)</p> <p>herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10</p> | <p>Energia:2058,59 kcal białko98,02 g tłuszcze:79,61g węglowodany: 242,01g kw. tł. nasycone: 41,97g cukry proste: 21,07 g błonnik: 20,81g sód :1112,49 mg</p> |
| Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu | <p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),pieczywo graham 30g,masło 82% tł,(20g),połudwica sopocka parzona(50),pomidor 40g,ogórek kiszony 40g</p> | <p>Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),schab gotowany(130g),sos koperkowy(100g),sałata z jogurtem(100g)woda n/g(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,,7</p> | <p>Jogurt naturalny(150g), banan (150g) ,herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:7,</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),pieczywo graham 30g masło(82% tł) ,ogonówka parzona(50g)sałata z pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Posilek nocny:kefir(200g)</p> | <p>Energia:2119,74kcal białko:102,58g tłuszcze:83,41g węglowodany: 244,15g kw. tł. nasycone: 44,86g cukry proste:18,25 g błonnik: 20,65g sód:1079,14 mg</p> |

| | | | | | |
|--|---|--|--|---|--|
| | Alergeny:1,7,6, | | | herbata(b/c)(250ml) | |
| Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło 82% tł,(20g),połudwica sopocka parzona(50g),pomidor 50g,ogórek kiszony 50g Alergeny:1,7,6, | Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),schab gotowany(130g),sos koperkowy(100g),sałata z jogurtem(100g),woda n/g(250ml) Alergeny:1,6,9,,7 | Jogurt naturalny(150g, jabłko (150g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7, | Alergeny:1,7,6,910 Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło(82% tł) ,ogonówka parzona(50g)sałata z pomidora z koperkiem(80g),serek topiony 17,5g Posiłek nocny:kefir(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,910 | Energia:2087,37kcal białko:100,66g tłuszcze:86,15g węglowodany: 229,03g kw. tł. nasycone:45,05g cukry proste:18,04 g błonnik:24,73 g sód:1123,56 mg |
| Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane | Zupa mleczna z makaronem zmiksowana(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie namoczone w kawie(70g) masło 82% tł,(20g),sopocka parzona zmielony(30g),serek topiony(2szt),ogórek św zblendowany(40g)pomidor40g zblendowany Alergeny:1,7,6,10 | Ryż na rosole zmiksowany(300ml),ziemniaki zmiksowane rozrzedzone zupą(250g),schab gotowany zmiksowany rozrzedzony(130g),sos koperkowy(100g)buraczki zmielone rozrzedzone zupą150g),woda n/g(250ml) Alergeny:1,6,9,, | Jogurt naturalny(150g, herbata b/c 250mlAlergeny: 7, | Płatki owsiane na mleku zmiksowana(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie namoczone w kawie(70g) masło(82% tł) ,szynka gotowana zmielona(50g)sałata z pomidora z koperkiem zblendowana(80g) Posiłek nocny:kefir(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10 | Energia:1976,96 kcal białko 98,13 g tłuszcze:81,23g węglowodany: 219,58g kw. tł. nasycone: 44,55g cukry proste: 18,25 g błonnik: 16,52g sód:1078,8 mg |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

| dieta | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja + (posilek nocny) | Wartości odżywcze |
|---------------------|--|--|--|---|---|
| Podstawowa | <p>Zupa mleczna z kaszą manną(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł.(20g)szynka gotowana(30g),szynka z piersi indyka (30g)sałata(10g),ogórek świeży(40g),pomidor 40g</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10</p> | <p>Rosół z makaronem(300ml), ziemniaki(250g)udko pieczone(180g)surówka z ogórka kiszzonego i marchewki z olejem i musztardą150g ,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,10</p> | <p>Galaretka z tartym jabłkiem 150g,jogurt naturalny ,herbata b/c 250mlAlergeny: 7</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),serek twarogowy deliser (1szt 17g),schab Boryny(50g)pomidor(80g) Posilek nocny:jogurt z owsianką truskawkowy 180g sok z pomarańczy z jabłkiem (300 ml) Alergeny:1,7,6,</p> | <p>Energia: 2306,73 kcal białko:99,19g tłuszcze:87,6g węglowodany: 285,61g kw. tł. nasycone:45,99g cukry proste: 60,81 g błonnik: 18,08g sód 1342,12 mg</p> |
| Łatwostrawna | <p>Zupa mleczna z kaszą manną(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł.(20g)szynka gotowana(30g),szynka z piersi indyka (30g)sałata(10g),ogórek świeży(40g),pomidor 40g</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10</p> | <p>Rosół z makaronem(300ml) ,ziemniaki(250g)udko pieczone(180g),marchewka mini gotowana (150g) ,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,</p> | <p>Galaretka z tartym jabłkiem 150g,jogurt naturalny,herbat a b/c 250ml Alergeny:7</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),serek twarogowy deliser (1szt 17g),schab Boryny(50g)pomidor(80g) Posilek nocny:jogurt z owsianką truskawkowy 180g sok z pomarańczy z jabłkiem (300 ml) Alergeny:1,7,6,</p> | <p>Energia:2285,17kcal białko:97,67 g tłuszcze:86,61g węglowodany: 283,46 g kw. tł. nasycone:44,66g cukry proste:58,21 g błonnik: 17,68g sód:1288,09 mg</p> |

| | | | | | |
|---|---|---|--|---|--|
| <p>Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manną(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20g)szynka gotowana(30g),szynka z piersi indyka (30g)sałata(10g),ogórek świeży(40g),pomidor 40g</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10</p> | <p>Rosół z makaronem(300ml) ,ziemniaki(250g)udko gotowane(180g)marchewka mini gotowana (150g) ,sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,</p> | <p>Galaretka z tartym jabłkiem 150g,jogurt naturalny,herbat a b/c 250ml Alergeny:7</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło(82% tł) (20g),schab Boryny(50g)pomidor(80g) Posiłek nocny: kefir 200g sok z pomarańczy z jabłkiem (300 ml) Alergeny:1,7,6,</p> | <p>Energia:2330,75kcal białko:109,9 g tłuszcze84,96g węglowodany: 286,2 g kw. tł. nasycone:43,35g cukry proste: 57,98 g błonnik: 17,95g sód:1209,34 mg</p> |
| <p>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manną(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren (90g) masło 82% tł.(20g)szynka gotowana(30g),szynka z piersi indyka (30g)sałata(10g),ogórek świeży(40g),pomidor 40g</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10</p> | <p>Rosół z makaronem(300ml), ziemniaki(250g)udko gotowane(180g),cukinia gotowana na parze(150g) ,sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,</p> | <p>Galaretka z tartym jabłkiem 150g,jogurt naturalny,herbat a b/c 250ml Alergeny:7</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) (20g),serek twarogowy deliser(1szt 17g)schab Boryny(50g)pomidor(80g) Posiłek nocny:kefir 200g sok z pomarańczy z jabłkiem (300 ml) Alergeny:1,7,6,</p> | <p>Energia:2281,61kcal białko:109,99 g tłuszcze:92,65g węglowodany: 257,47 g kw. tł. nasycone:46,98g cukry proste:58,16 g błonnik: 21,13g sód:1267,88 mg</p> |
| <p>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) miksowana,kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie (70g),moczone w kawie masło 82% tł.(20g),szynka gotowana(50g),zmielona, ogórek(80g)zblendowany</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10</p> | <p>Rosół z makaronem miks(300ml),ziemniaki miks(250g)udko gotowane zmielone(180g),marchewka mini gotowana zmiksowana (150g) ,sos koperkowy zmiksowany(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,</p> | <p>Jogurt naturalny 150g,tarte jabłko 150g zblendowane Alergeny: 7</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) miks kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) moczone w kawie masło(82% tł) (20g),schab Boryny parz.mielona(50g),pomidor zblendowany(80g) Posiłek nocny: owsianka z truskawką-miks (100g),herbata b/c(250ml) Alergeny:1,7,6,</p> | <p>Energia: 1959,94 kcal białko:84,86g tłuszcze:71,15g węglowodany: 227,1g kw. tł. nasycone:33,92 g cukry proste:21,31g błonnik:21,02g sód 1157,98 mg</p> |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 tubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

| Dieta | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja + (posilek nocny) | Wartości odżywcze |
|--|--|--|---|--|--|
| Podstawowa | płatki jaglane na mleku(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł.(20g)szynka drobiowa(30g),wędlina szynkowa 25g,salata 10g,papryka 40g,,pomidor 40g Alergeny:1,7,6,9,10 | Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 18%(300ml),makaron durum zapiekany z kapustą kiszoną ,wędliną zwyczajną (300g),kefir 200g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,10,6,7 | pomarańcza 200g,wafel ryżowy 1szt herbata b/c 250ml | Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),serek twarogowy deliser (1szt17g),polędwica sopocka parzona(50g)ogórek świeży(80g) Posilek nocny:jogurt naturalny 150g,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6, | Energia: 2249,52 kcal białko:90,16 g tłuszcze:79,12g węglowodany: 296,85 g kw. tł. nasycone:41,02g cukry proste: 20,29 g błonnik: 25,78g sód:1243,53 mg |
| Łatwostrawna | płatki jaglane na mleku(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł.(20g)szynka drobiowa(30g),,wędlina szynkowa 25gsalata 10g,,,pomidor 80g Alergeny:1,7,6,9,10 | Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),makaron durum(200g)klops gotowany 90g,sos pomidorowy (150g),bukiet warzyw gotowany na parze(kalafior,brokuly ,marchewka),kefir(200g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3 | pomarańcza 200g,wafel ryżowy 1szt herbata b/c 250ml | Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),serek twarogowy deliser (1szt17g),polędwica sopocka parzona(50g)ogórek kiszony(80g) Posilek nocny:jogurt naturalny 150g,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6, | Energia:2233,26kcal białko:96,31 g tłuszcze:68,51g węglowodany: 314,43 g kw. tł. nasycone:40,03g cukry proste:23,55 g błonnik: 26,00g sód:1125,54 mg |
| Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu | Zupa mleczna z kaszą manną(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20g)szynka | Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),makaron durum(200g)klops gotowany 90g,sos pomidorowy (150g),marchewka gotowana 150g,kefir(200g),woda | jabłko pieczone 200g,wafel ryżowy 1szt Alergeny :7 | Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham 30g) masło(82% tł) (20g),polędwica | Energia:2225,19kcal białko:92,71 g tłuszcze:58,59g węglowodany: 311,21 g kw. tł. nasycone:40,26g cukry proste: 27,05 g |

| | | | | | |
|--|---|--|--|---|--|
| | drobiowa(50g),sałata 10g,,,pomidor 80g Alergeny:1,7,6,9,10 | mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3 | | sopocka parzona(50g)ogórek kiszony(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny 150g,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6, | błonnik: 18,83g sód:1131,65 mg |
| Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | płatki jaglane na mleku(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g)szynka drobiowa(30g) wędlina szynkowa 25g,sałata 10g,,,pomidor 80g Alergeny:1,7,6,9,10 | Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),makaron durum(200g)klops gotowany 90g,sos pomidorowy (150g),bukiet warzyw gotowany na parze(kalafior,brokuly , (150g),,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3 | pomarańcza 200g,kefir 200g Alergeny:7 | Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) (20g),serek twarogowy deliser (1szt17g),polędwica sopocka parzona(50g)ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny 150g,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6, | Energia:2217,83kcal białko:96,76 g tłuszcze:70,51g węglowodany: 306,46 g kw. tł. nasycone:40,21g cukry proste:24,75 g błonnik: 29,4g sód:976,98 mg |
| Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane | Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) miksowana,kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie (70g),moczone w kawie masło 82% tł,(20g),szynka drobiowa(50g)zmiksowana,pomidor(80g)zblendowany Alergeny:1,7,6,9, | Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml)ziemniaki gotowane 250g,zmiksowane,sos pomidorowy 150g,klops gotowany 90g,marchewka gotowana 150g,zmiksowana,kefir(200ml),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3 | jabłko pieczone 200g,herbata b/c 250ml | Zupa mleczna z ryżem(250ml) miks kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) moczone w kawie masło(82% tł) (20g),polędwica sopocka parzona mielona(50g),ogórek zblendowany(80g) Posiłek nocny: jogurt naturalny150ml,herbata b/c(250ml) Alergeny:1,7,6, | Energia: 2056,66 kcal białko:82,11g tłuszcze:63,54g węglowodany: 286,33g kw. tł. nasycone:39,13 g cukry proste:29,47g błonnik:17,93g sód: 998,77 mg |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy , 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne