

SPOSOBY OBRÓBKİ POSIŁKU			
(G) – Gotowanie	(S) – Smażenie	(P) – Pieczenie	(D) - Duszenie

**PODSTAWOWA**

**Śniadanie**

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

POMIDOR 70 G

MIÓD 25 G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (2 KROMKI) 70 G /alergeny: gluten/

CHLEB GRAHAM (1 KROMKA) 30 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

**Obiad**

RYŻOWA 400 ML (G) /alergeny: seler/

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G

SOS JARZYNOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

KALAFIOR GOTOWANY 120 G (G)

ZIEMNIAKI PUREE 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

CIASTEczKA ZBOŻOWE B/CIUKRU 50G /alergeny: gluten; soja; mleko; orzechy/

**Kolacja**

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

POWIDŁA 25 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (2 KROMKI) 70 G /alergeny: gluten/

CHLEB GRAHAM (1 KROMKA) 30 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2108 kcal

BIAŁKO 94,71 g; WĘGLOWODANY 302,11 g; Cukry proste 69,58 g; TŁUSZCZE 63,75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 33,72 g; BŁONNIK 28,28 g; Sól 7,01 g

### ŁATWOSTRAWNA

#### Śniadanie

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

POMIDOR 70 G

MIÓD 25 G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

#### Obiad

RYŻOWA 400 ML (G) /alergeny: seler/

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G

SOS JARZYNOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

KALAFIOR GOTOWANY 120 G (G)

ZIEMNIAKI PUREE 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

#### Kolacja

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

POWIDŁA 25 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2004 kcal

BIAŁKO 90,02 g; WĘGLOWODANY 293,25 g; Cukry proste 84,59 g; TŁUSZCZE 57,24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,90 g; BŁONNIK 28,71 g; Sól 6,60 g

### **CUKRZYCOWA**

---

#### **Śniadanie**

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 70 G **/alergeny: soja/**

JOGURT NATURALNY 150 G **/alergeny: mleko/**

POMIDOR 70 G

CHLEB GRAHAM (3 KROMKI) 90 G **/alergeny: gluten/**

MASŁO NATURALNE 10 G **/alergeny: mleko/**

KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) **/alergeny: gluten; mleko/**

#### **Drugie śniadanie**

JABŁKO 250 G

WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

#### **Obiad**

RYŻOWA 400 ML (G) **/alergeny: seler/**

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G

SOS JARZYNOWY 100 G **/alergeny: gluten; mleko; seler/**

KALAFIOR GOTOWANY 120 G (G)

KASZA GRYCZANA 200 G (G) **/alergeny: soja; orzechy; gorczyca; łubiny/**

KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)

#### **Podwieczorek**

CIASTEczKA ZBOŻOWE B/CUKRU 50G **/alergeny: gluten; soja; mleko; orzechy/**

### **Kolacja**

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

SEREK WIEJSKI 150 G /alergeny: mleko/

OGÓREK ŚWIEŻY 50 G

WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/

CHLEB GRAHAM ( 4 KROMKI ) 120 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2110 kcal

BIĄŁKO 122,49 g; WĘGLOWODANY 298,40 g; Cukry proste 46,55 g; TŁUSZCZE 54,20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 23,97 g; BŁONNIK 33,36 g; Sól 7,46 g

### **BEZGLUTENOWA**

#### **Śniadanie**

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)

SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/

POMIDOR 70 G

MIÓD 25 G

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

#### **Obiad**

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G

KALAFIOR GOTOWANY 120 G (G)

ZIEMNIAKI PUREE 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

### **Kolacja**

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/

POWIDŁA 25 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2121 kcal

BIAŁKO 121,31 g; WĘGLOWODANY 235,76 g; Cukry proste 79,18 g; TŁUSZCZE 78,71 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 35,44 g; BŁONNIK 25,20 g; Sól 4,58 g

### **BEZMLECZNA**

#### **Śniadanie**

KASZKA MANNA Z JABŁKIEM b/ml 200G (G) /alergeny: gluten/

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

POMIDOR 70 G

MIÓD 25 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA 10 G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

HERBATA 200 G

#### **Obiad**

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G

KALAFIOR GOTOWANY 120 G (G)

ZIEMNIAKI PUREE 200 G (G)  
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)  
JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

### **Kolacja**

KISIEL Z JABŁKIEM 200 G (G)  
WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/  
POWIDŁA 25 G  
SOK POMIDOROWY 300 ML  
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA 10 G  
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/  
HERBATA 200 G  
CYTRYNA 15 G

### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2042 kcal

BIAŁKO 84,29 g; WĘGLOWODANY 352,51 g; Cukry proste 115,85 g; TŁUSZCZE 37,97 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 13,02 g; BŁONNIK 28,98 g; Sól 6,39 g

### **BOGATOBIAŁKOWA**

#### **Śniadanie**

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 70 G /alergeny: soja/  
JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/  
POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G  
MIÓD 25 G  
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/  
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/  
KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

#### **Obiad**

RYŻOWA 400 ML (G) /alergeny: seler/

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G

SOS JARZYNOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI PUREE 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

#### **Podwieczorek**

SER HOMOGENIZOWANY 150 G /alergeny: mleko/

#### **Kolacja**

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

POWIDŁA 25 G

JOGURT TYPU SKYR 140 G /alergeny: soja; mleko/

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

#### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2209 kcal

BIAŁKO 132,00 g; WĘGLOWODANY 286,70 g; Cukry proste 83,68 g; TŁUSZCZE 63,31 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 36,83 g; BŁONNIK 21,96 g; Sól 5,75 g

#### **HIPOALERGICZNA**

##### **Śniadanie**

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)

JABŁKO 250 G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

##### **Obiad**

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G

KALAFIOR GOTOWANY 120 G (G)

ZIEMNIAKI PUREE 200 G (G)

KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

### **Kolacja**

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/

CHLEB PSZENNO-ŻYTNÍ (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2187 kcal

BIAŁKO 114,78 g; WĘGLOWODANY 276,71 g; Cukry proste 62,11 g; TŁUSZCZE 73,22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 35,20 g; BŁONNIK 28,74 g; Sól 3,14 g

### **KLEIKOWA**

#### **Śniadanie**

KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)

SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

HERBATA 200 G

#### **Obiad**

KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)

SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

HERBATA 200 G

#### **Kolacja**

KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)



SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 705 kcal

BIAŁKO 19,44 g; WĘGLOWODANY 138,60 g; Cukry proste 3,51 g; TŁUSZCZE 7,20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 1,17 g; BŁONNIK 4,95 g; Sól 0,90 g

### NISKOBIAŁKOWA

#### Śniadanie

KASZKA MANNA Z JABŁKIEM b/ml 200G (G) /alergeny: gluten/

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 30 G /alergeny: soja/

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G

MIÓD 25 G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

#### Obiad

RYŻOWA 400 ML (G) /alergeny: seler/

GULASZ ZIEMNIACZANO JARZYNOWY 350 G (G) /alergeny: gluten; seler/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

#### Kolacja

WARZYWA PIECZONE 350 G (P)

WĘDLINA DROBIOWA 30 G /alergeny: mleko/

POWIDŁA 25 G

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2151 kcal

BIAŁKO 49,57 g; WĘGLOWODANY 393,35 g; Cukry proste 111,85 g; TŁUSZCZE 51,10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 24,24 g; BŁONNIK 43,42 g; Sól 4,29 g

### **NISKOSODOWA**

#### **Śniadanie**

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)

JOGURT NATURALNY 150 G **/alergeny: mleko/**

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G **/alergeny: gluten/**

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA 10 G

KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) **/alergeny: gluten; mleko/**

#### **Obiad**

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G

KALAFIOR GOTOWANY 120 G (G)

ZIEMNIAKI PUREE 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

#### **Kolacja**

KISIEL Z JABLKIEM 200 G (G)

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

OGÓREK ŚWIEŻY 50 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA 10 G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G **/alergeny: gluten/**

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

## Cały dzień

Kaloryczność: 2040 kcal

BIAŁKO 120,09 g; WĘGLOWODANY 272,25 g; Cukry proste 71,23 g; TŁUSZCZE 56,29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 20,10 g; BŁONNIK 24,38 g; Sól 3,26 g

## PAPKOWATA

### Śniadanie

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

MIÓD 25 G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

RYŻOWA 400 ML (G) /alergeny: seler/

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G

KALAFIOR GOTOWANY 120 G (G)

ZIEMNIAKI PUREE 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

### Kolacja

KEFIR 200 ML /alergeny: mleko/

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

POWIDŁA 25 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

**Cały dzień**

Kaloryczność: 2026 kcal

BIAŁKO 94,42 g; WĘGLOWODANY 289,32 g; Cukry proste 89,13 g; TŁUSZCZE 59,09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 34,13 g; BŁONNIK 26,36 g; Sól 6,72 g

**PŁYNNA**

**Śniadanie**

PŁYNNA MLECZNA Z KASZKĄ MANNA 500 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

**Drugie śniadanie**

JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/

GALARETKA 500 ML

**Obiad**

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G)

**Podwieczorek**

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

**Kolacja**

KALAFIOROWA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

BUDYŃ NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 ML (G) /alergeny: mleko/

**Cały dzień**

Kaloryczność: 1809 kcal

BIAŁKO 93,61 g; WĘGLOWODANY 214,25 g; Cukry proste 134,21 g; TŁUSZCZE 64,65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 31,32 g; BŁONNIK 5,83 g; Sól 1,96 g

## ROZDROBNIONA

### Śniadanie

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/  
JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/  
MIÓD 25 G  
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/  
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/  
KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

RYŻOWA 400 ML (G) /alergeny: seler/  
SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G  
SOS JARZYNOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/  
KALAFIOR GOTOWANY 120 G (G)  
ZIEMNIAKI PUREE 200 G (G)  
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)  
JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

### Kolacja

KEFIR 200 ML /alergeny: mleko/  
WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/  
POWIDŁA 25 G  
SOK POMIDOROWY 300 ML  
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/  
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/  
HERBATA 200 G  
CYTRYNA 15 G

## Cały dzień

Kaloryczność: 2091 kcal

BIAŁKO 96,22 g; WĘGLOWODANY 299,89 g; Cukry proste 90,91 g; TŁUSZCZE 61,11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 35,25 g; BŁONNIK 27,90 g; Sól 6,78 g

## WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

### Śniadanie

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI PUREE 200 G (G)

KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

### Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

JOGURT TYPU SKYR 140 G /alergeny: soja; mleko/

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

## Cały dzień

Kaloryczność: 2004 kcal

BIAŁKO 126,32 g; WĘGLOWODANY 258,90 g; Cukry proste 62,11 g; TŁUSZCZE 55,90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 24,94 g; BŁONNIK 25,87 g; Sól 5,44 g

## WEGETARIAŃSKA

### Śniadanie

KASZKA MANNA Z JABŁKIEM b/ml 200G (G) /alergeny: gluten/

SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/

POMIDOR 70 G

MIÓD 25 G

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

GULASZ ZIEMNIACZANO JARZYNOWY 350 G (G) /alergeny: gluten; seler/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

### Kolacja

WARZYWA PIECZONE 350 G (P)

POWIDŁA 25 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2428 kcal

BIAŁKO 60,90 g; WĘGLOWODANY 409,43 g; Cukry proste 119,24 g; TŁUSZCZE 70,72 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 33,93 g; BŁONNIK 46,20 g; Sól 5,63 g