

PONIEDZIAŁEK 23.10.2023 r.

ŚNIADANIE	TEMP.	DIETA WRZODOWA/ ubogoreszkowa/ bez warzyw surowych	DIETA ŁATWO STRAWNA NISKOBIALKOWA	DIETA ŁATWO STRAWNA WYSOKOBIALKOWA	DIETA O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWASÓW TŁUSZCZOWYCH (miażdżycowa)	DIETA WĄTROBOWA CUKRZYCOWA
		Musli na mleku 300 ml (PSZENICA)		Musli na mleku 300 ml (PSZENICA)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)
		Chleb pszenny 50 g + chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb bezglutenowy 100 g	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Jajko gotowane z majonezem 2 sztuka (GORCZYCA)	Pasta warzywna 100g (SOJA, SELER, GORCZYCA)	Pierś z kurczaka 50 g (SOJA) + ser żółty (MLEKO) 40g	Jajko gotowane 2 szt. sos jogurtowo – koperkowy (MLEKO)	Jajko gotowane 2 szt. sos jogurtowo – koperkowy (MLEKO)
		Pomidor bez skóry 50g, Sałata 30g	Pomidor bez skóry 50g, Sałata 30g	Pomidor bez skóry 50g, Sałata 30g	Pomidor 50 g, Sałata 30g	Pomidor bez skóry 50g, Sałata 30g
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)
		Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml
II ŚNIADANIE			Jabłko pieczone 1 szt.		Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
OBIAD		Zupa brokułowa 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa brokułowa 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa brokułowa 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa brokułowa 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa brokułowa 350 ml (SELER, MLEKO)
		Pierogi z mięsem gotowane 8 szt. (JAJA, PSZENICA, SELER, MLEKO)	Pierogi z mięsem gotowane 5 szt. (JAJA, PSZENICA, SELER, MLEKO)	Pierogi z mięsem gotowane 8 szt. (JAJA, PSZENICA, SELER, MLEKO)	Pierogi z mięsem gotowane 8 szt. (JAJA, PSZENICA, SELER, MLEKO)	Pierogi z mięsem gotowane 5 szt. (JAJA, PSZENICA, SELER, MLEKO)
		Surówka z marchewki i jabłka 150 g	Surówka z marchewki i jabłka 150 g	Surówka z marchewki i jabłka 150 g	Surówka z marchewki i jabłka 150 g	Surówka z marchewki i jabłka 150 g
		Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml	Kompot b/c 250 ml
PODWIECZOREK			Kisiel 300 ml	Serek wiejski 1 szt.	Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
KOLACJA		Chleb pszenny 75 g + Chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb bezglutenowy 100 g	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 90 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Szynka hetmańska 60 g	Pasztet warzywny 100g (SOJA, SELER, GORCZYCA)	Szynka hetmańska 60 g + Szynka drobiowa 50g	Szynka hetmańska 60 g	Szynka hetmańska 60 g
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)
		Pomidor 50g Sałata 30 g	Pomidor 50g Sałata 30 g	Pomidor 50g Sałata 30 g	Papryka 50 g, Sałata 30 g	Pomidor 50g Sałata 30 g
		Herbata 250 ml	Herbata 250 ml	Herbata 250 ml	Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml
II KOLACJA					Serek wiejski 1 szt. (MLEKO)	

WTOREK 24.10.2023 r.

	TEMP.	DIETA WRZODOWA/ ubogoresztkowa/ bez warzyw surowych	DIETA ŁATWO STRAWNA NISKOBIĄŁKOWA	DIETA ŁATWO STRAWNA WYSOKOBIĄŁKOWA	DIETA O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWAŚÓW TŁUSZCZOWYCH (miażdżycowa)	DIETA WĄTROBOWA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE		Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MLEKO)		Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MLEKO)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)
		Chleb pszenny 50 g + chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb bezglutenowy 100 g	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Pieczeń z indyka 60 g (SELER, JAJA)	Pieczeń z indyka 60 g (SELER, JAJA)	Pieczeń z indyka 60 g (SELER, JAJA) Jajko 1 szt.	Pieczeń z indyka 60 g (SELER, JAJA)	Pieczeń z indyka 60 g (SELER, JAJA)
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)
		Rzodkiewka 50 g, Pomidor 50g	Pomidor bez skórki 100 g	Pomidor bez skórki 100g	Rzodkiewka 50 g, Pomidor 50 g	Rzodkiewka 50 g, Pomidor 50 g
		Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml
	II ŚNIADANIE			Kanapka bezglutenowa z dżemem 1 szt. (PSZENICA)		Kanapka razowa z serkiem śmietankowym 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)
OBIAD		Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350 ml (SELER, MLEKO)
		Kotlet mielony pieczony 100 g (JAJA, PSZENICA, MLEKO)	Kotlet warzywny 100 g (PSZENICA, MLEKO, JAJA)	Kotlet mielony pieczony 100 g (JAJA, PSZENICA, MLEKO)	Kotlet mielony pieczony 100 g (JAJA, PSZENICA, MLEKO)	Kotlet mielony pieczony 100 g (JAJA, PSZENICA, MLEKO)
		Ziemniaki 180 g	Ziemniaki 180 g	Ziemniaki 180 g	Ziemniaki gotowane w całości 150 g	Ziemniaki gotowane w całości 150 g
		Fasolka szparagowa gotowana 150 g (MLEKO)	Fasolka szparagowa gotowana 150 g (MLEKO)	Fasolka szparagowa gotowana 150 g (MLEKO)	Surówka z czerwonej kapusty 150 g	Fasolka szparagowa gotowana 150 g (MLEKO)
		Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml	Kompot b/c 250 ml
PODWIECZOREK			Banan 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt.	Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
KOLACJA		Chleb pszenny 75 g + Chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb bezglutenowy 100 g	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 90 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Szynka z kurczaka 60 g (SOJA)	Pasta warzywna 100g (SOJA, SELER, GORCZYCA)	Szynka z kurczaka 60 g (SOJA) + serek wiejski (MLEKO) 50g	Szynka z kurczaka 60 g (SOJA)	Szynka z kurczaka 60 g (SOJA)
		Salata 30 g, Pomidor 50g	Salata 30 g, Pomidor 50g	Salata 30 g, Pomidor 50g	Ogórek kiszony 60 g (GORCZYCA), Salata 30 g	Salata 30 g, Pomidor 50g
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)
		Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Banan 1 szt.
		Herbata owocowa 250 ml	Herbata owocowa 250 ml	Herbata owocowa 250 ml	Herbata owocowa b/c 250 ml	Herbata owocowa b/c 250 ml
II KOLACJA					Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	

ŚRODA 25.10.2023 r.

ŚRODA 25.10.2023 r.						
ŚNIADANIE	TEM P.	DIETA WRZODOWA/ ubogoresztkowa/ bez warzyw surowych	DIETA ŁATWO STRAWNA NISKOBIAŁKOWA	DIETA ŁATWO STRAWNA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWASÓW TŁUSZCZOWYCH (miażdżycowa)	DIETA WĄTROBOWA CUKRZYCOWA
		Płatki jęczmienne na mleku 300 ml		Płatki jęczmienne na mleku 300 ml	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)
		Chleb pszenny 50 g + chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb bezglutenowy 100 g	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Szynka drobiowa 60g (SOJA)	Szynka drobiowa 60g (SOJA)	Szynka drobiowa 60g (SOJA) + Ser żółty 40g (MLEKO)	Szynka drobiowa 60g (SOJA)	Szynka drobiowa 60g (SOJA)
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)
		Pomidor bez skóry 100g	Pomidor bez skóry 100g	Pomidor bez skóry 100g	Ogórek 50 g, Pomidor 50 g	Pomidor bez skóry 100g
		Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml
II ŚNIADANIE			Kanapka bezglutenowa z miodem 1 szt. (PSZENICA)		Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
OBIAD		Barszcz biały 350 ml (SELER, MLEKO)	Barszcz biały 350 ml (SELER, MLEKO)	Barszcz biały 350 ml (SELER, MLEKO)	Barszcz biały 350 ml (SELER, MLEKO)	Barszcz biały 350 ml (SELER, MLEKO)
		Gulasz a'la po węgiersku z warzywami 350 g (SELER)	Gulasz wegetariański a'la po węgiersku z warzywami 350 g (SELER)	Gulasz a'la po węgiersku z warzywami 350 g (SELER)	Gulasz a'la po węgiersku z warzywami 350 g (SELER)	Gulasz a'la po węgiersku z warzywami 350 g (SELER)
		Kasza jęczmienna drobna 180 g	Kasza jęczmienna drobna 180 g	Kasza jęczmienna drobna 180 g	Kasza gryczana 150 g	Kasza jęczmienna drobna al dente 180 g
		Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml	Kompot b/c 250 ml
PODWIECZOREK			Kisiel 300 ml	Jogurt naturalny 1 szt.	Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
KOLACJA		Chleb pszenny 75 g + Chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb bezglutenowy 100 g	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 90 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Twarożek z ziołami 100 g (MLEKO)	Pasta warzywna 100g (SOJA, SELER, GORCZYCA)	Twarożek z ziołami 100 g (MLEKO) Szynka drobiowa 50g (SOJA)	Twarożek z rzodkiewką 100 g (MLEKO)	Twarożek z rzodkiewką 100 g (MLEKO)
		Dżem 30g	Dżem 30g	Dżem 30g		
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)
		Salata 30 g, Pomidor 50g	Salata 30 g, Pomidor 50g	Salata 30 g, Pomidor 50g	Papryka 50 g, Salata 30 g	Salata 30 g, Pomidor 50g
		Herbata ziołowa 250 ml	Herbata ziołowa 250 ml	Herbata ziołowa 250 ml	Herbata ziołowa b/c 250 ml	Herbata ziołowa b/c 250 ml
II KOLACJA					Kanapka razowa z serem żółtym 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	

CZWARTEK 26.10.2023 r.

	TEMP.	DIETA WRZODOWA/ ubogoresztkowa/ bez warzyw surowych	DIETA ŁATWO STRAWNA NISKOBIAŁKOWA	DIETA ŁATWO STRAWNA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWASÓW TŁUSZCZOWYCH (miażdżycowa)	DIETA WĄTROBOWA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE		Płatki owsiane na mleku 300 ml		Płatki owsiane na mleku 300 ml	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)
		Chleb pszenny 50 g + chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb bezglutenowy 100 g	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Szynka wiejska 60 g (SOJA)	Paszтет warzywny 100g (SOJA, SELER, GORCZYCA)	Szynka wiejska 60 g (SOJA) Paszтет warzywny (SOJA) 100g	Szynka wiejska 60 g (SOJA)	Szynka wiejska 60 g (SOJA)
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)
		Pomidor bez skóry 100g	Pomidor bez skóry 100g	Pomidor bez skóry 100g	Rzodkiewka 50g, Pomidor 50g	Pomidor bez skóry 100g
		Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml
	II ŚNIADANIE			Ryż z jabłkiem 150 g		Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)
OBIAD		Zupa szpinakowa z ziemniakami 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350 ml (SELER, MLEKO)
		Filet z kurczaka soute 100 g (PSZENICA)	Kotlet sojowy 100 g (PSZENICA, JAJA, SOJA)	Filet z kurczaka soute 100 g (PSZENICA)	Filet z kurczaka soute 100 g (PSZENICA)	Filet z kurczaka soute 100 g (PSZENICA)
		Ziemniaki 180 g	Ziemniaki 180 g	Ziemniaki 180 g	Ziemniaki gotowane w całości 150 g	Ziemniaki gotowane w całości 150 g
		Mieszanka warzyw gotowanych 150 g	Mieszanka warzyw gotowanych 150 g	Mieszanka warzyw gotowanych 150 g	Surówka z pora 150 g (MLEKO, GORCZYCA)	Mieszanka warzyw gotowanych 150 g
		Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml	Kompot b/c 250 ml
PODWIECZOREK			Kanapka bezglutenowa z dżemem 1 szt (PSZENICA).	Serek wiejski 1 szt.	Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
KOLACJA		Chleb pszenny 75 g + Chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb bezglutenowy 100 g	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 90 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)
		Pasta z makreli i jajka 100 g (GORCZYCA, MLEKO, JAJA)	Pasta z makreli 100 g (MLEKO)	Szynka z indyka 50 g Szynka z piersi kurczaka (SOJA) 50g	Pasta z makreli i jajka 100 g (GORCZYCA, MLEKO, JAJA)	Pasta z makreli i jajka 100 g (GORCZYCA, MLEKO, JAJA)
		Salata 30 g, Pomidor 50g	Salata 30 g, Pomidor 50g	Salata 30 g, Pomidor 50g	Ogórek kiszony 60 g (GORCZYCA), Salata 30 g	Salata 30 g, Pomidor 50g
		Herbata 250 ml	Herbata 250 ml	Herbata 250 ml	Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml
II KOLACJA					Serek wiejski 1 szt. (MLEKO)	

PIĄTEK 27.10.2023 r.

	TEMP	DIETA WRZODOWA/ ubogoresztkowa/ bez warzyw surowych	DIETA ŁATWO STRAWNA NISKOBIAŁKOWA	DIETA ŁATWO STRAWNA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWASÓW TŁUSZCZOWYCH (miażdżycowa)	DIETA WĄTROBOWA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE		Ryż na mleku 300 ml		Ryż na mleku 300 ml	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)
		Bułka pszenna 1 szt. (PSZENICA)	Chleb bezglutenowy 100 g	Bułka pszenna 1 szt. (PSZENICA)	Bułka żytnia 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO)	Bułka pszenna 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO)
		Twaróg 100 g (MLEKO)	Pasta warzywna 100g (SOJA, SELER, GORCZYCA)	Twaróg 100 g (MLEKO) + Szynka drobiowa 50g (SOJA)	Twaróg 100 g (MLEKO)	Twaróg 100 g (MLEKO)
		Miód 2 szt, Pomidor 50g	Miód 2 szt, Pomidor 50g	Miód 2 szt, Pomidor 50g	Rzodkiewka 50 g, Pomidor 50g	Miód 2 szt, Pomidor 50g
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)
		Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml
II ŚNIADANIE			Kisiel 300 ml		Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
OBIAD		Zupa wiejska 350 ml (PSZENICA, JAJA)	Zupa wiejska 350 ml (PSZENICA, JAJA)	Zupa wiejska 350 ml (PSZENICA, JAJA)	Zupa wiejska 350 ml (PSZENICA, JAJA)	Zupa wiejska 350 ml (PSZENICA, JAJA)
		Pulpet rybny 100 g (JAJA, PSZENICA)	Pulpet rybny 100 g (JAJA, PSZENICA)	Pulpet rybny 100 g (JAJA, PSZENICA)	Pulpet rybny 100 g (JAJA, PSZENICA)	Pulpet rybny 100 g (JAJA, PSZENICA)
		Ziemniaki 180 g	Ziemniaki 180 g	Ziemniaki 180 g	Ziemniaki gotowane w całości 150 g	Ziemniaki gotowane w całości 150 g
		Marchewka gotowana z groszkiem al dente 150 g (MLEKO, PSZENICA)	Marchewka gotowana 150 g (MLEKO)	Marchewka gotowana 150 g (MLEKO)	Marchewka ugotowana al dente 150 g (MLEKO)	Marchewka ugotowana al dente 150 g (MLEKO)
		Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml	Kompot b/c 250 ml
PODWIECZOREK			Jabłko pieczone 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt.	Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
KOLACJA		Chleb pszenny 75 g + Chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb bezglutenowy 100 g	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 90 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Szynka biała 60 g (SOJA)	Pasztet warzywny 100g (SOJA, SELER, GORCZYCA)	Szynka biała 60 g (SOJA) + Serek śmietankowy 100g (MLEKO)	Szynka biała 60 g (SOJA)	Szynka biała 60 g (SOJA)
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)
		Pomidor 50g Sałata 30 g	Pomidor 50g Sałata 30 g	Pomidor 50g Sałata 30 g	Ogórek 50 g, Pomidor 50g	Pomidor 50g Sałata 30 g
		Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Śliwki 2 szt.	Banan 1 szt.
		Herbata owocowa 250 ml	Herbata owocowa 250 ml	Herbata owocowa 250 ml	Herbata owocowa b/c 250 ml	Herbata owocowa b/c 250 ml
II KOLACJA					Kanapka razowa z serem żółtym 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	

SOBOTA 28.10.2023 r.

ŚNIADANIE	TEMP.	DIETA WRZODOWA/ ubogoresztkowa/ bez warzyw surowych	DIETA ŁATWO STRAWNA NISKOBIAŁKOWA	DIETA ŁATWO STRAWNA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWASÓW TŁUSZCZOWYCH (miążdżycowa)	DIETA WĄTROBOWA CUKRZYCOWA
		Płatki jaglane na mleku 300 ml		Płatki jaglane na mleku 300 ml	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)
		Chleb pszenny 50 g + chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb bezglutenowy 100 g	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Szynka sopocka 60 g (SOJA)	Pasta warzywna 100g (SOJA, SELER, GORCZYCA)	Szynka sopocka 60 g (SOJA) + Ser żółty 40g (MLEKO)	Szynka sopocka 60 g (SOJA)	Szynka sopocka 60 g (SOJA)
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)
		Pomidor 50 g, Sałata 30g	Pomidor bez skóry 50g, Sałata 30g	Pomidor bez skóry 50g, Sałata 30g	Pomidor 50 g, Sałata 30g	Pomidor 50 g, Sałata 30g
		Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml
II ŚNIADANIE			Kisiel 300 ml		Kanapka razowa z jajkiem 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO, JAJA)	
OBIAD		Zupa koperkowa 350 ml (SELER)	Zupa koperkowa 350 ml (SELER)	Zupa koperkowa 350 ml (SELER)	Zupa koperkowa 350 ml (SELER)	Zupa koperkowa 350 ml (SELER)
		Pierś z kurczaka z warzywami po meksykańsku 250 g (SELER)	Kopytka 200 g z łagodnymi warzywami po meksykańsku 250 g (SELER, PSZENICA, JAJA, SOJA)	Pierś z kurczaka z łagodnymi warzywami po meksykańsku 250 g (SELER)	Pierś z kurczaka z warzywami po meksykańsku 250 g (SELER)	Pierś z kurczaka z warzywami po meksykańsku 250 g (SELER)
		Ryż 180 g		Ryż 180 g	Ryż al dente 150 g	Ryż al dente 150 g
		Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml	Kompot b/c 250 ml
PODWIECZOREK			Jabłko pieczone 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt.	Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
KOLACJA		Chleb pszenny 50 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb bezglutenowy 100 g	Chleb pszenny 50 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 50g (PSZENICA, ŻYTO)
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)
		Salatka z kaszą bulgur, suszonymi pomidorami i szynką 250 g (PSZENICA)	Salatka z kaszą bulgur, suszonymi pomidorami i szynką 250 g (PSZENICA)	Salatka z kaszą bulgur, suszonymi pomidorami i szynką 250 g (PSZENICA) + Szynka drobiowa 50g (SOJA)	Salatka z kaszą bulgur, suszonymi pomidorami i szynką 250 g (PSZENICA)	Salatka z kaszą bulgur, suszonymi pomidorami i szynką 250 g (PSZENICA)
		Herbata ziołowa 250 ml	Herbata ziołowa 250 ml	Herbata ziołowa 250 ml	Herbata ziołowa b/c 250 ml	Herbata ziołowa b/c 250 ml
II KOLACJA				Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)		

ŚNIADANIE	TEMP	DIETA WRZODOWA/ ubogoresztkowa/ bez warzyw surowych	DIETA ŁATWO STRAWNA NISKOBIAŁKOWA	DIETA ŁATWO STRAWNA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWASÓW TŁUSZCZOWYCH (miażdżycowa)	DIETA WĄTROBOWA CUKRZYCOWA
		Płatki kukurydziane na mleku 300 ml		Płatki kukurydziane na mleku 300 ml	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)
		Chleb pszenny 50 g + chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb bezglutenowy 100 g	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Jajecznica na parze 100 g (JAJA)	Pasztet warzywny 100g (SOJA, SELER, GORCZYCA)	Jajecznica z białek na parze 100 g (JAJA) + Szynka domowa 50g	Jajecznica ze szczypiorkiem 100 g (JAJA)	Jajecznica z białek na parze 100 g
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)
		Ogórek kiszony 50 g (GORCZYCA), Pomidor 50 g	Pomidor bez skóry 100 g	Pomidor bez skóry 100 g	Ogórek kiszony 50 g (GORCZYCA), Pomidor 50 g	Ogórek kiszony 50 g (GORCZYCA), Pomidor 50 g
		Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml
II ŚNIADANIE			Kanapka bezglutenowa z miodem 1 szt.		Kanapka razowa z serem białym 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
OBIAD		Krupnik 350 ml (SELER)	Krupnik 350 ml (SELER)	Krupnik 350 ml (SELER)	Krupnik 350 ml (SELER)	Krupnik 350 ml (SELER)
		Kotlet pożarski pieczony 100 g (PSZENICA, MLEKO, JAJA)	Kotlet warzywny 100 g (PSZENICA, MLEKO, JAJA)	Kotlet pożarski pieczony 100 g (PSZENICA, MLEKO, JAJA)	Kotlet pożarski pieczony 100 g (PSZENICA, MLEKO, JAJA)	Kotlet pożarski pieczony 100 g (PSZENICA, MLEKO, JAJA)
		Ziemniaki 180 g	Ziemniaki 180 g	Ziemniaki 180 g	Ziemniaki gotowane w całości 150 g	Ziemniaki gotowane w całości 150 g
		Surówka z buraczków 150 g	Surówka z buraczków 150 g	Surówka z buraczków 150 g	Surówka z buraczków 150 g	Surówka z buraczków 150 g
		Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml	Kompot b/c 250 ml
PODWIECZOREK			Jabłko pieczone 1 szt.	Kefir 1 szt.	Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
KOLACJA		Chleb pszenny 75 g + Chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb bezglutenowy 100 g	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 90 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Szynka z indyka 60 g (SOJA)	Szynka z indyka 60 g (SOJA)	Szynka z indyka 60 g (SOJA) + Ser żółty 40g (MLEKO)	Szynka z indyka 60 g (SOJA)	Szynka z indyka 60 g (SOJA)
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)
		Pomidor bez skóry 50 g, Sałata 30g	Pomidor bez skóry 50 g, Sałata 30g	Pomidor bez skóry 50 g, Sałata 30g	Papryka 50 g, Sałata 30g	Pomidor bez skóry 50 g, Sałata 30g
		Herbata 250 ml	Herbata 250 ml	Herbata 250 ml	Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml
II KOLACJA					Serek wiejski 1 szt. (MLEKO)	