

DCZP PIĄTEK 17.11.2023

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA lekko strawna z ograniczeniem tłuszczów	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Sałatka jarzynowa 150g (jaja) pomidor 100g Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Sałatka jarzynowa b/konserw 150g (jaja) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni i z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Sałatka jarzynowa b/konserw 150g (jaja) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni i z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Sałatka jarzynowa 150g (jaja) pomidor 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni i z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml
II ŚNIADANIE	Ciastko owsiane 2 szt. (gluten pszenny, mleko, jaja, orzechy)	Ciastko owsiane 2 szt. (gluten pszenny, mleko, jaja, orzechy)	Ciastko owsiane 2 szt. (gluten pszenny, mleko, jaja, orzechy)	Marchewka słupek 50g
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400ml (mleko, seler) Makaron z mąki durum z serem białym 300g (gluten pszenny, mleko) Polewa truskawkowa na jogurcie 100ml (mleko) Surówka z marchewki, jabłka i ananasa skropiona oliwą z oliwek 150g Kompot porzeczkowy 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400ml (mleko, seler) Makaron z mąki durum z serem białym 300g (gluten pszenny, mleko) Polewa truskawkowa na jogurcie 100ml (mleko) Marchewka gotowana 150g Kompot porzeczkowy 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400ml (mleko, seler) Makaron z mąki durum z serem białym 300g (gluten pszenny, mleko) Polewa truskawkowa na jogurcie 100ml (mleko) Marchewka gotowana 150g Kompot porzeczkowy 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400ml (mleko, seler) Makaron z mąki pełnoziarnistej serem białym 300g (gluten pszenny, mleko) Polewa truskawkowa b/cukru na jogurcie 100ml (mleko) Surówka z marchewki, jabłka i ananasa skropiona oliwą z oliwek 150g Kompot porzeczkowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo pszenne żytnie 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka wieprzowa 50g Ogórek 100g, sałata 10g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka wieprzowa 50g Sałata 10g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka wieprzowa 50g Sałata 10g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka wieprzowa 50g Ogórek 100g, sałata 10g Herbata 250 ml
PN	Owoc sezonowy 1szt.	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Owoc sezonowy 1szt.
Wartości odżywcze	Kcal; 2020 Białko 77 Tłuszcz 58, nkt 10 Węglowodany 302 Błonnik 22 Sól 1,9	Kcal; 1996 Białko 72 Tłuszcz 57, nkt 9 Węglowodany 298 Błonnik 20 Sól 1,4	Kcal; 1996 Białko 72 Tłuszcz 57, nkt 9 Węglowodany 298 Błonnik 20 Sól 1,4	Kcal; 2020 Białko 77 Tłuszcz 58, nkt 10 Węglowodany 302 Błonnik 22 Sól 1,9

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. Ze względu na sezonowość wymiennie używane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, kiwi, banan.

Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011.

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP SOBOTA 18.11.2023

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA B/Tł.	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 400ml (gluten pszenny, jaja, mleko) Parówki na ciepło 100g – 2szt. Ketchup 20g Pomidor 100g Pieczywo pszenne żytnie 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Zacierka na mleku 400ml (gluten pszenny, jaja, mleko) Parówki na ciepło 100g – 2szt. Ketchup 20g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Zacierka na mleku 400ml (gluten pszenny, jaja, mleko) Szynka z indyka 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko), Herbata 250ml	Zacierka na mleku 400ml (gluten pszenny, jaja, mleko) Parówki na ciepło 100g – 2szt. Ketchup 20g Pomidor 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml
II śniadanie	Jogurt owocowy 150ml (mleko)	Jogurt owocowy 150ml (mleko)	Jogurt owocowy 150ml (mleko)	Jogurt naturalny 150ml (mleko)
OBIAD	Zupa szpinakowa z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (mleko) Kociotek cygański z mięsem duszonym z indyka w kawałkach, ziemniakami, papryką, cukinią i pieczarkami 300g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (mleko) Kociotek cygański z mięsem duszonym z indyka w kawałkach, ziemniakami i cukinią i 300g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (mleko) Kociotek cygański z mięsem duszonym z indyka w kawałkach, ziemniakami i cukinią i 300g Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (mleko) Kociotek cygański z mięsem duszonym z indyka w kawałkach, ziemniakami, papryką, cukinią i pieczarkami 300g Kompot wieloowocowy 250ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Pieczeń drobiowa 50g (gluten pszenny) Papryka 150g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Pieczeń drobiowa 50g (gluten pszenny) Pomidor 150g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Pieczeń drobiowa 50g (gluten pszenny) Pomidor 150g	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Pieczeń drobiowa 50g (gluten pszenny) Papryka 150g Herbata 250 ml
PN	Owoc sezonowy 1szt.	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Owoc sezonowy 1szt.
Wartości odżywcze	Kcal; 2114 Białko 80 Tłuszcz 70, nkt 14 Węglowodany 300 Błonnik 18 Sól 1,9	Kcal; 2112 Białko 79 Tłuszcz 67, nkt 8 Węglowodany 289 Błonnik 17 Sól 1,5	Kcal; 2112 Białko 82 Tłuszcz 67, nkt 8 Węglowodany 289 Błonnik 17 Sól 1,5	Kcal; 2212 Białko 84 Tłuszcz 73, nkt 14 Węglowodany 305 Błonnik 21 Sól 2

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. Ze względu na sezonowość wymiennie używane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, kiwi, banan.

Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011.

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP NIEDZIELA 19.11.2023

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA B/TŁ.	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Szynka konserwowa 50g Ogórek 100g Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Szynka konserwowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Szynka konserwowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Szynka konserwowa 50g Ogórek 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml
II śniadanie	Owoc sezonowy 1szt.	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Rosół gotowany na kurczakach zagrodowych z makaronem 400ml (gluten pszenny, seler) Udko duszone w sosie curry z marchewką 120g/100ml Ryż paraboliczny 200g Surówka z kapusty pekińskiej z natką pietruszki i oliwą z oliwek 150g Kompot porzeczkowy 250ml	Rosół gotowany na kurczakach zagrodowych z makaronem 400ml (gluten pszenny, seler) Udko duszone w sosie curry z marchewką 120g/100ml Ryż paraboliczny 200g Brokuł gotowany 150g Kompot porzeczkowy 250ml	Rosół gotowany na kurczakach zagrodowych z makaronem 400ml (gluten pszenny, seler) Udko duszone w sosie curry z marchewką 120g/100ml Ryż paraboliczny 200g Brokuł gotowany 150g Kompot porzeczkowy 250ml	Rosół gotowany na kurczakach zagrodowych z makaronem 400ml (gluten pszenny, seler) Udko duszone w sosie curry z marchewką 120g/100ml Ryż brązowy 200g Surówka z kapusty pekińskiej z natką pietruszki i oliwą z oliwek 150g Kompot porzeczkowy 250ml/250ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Salami 50g Papryka 150g, sałata 10g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 150g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Pomidor 150g, Sałata 10g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 150g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Pomidor 150g, Sałata 10g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 150g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Salami 50g Papryka 150g, sałata 10g Herbata 250ml
PN	Sałatka z wędliną 50g	Sałatka z wędliną 50g	Sałatka z wędliną 50g	Sałatka z wędliną 50g
Wartości odżywcze	Kcal; 2280 Białko 83 Tłuszcz 73, nkt 12 Węglowodany 315 Błonnik 21 Sól 1,9	Kcal; 2265 Białko 82 Tłuszcz 67, nkt 12 Węglowodany 311 Błonnik 21 Sól 1,5	Kcal; 2265 Białko 82 Tłuszcz 67 Węglowodany 311 Błonnik 21 Sól 1,5	Kcal; 2299 Białko 87 Tłuszcz 73, nkt 14 Węglowodany 320 Błonnik 21 Sól 2

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. Ze względu na sezonowość wymiennie używane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, kiwi, banan.

Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011.

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP PONIEDZIAŁEK 20.11.2023

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRAMNICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Ogórek 100g Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, jęczmienny, mleko) Herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, jęczmienny, mleko) Herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, jęczmienny, mleko) Herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Ogórek 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, jęczmienny, mleko) Herbata 250ml
II ŚNIADANIE	Koktajl owocowy na bazie maślanki 200ml (mleko)	Koktajl owocowy na bazie maślanki 200ml (mleko)	Koktajl owocowy na bazie maślanki 200ml (mleko)	Koktajl owocowy b/c 200ml na bazie maślanki (mleko)
OBIAD	Zupa krem z dyni z ziemniakami i mlekiem kokosowym, ze świeżą kolendrą i grzankami 400ml (seler, gluten pszenny) Sos bolognese z mięsa wieprzowego mielonego duszonego z pomidorami, warzywami z dodatkiem żółtego sera 150g (gluten pszenny, mleko) Makaron spaghetti 200g (gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 250ml	Zupa krem z dyni z ziemniakami i mlekiem kokosowym, ze świeżą kolendrą i grzankami 400ml (seler, gluten pszenny) Sos bolognese z mięsa wieprzowego duszonego mielonego z pomidorami i warzywami 150g (gluten pszenny, mleko) Makaron spaghetti 200g (gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 250ml	Zupa krem z dyni z ziemniakami i mlekiem kokosowym, ze świeżą kolendrą i grzankami 400ml (seler, gluten pszenny) Sos bolognese z mięsa wieprzowego mielonego duszonego z pomidorami i warzywami 150g (gluten pszenny, mleko) Makaron spaghetti 200g (gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 250ml	Zupa krem z dyni z ziemniakami i mlekiem kokosowym, ze świeżą kolendrą i grzankami razowymi 400ml (seler, gluten pszenny) Sos bolognese z mięsa wieprzowego mielonego duszonego z pomidorami, warzywami z dodatkiem żółtego sera 150g (gluten pszenny, mleko) Makaron pełnoziarnisty 200g (gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 250ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Schab pieczony 50g Mini marchewka 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Schab pieczony 50g Mini marchewka 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Schab pieczony 50g Mini marchewka 100g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 14g (mleko) Schab pieczony 50g Mini marchewka 100g Herbata 250 ml
PN	Owoc sezonowy 1szt.	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Owoc sezonowy 1szt.
Wartości odżywcze	Kcal; 2245 Białko 78 Tłuszcz 80, nkt 17 Węglowodany: 335 Błonnik 22 Sól 3,2	Kcal; 2220 Białko 78 Tłuszcz 75, nkt 13 Węglowodany: 308 Błonnik 19 Sól 2,4	Kcal; 2220 Białko 78 Tłuszcz 75, nkt 13 Węglowodany: 308 Błonnik 19 Sól 2,4	Kcal; 2298 Białko 82 Tłuszcz 82, nkt 20 Węglowodany: 336 Błonnik 22 Sól 3,3

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. Ze względu na sezonowość wymiennie używane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, kiwi, banan.

Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011.

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP WTOREK 21.11.2023

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA b/tłuszczowa	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (gluten jęczmienny, mleko) Jajecznica 100g (jaja) pomidor 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (gluten jęczmienny, mleko) Twaróg 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (gluten jęczmienny, mleko) Twaróg 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (gluten jęczmienny, mleko) Jajecznica 100g (jaja) pomidor 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy 1szt.	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki 400ml (seler, mleko) Udko z kurczaka pieczone 120g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty z kukurydzą i papryką skropiona oliwą z oliwek 150g Kompot rabarbarowy 250ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki 400ml (seler, mleko) Udko z kurczaka gotowane 120g Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot rabarbarowy 250ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki 400ml (seler, mleko) Udko z kurczaka gotowane 120g Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot rabarbarowy 250ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki 400ml (seler, mleko) Udko z kurczaka pieczone 120g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty z kukurydzą i papryką skropiona oliwą z oliwek 150g Kompot rabarbarowy 250ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Sałatka ryżowa z szynką i warzywami 150g (gluten pszenny, jaja) Sałata 10g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Sałatka ryżowa z szynką i warzywami 150g (gluten pszenny, jaja) Sałata 10g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Sałatka ryżowa z szynką i warzywami 150g (gluten pszenny, jaja) Sałata 10g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Sałatka ryżowa z szynką i warzywami 150g (gluten pszenny, jaja) Sałata 10g Herbata 250 ml
PN	Jogurt owocowy 150ml (mleko)	Jogurt owocowy 150ml (mleko)	Jogurt owocowy 150ml (mleko)	Jogurt naturalny 150ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal; 2267 Białko 93 Tłuszcz 80, nkt 18 Węglowodany 351 Błonnik 20 Sól 3,3	Kcal; 2210 Białko 92 Tłuszcz 58 Węglowodany 340 Błonnik 18 Sól 2,7	Kcal; 2210 Białko 92 Tłuszcz 5 Węglowodany 340 Błonnik 18 Sól 2,7	Kcal; 2312 Białko 98 Tłuszcz 82, nkt 19 Węglowodany 351 Błonnik 20 Sól 3,4

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. Ze względu na sezonowość wyimennie używane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, kiwi, banan.

Pogrubiczną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011.

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP ŚRODA 22.11.2023

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny) Pasta z łososia 100g (ryby) Ogórek kiszony 100g Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny) Pasta warzywna 100g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny) Pasta warzywna 100g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny) Pasta z łososia 100g (ryby) Ogórek kiszony 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml
II ŚNIADANIE	Kisiel truskawkowy 150ml	Kisiel truskawkowy 150ml	Kisiel truskawkowy 150ml	Kisiel truskawkowy b/c 150ml
OBIAD	Zupa fasolowa z ziemniakami i kiełbaską i natką pietruszki 400ml (gluten pszenny, seler) Krokiety ze szpinakiem i żółtym serem, zapiekane 250g (gluten pszenny, , mleko, jaja) Sos jogurtowo – ziołowy 100ml (mleko) Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa ziemniaczana natką pietruszki 400ml (seler) Krokiety ze szpinakiem, zapiekane 250g (gluten pszenny, mleko, jaja) Sos jogurtowo – ziołowy 100ml Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa ziemniaczana natką pietruszki 400ml (seler) Krokiety ze szpinakiem, zapiekane 250g (gluten pszenny, mleko, jaja) Sos jogurtowo – ziołowy 100ml Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa fasolowa z ziemniakami i kiełbaską i natką pietruszki 400ml (gluten pszenny, seler) Krokiety ze szpinakiem i żółtym serem, zapiekane 250g (gluten pszenny, , mleko, jaja) Sos jogurtowo – ziołowy 100ml (mleko) Kompot wieloowocowy 250ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Mini marchewka 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 150g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Mini marchewka 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 150g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Mini marchewka 100g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 150g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Mini marchewka 100g Herbata 250ml
PN	Owoc sezonowy 1szt.	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Owoc sezonowy 1szt.
Wartości odżywcze	Kcal; 2206 Białko 91 Tłuszcz 76, nkt 17 Węglowodany 295 Błonnik 23,5 Sól 2,2	Kcal; 2145 Białko 80 Tłuszcz 65 nkt 9 Węglowodany 280 Błonnik 17 Sól 1,4	Kcal; 2145 Białko 80 Tłuszcz 65 nkt 9 Węglowodany 280 Błonnik 17 Sól 1,4	Kcal; 2286 Białko 91 Tłuszcz 76, nkt 17 Węglowodany 303 Błonnik 23,5 Sól 2,2

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. Ze względu na sezonowość wymiennie używane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, kiwi, banan.

Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011.

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP CZWARTEK 23.11.2023

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	<p>Płatki ryżowe na mleku 400ml (mleko)</p> <p>Ser topiony 50g (mleko) Ogórek 100g, sałata 10g Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml</p>	<p>Płatki ryżowe na mleku 400ml (mleko)</p> <p>Szynka wieprzowa 50g Pomidor 100g, sałata 10g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml</p>	<p>Płatki ryżowe na mleku 400ml (mleko)</p> <p>Szynka wieprzowa 50g Pomidor 100g, sałata 10g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml</p>	<p>Płatki ryżowe na mleku 400ml (mleko)</p> <p>Ser topiony 50g (mleko) Ogórek 100g, sałata 10g Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml</p>
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy 1szt.	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	<p>Kapuśniak z ziemniaczkami i natką pietruszki 400ml (seler)</p> <p>Zapiekanka makaronowa z szynką, warzywami mieszanymi w białym sosie, zapiekana z serem 300g (gluten pszenney, mleko)</p> <p>Kompot rabarbarowy 250ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniaczkami i natką pietruszki 400ml (seler)</p> <p>Zapiekanka makaronowa z szynką, warzywami mieszanymi w lekkim białym sosie 300g (gluten pszenney, mleko)</p> <p>Kompot rabarbarowy 250ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniaczkami i natką pietruszki 400ml (seler)</p> <p>Zapiekanka makaronowa z szynką, warzywami mieszanymi w lekkim białym sosie 300g (gluten pszenney, mleko)</p> <p>Kompot rabarbarowy 250ml</p>	<p>Kapuśniak z ziemniaczkami i natką pietruszki 400ml (seler)</p> <p>Zapiekanka z makaronu pełnoziarnistego z szynką, warzywami mieszanymi w białym sosie, zapiekana z serem 300g (gluten pszenney, mleko)</p> <p>Kompot rabarbarowy 250ml</p>
KOLACJA	<p>Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Paszтет wieprzowy 50g (gluten pszenney) Kalafior gotowany 100g</p> <p>Herbata 250 ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 150g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka pieczona 50g Kalafior gotowany 100g</p> <p>Herbata 250 ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 150g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka pieczona 50g Kalafior gotowany 100g</p> <p>Herbata 250 ml</p>	<p>Pieczywo graham 150g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Paszтет wieprzowy 50g (gluten pszenney) Kalafior gotowany 100g</p> <p>Herbata 250ml</p>
PN	Ciasto piaskowe z owocami 60g (gluten pszenney, jaja, mleko)	Ciasto piaskowe z owocami 60g (gluten pszenney, jaja, mleko)	Ciasto piaskowe z owocami 60g (gluten pszenney, jaja, mleko)	Jogurt naturalny z muesli 150g (mleko, gluten pszenney)
Wartości odżywcze	<p>Kcal; 2272 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 301 Błonnik 20,5 Sól 3,1</p>	<p>Kcal; 2130 Białko 90 Tłuszcz 60 nkt 10 Węglowodany 299 Błonnik 20,5 Sól 2,2</p>	<p>Kcal; 2130 Białko 90 Tłuszcz 60 nkt 10 Węglowodany 299 Błonnik 20,5 Sól 2,2</p>	<p>Kcal; 2250 Białko 96 Tłuszcz 80 nkt 15 Węglowodany 280 Błonnik 18,5 Sól 3,1</p>

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. Ze względu na sezonowość wymiennie używane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, kiwi, banan.

Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem.

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP PIĄTEK 24.11.2023

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 400ml (gluten pszenney, mleko, jaja) Twarożek z ziołami 100g (mleko) Ogórek 50g, papryka 50g Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Zacierka na mleku 400ml (gluten pszenney, mleko, jaja) Twarożek z ziołami 100g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Zacierka na mleku 400ml (gluten pszenney, mleko, jaja) Twarożek z ziołami 100g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Zacierka na mleku 400ml (gluten pszenney, mleko, jaja) Twarożek z ziołami 100g (mleko) Ogórek 50g, papryka 50g Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy 1szt.	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa kalafiorowa ze świeżego kalafiora z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (mleko) Kakaowe naleśniki z serkiem śmietankowym 250g – 3szt. (gluten pszenney, jaja, mleko) Polewa jogurtowo – owocowa 100ml (mleko) Surówka z marchewki tartej z dodatkiem ananasa, skropiona oliwą z oliwek 150g Kompot jabłkowy 250ml	Zupa kalafiorowa ze świeżego kalafiora z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (mleko) Kakaowe naleśniki z serkiem śmietankowym 250g – 3szt. (gluten pszenney, jaja, mleko) Polewa jogurtowo – owocowa 100ml (mleko) Marchewka gotowana 150g Kompot jabłkowy 250ml	Zupa kalafiorowa ze świeżego kalafiora z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (mleko) Kakaowe naleśniki z serkiem śmietankowym 250g – 3szt. (gluten pszenney, jaja, mleko) Polewa jogurtowo – owocowa 100ml (mleko) Marchewka gotowana 150g Kompot jabłkowy 250ml	Zupa kalafiorowa ze świeżego kalafiora z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (mleko) Naleśniki z mięsem drobiowym i warzywami, zapiekane 250g – 3szt. (gluten pszenney, jaja, mleko) Sos jogurtowo – ziołowy 100ml (mleko) Surówka z marchewki tartej z dodatkiem ananasa, skropiona oliwą z oliwek 150g Kompot jabłkowy 250ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Sałata 10g, pomidor 150g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka z piersi indyka 50g Sałata 10g, pomidor 150g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka z piersi indyka 50g Sałata 10g, pomidor 150g Herbata 250ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Sałata 10g, pomidor 150g Herbata 250ml
PN	Chleb graham 30g (gluten pszenney, żytni), masło 5g (mleko), serek kanapkowy 20g (mleko), pomidor 10g	Chleb pszenney 30g (gluten pszenney, żytni), masło 5g (mleko), serek kanapkowy 20g (mleko), pomidor 10g	Chleb pszenney 30g (gluten pszenney, żytni), masło 5g (mleko), serek kanapkowy 20g (mleko), pomidor 10g	Chleb graham 30g (gluten pszenney, żytni), masło 5g (mleko), serek kanapkowy 20g (mleko), pomidor 10g
Wartości odżywcze	Kcal; 2198 Białko 96 Tłuszcz 70, nkt 12 Węglowodany 311 Błonnik 21 Sól 2,1	Kcal; 2130 Białko 90 Tłuszcz 60 nkt 9 Węglowodany 299 Błonnik 20,5 Sól 2,2	Kcal; 2130 Białko 90 Tłuszcz 60 nkt 9 Węglowodany 299 Błonnik 20,5 Sól 2,2	Kcal; 2240 Białko 96 Tłuszcz 74, nkt 12 Węglowodany 320 Błonnik 23 Sól 2,1

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. Ze względu na sezonowość wymiennie używane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, kiwi, banan.

Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011. Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP SOBOTA 25.11.2023

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Parówki 100g – 2szt. (soja, seler) Ketchup 20g Papryka 100g Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Parówki 100g – 2szt. (soja, seler) Ketchup 20g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Twaróg 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Parówki 100g – 2szt. (soja, seler) Ketchup 20g Papryka 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy 1szt.	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa grysikowa z ziemniaczkami i świeżym koperkiem 400ml (gluten pszenney, seler) Risotto z kurczakiem i warzywami mieszanymi w białym sosie 300g (mleko, gluten pszenney) Kompot z owoców mieszanych 250ml	Zupa grysikowa z ziemniaczkami i świeżym koperkiem 400ml (gluten pszenney, seler) Risotto z kurczakiem i warzywami mieszanymi w białym sosie 300g (mleko, gluten pszenney) Kompot z owoców mieszanych 250ml	Zupa grysikowa z ziemniaczkami i świeżym koperkiem 400ml (gluten pszenney, seler) Risotto z kurczakiem i warzywami mieszanymi w białym sosie 300g (mleko, gluten pszenney) Kompot z owoców mieszanych 250ml	Zupa grysikowa z ziemniaczkami i świeżym koperkiem 400ml (gluten pszenney, seler) Risotto z ryżem brązowym z kurczakiem i warzywami mieszanymi w białym sosie 300g (mleko, gluten pszenney) Kompot z owoców mieszanych 250ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szyńka pieczona 50g Sałata 10g, ogórek 150g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szyńka pieczona 50g Sałata 10g, pomidor 150g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szyńka pieczona 50g Sałata 10g, pomidor 150g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szyńka pieczona 50g Sałata 10g, ogórek 150g Herbata 250 ml
PN	Sałatka z winegretem 50g	Sałatka z winegretem 50g	Sałatka z winegretem 50g	Sałatka z winegretem 50g
Wartości odżywcze	Kcal; 2252 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 9 Węglowodany 301 Błonnik 20,5 Sól 3,1	Kcal; 2133 Białko 90 Tłuszcz 60 nkt 9 Węglowodany 299 Błonnik 20,5 Sól 2,2	Kcal; 2133 Białko 90 Tłuszcz 60 nkt 7 Węglowodany 299 Błonnik 20,5 Sól 2,2	Kcal; 2280 Białko 96 Tłuszcz 80 nkt 9 Węglowodany 280 Błonnik 18,5 Sól 3,1

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. Ze względu na sezonowość wymiennie używane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, kiwi, banan.

Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011. Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP NIEDZIELA 26.11.2023

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml
II ŚNIADANIE	Ciasteczko owsiane 2 szt. (gluten pszenny, mleko, jaja, orzechy)	Ciasteczko owsiane 2 szt. (gluten pszenny, mleko, jaja, orzechy)	Ciasteczko owsiane 2 szt. (gluten pszenny, mleko, jaja, orzechy)	Jogurt naturalny 150ml (mleko)
OBIAD	Rosół gotowany na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (gluten pszenny, seler) Tradycyjny mielony pieczony w piecu konwekcyjnym 100g (gluten pszenny, jaja) Ziemniaki 200g Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego z I tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 250ml	Rosół gotowany na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (gluten pszenny, seler) Tradycyjny mielony pieczony w piecu konwekcyjnym 100g (gluten pszenny, jaja) Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot z owoców mieszanych 250ml	Rosół gotowany na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (gluten pszenny, seler) Tradycyjny mielony pieczony w piecu konwekcyjnym 100g (gluten pszenny, jaja) Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot z owoców mieszanych 250ml	Rosół gotowany na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (gluten pszenny, seler) Tradycyjny mielony pieczony w piecu konwekcyjnym 100g (gluten pszenny, jaja) Ziemniaki 200g Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego z I tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 250ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 150g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Paszтет pieczony 50g (gluten pszenny, jaja) Ogórek kiszony 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 150g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Paszтет pieczony 50g (gluten pszenny, jaja) Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 150g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka wieprzowa 50g Pomidor 100g Herbata 250ml	Pieczywo graham 150g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Paszтет pieczony 50g (gluten pszenny, jaja) Ogórek kiszony 100g Herbata 250ml
PN	Owoc sezonowy 1szt.	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Owoc sezonowy 1szt.
Wartości odżywcze	Kcal; 2272 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 10 Węglowodany 301 Błonnik 20,5 Sól 3,1	Kcal; 2130 Białko 90 Tłuszcz 60 nkt 9 Węglowodany 299 Błonnik 20,5 Sól 2,2	Kcal; 2130 Białko 90 Tłuszcz 60 nkt 9 Węglowodany 299 Błonnik 20,5 Sól 2,2	Kcal; 2250 Białko 96 Tłuszcz 76 nkt 12 Węglowodany 280 Błonnik 18,5 Sól 3,1

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. Ze względu na sezonowość wymiennie używane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, kiwi, banan.

Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011. Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska