

DCZP czwartek 07.12.23

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	<p>Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko)</p> <p>Szynka wieprzowa 50g Papryka pieczona 100g Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko)</p> <p>Szynka wieprzowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko)</p> <p>Szynka wieprzowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko)</p> <p>Szynka wieprzowa 50g Papryka pieczona 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, 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>Zupa ogórkowa z ziemniakami z koperkiem i natką pietruszki 400ml (seler, mleko)</p> <p>Pulpeciki z mięsa wieprzowego w sosie pomidorowym 90g/100ml (gluten pszenny, jaja) Kasza jęczmienna 200g (gluten jęczmienny) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g</p> <p>Kompot rabarbarowy 250ml</p>	<p>Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki i majerankiem 400ml (gluten pszenny, seler)</p> <p>Pulpeciki z mięsa wieprzowego w sosie pomidorowym 90g/100ml (gluten pszenny, jaja) Kasza jęczmienna 200g (gluten jęczmienny) Buraczki gotowane 150g</p> <p>Kompot rabarbarowy 250ml</p>	<p>Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki i majerankiem 400ml (gluten pszenny, seler)</p> <p>Pulpeciki z mięsa wieprzowego w sosie pomidorowym 90g/100ml (gluten pszenny, jaja) Kasza jęczmienna 200g (gluten jęczmienny) Buraczki gotowane 150g</p> <p>Kompot rabarbarowy 250ml</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami z koperkiem i natką pietruszki 400ml (seler, mleko)</p> <p>Pulpeciki z mięsa wieprzowego w sosie pomidorowym 90g/100ml (gluten pszenny, jaja) Kasza jęczmienna 200g (gluten jęczmienny) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g</p> <p>Kompot rabarbarowy 250ml</p>
KOLACJA	<p>Pieczywo żytnie i pszenne 150g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Twaróg 50g (mleko) Dżem 20g Marchewka gotowana 100g</p> <p>Herbata 250 ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 150g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Twaróg 50g (mleko) Dżem 20g Marchewka gotowana 100g</p> <p>Herbata 250 ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 150g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Twaróg 50g (mleko) Dżem 20g Marchewka gotowana 100g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Pieczywo graham 150g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Twaróg 50g (mleko) Marchewka gotowana 100g</p> <p>Herbata 250ml</p>
PN	Ryż na gęsto z musem truskawkowym 150g (mleko)	Ryż na gęsto z musem truskawkowym 150g (mleko)	Ryż na gęsto z musem truskawkowym 150g (mleko)	Chleb graham 30g (gluten pszenny, żytni), masło 5g (mleko), szynka 10g
Wartości odżywcze	<p>Kcal; 2178 Białko 89 Tłuszcz 68, nkt 10 Węglowodany 311 Błonnik 18 Sól 2,3</p>	<p>Kcal; 2143 Białko 84 Tłuszcz 60, nkt 7 Węglowodany 303 Błonnik 16 Sól 2</p>	<p>Kcal; 2143 Białko 84 Tłuszcz 60, nkt 7 Węglowodany 303 Błonnik 16 Sól 2</p>	<p>Kcal; 2178 Białko 89 Tłuszcz 68, nkt 10 Węglowodany 311 Błonnik 18 Sól 2,3</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 1169/2011. Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP piątek 08.12.23

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA B/Tł.	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 400ml (gluten pszenny, jaja, mleko) Sałatka jarzynowa 150g (jaja, seler) 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) Sałatka jarzynowa b/konserw 150g (jaja, seler) 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) Sałatka jarzynowa b/konserw 150g (jaja, seler) 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) Sałatka jarzynowa 150g (jaja, seler) 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 kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (mleko, seler) Naleśniki beztłuszczowe z serkiem śmietankowym 250g – 3szt. (gluten pszenny, mleko, jaja) Polewa jogurtowa 100ml (mleko) Surówka z marchewki z jabłkiem, skropiona oliwą z oliwek 100g Kompot porzeczkowy 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (mleko, seler) Naleśniki beztłuszczowe z serkiem śmietankowym 250g – 3szt. (gluten pszenny, mleko, jaja) Polewa jogurtowa 100ml (mleko) Marchewka gotowana 150g Kompot porzeczkowy 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (mleko, seler) Naleśniki beztłuszczowe z serkiem śmietankowym 250g - (gluten pszenny, mleko, jaja) Polewa jogurtowa 100ml (mleko) Marchewka gotowana 150g Kompot porzeczkowy 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (mleko, seler) Naleśniki beztłuszczowe z mięsem z kurczaka i warzywami mieszanymi 250g – 3szt. (gluten pszenny, mleko, jaja) Polewa jogurtowo -ziołowa 100ml (mleko) Surówka z marchewki z jabłkiem, skropiona oliwą z oliwek 100g Kompot porzeczkowy 250ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Sałata 10g, papryka 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) twarożek 50g (mleko) Sałata 10g, pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) twarożek 50g (mleko) Sałata 10g, pomidor 100g	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Sałata 10g, papryka 100g Herbata 250 ml
PN	Chleb graham 30g (gluten pszenny, żytni) z masłem 5g (mleko), szynką 10g	Chleb pszenny 30g (gluten pszenny, żytni) z masłem 5g (mleko), szynką 10g	Chleb pszenny 30g (gluten pszenny, żytni) z masłem 5g (mleko), szynką 10g	Chleb graham 30g (gluten pszenny, żytni) z masłem 5g (mleko), szynką 10g
Wartości odżywcze	Kcal; 2124 Białko 81 Tłuszcz 75, nkt 14 Węglowodany 310 Błonnik 23 Sól 1,9	Kcal; 2110 Białko 79 Tłuszcz 72, nkt 8 Węglowodany 289 Błonnik 17 Sól 1,5	Kcal; 2110 Białko 79 Tłuszcz 72, nkt 8 Węglowodany 289 Błonnik 17 Sól 1,5	Kcal; 2154 Białko 79 Tłuszcz 77, nkt 14 Węglowodany 315 Błonnik 23 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 sobota 09.12.23

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA B/TŁ.	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Schab pieczony 50g Brokuł gotowany 100g Sos jogurtowo ziołowy 20g (mleko) Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Schab pieczony 50g Brokuł gotowany 100g Sos jogurtowo ziołowy 20g (mleko) Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Schab pieczony 50g Brokuł gotowany 100g Sos jogurtowo ziołowy 20g (mleko) Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Schab pieczony 50g Brokuł gotowany 100g Sos jogurtowo ziołowy 20g (mleko) Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, 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	Zupa grysikowa z ziemniaczkami i świeżym koperkiem 400ml (gluten pszenney, seler) Kociotek cygański z papryką, ziemniakami, cukinią i marchewką 300g Kompot z owoców mieszanych 250ml	Zupa grysikowa z ziemniaczkami i świeżym koperkiem 400ml (gluten pszenney, seler) Kociotek cygański, ziemniakami, cukinią i marchewką 300g Kompot z owoców mieszanych 250ml	Zupa grysikowa z ziemniaczkami i świeżym koperkiem 400ml (gluten pszenney, seler) Kociotek cygański z, ziemniakami, cukinią i marchewką 300g Kompot z owoców mieszanych 250ml	Zupa grysikowa z ziemniaczkami i świeżym koperkiem 400ml (gluten pszenney, seler) Kociotek cygański z papryką, ziemniakami, cukinią i marchewką 300g Kompot z owoców mieszanych 250ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) ogórek 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 150g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 150g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 150g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) ogórek 100g Herbata 250ml
PN	Jogurt owocowy 150ml (mleko)	Jogurt owocowy 150ml (mleko)	Jogurt owocowy 150ml (mleko)	Jogurt naturalny 150ml (mleko)
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 niedziela 10.12.23

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRAMNICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko) Szynka wieprzowa 50g Pomidor 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) Szynka wieprzowa 50g 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) Szynka wieprzowa 50g 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) Szynka wieprzowa 50g Pomidor 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, jęczmienny, mleko) Herbata 250ml
II ŚNIADANIE	Ciastko kruche 2szt. (gluten pszenny, mleko, jaja)	Ciastko kruche 2szt. (gluten pszenny, mleko, jaja)	Ciastko kruche 2szt. (gluten pszenny, mleko, jaja)	Sok pomidorowy 200ml
OBIAD	Rosół gotowany na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (gluten pszenny, seler) Udko z kurczaka pieczone 120g Ziemniaki 200g Surówka z wielowarzywna 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) Udko z kurczaka gotowane 120g Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g Kompot z owoców mieszanych 250ml	Rosół gotowany na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (gluten pszenny, seler) Udko z kurczaka gotowane 120g Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g Kompot z owoców mieszanych 250ml	Rosół gotowany na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (gluten pszenny, seler) Udko z kurczaka pieczone 120g Ziemniaki 200g Surówka z wielowarzywna z dodatkiem oleju rzepakowego z I tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 250ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Paszтет wieprzowy 50g (gluten pszenny) Ogórek kiszony 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka z indyka 50g Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka z indyka 50g Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Paszтет wieprzowy 50g (gluten pszenny) Ogórek kiszony 100g Herbata 250 ml
PN	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
Wartości odżywcze	Kcal; 2156 Białko 88 Tłuszcz 76, nkt 13 Węglowodany 295 Błonnik 23 Sól 2,2	Kcal; 2156 Białko 88 Tłuszcz 76, nkt 13 Węglowodany 295 Błonnik 23 Sól 2,2	Kcal; 2156 Białko 88 Tłuszcz 76, nkt 13 Węglowodany 295 Błonnik 23 Sól 2,2	Kcal; 2140 Białko 89 Tłuszcz 73, nkt 11 Węglowodany 295 Błonnik 23 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 11.12.23

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA b/tłuszczowa	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (gluten jęczmienny, mleko) Parówki 100g – 2szt. Ketchup 20g Ogórek 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) Parówki 100g – 2szt. Ketchup 20g 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) Szynka z indyka 50g 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) Parówki 100g – 2szt. Ogórek 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.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa krem z brokuła z serem mozzarella i grzankami 400ml (seler, mleko, gluten pszenny) Sos meksykański z mięsem mielonym z indyka, fasolą czerwoną i kukurydzą, pomidorami pelati 150g (gluten pszenny) Ryż paraboliczny 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa krem z brokuła z grzankami 400ml (seler, mleko, gluten pszenny) Sos meksykański z mięsem mielonym z indyka, fasolą czerwoną i kukurydzą, pomidorami pelati 150g (gluten pszenny) Ryż paraboliczny 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa krem z brokuła z grzankami 400ml (seler, mleko, gluten pszenny) Sos meksykański z mięsem mielonym z indyka, fasolą czerwoną i kukurydzą, pomidorami pelati 150g (gluten pszenny) Ryż paraboliczny 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa krem z brokuła z serem mozzarella i grzankami 400ml (seler, mleko, gluten pszenny) Sos meksykański z mięsem mielonym z indyka, fasolą czerwoną i kukurydzą, pomidorami pelati 150g (gluten pszenny) Ryż brązowy 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Pieczeń drobiowa 50g Kalafior gotowany 100g Zielony sos jogurtowy 20g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Pieczeń drobiowa 50g Kalafior gotowany 100g Zielony sos jogurtowy 20g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szyneczka drobiowa 50g Kalafior gotowany 100g Zielony sos jogurtowy 20g Herbata 250ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Pieczeń drobiowa 50g Kalafior gotowany 100g Zielony sos jogurtowy 20g Herbata 250 ml
PN	Chleb pszenny 30g (gluten pszenny, żytni) z masłem 5g (mleko), szynka 10g	Chleb pszenny 30g (gluten pszenny, żytni) z masłem 5g (mleko), szynka 10g	Chleb pszenny 30g (gluten pszenny, żytni) z masłem 5g (mleko), szynka 10g	Chleb graham 30g (gluten pszenny, żytni) z masłem 5g (mleko), szynka 10g
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 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 12.12.23

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA lekko strawna z ograniczeniem tłuszczów	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	<p>Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko)</p> <p>Ser żółty 50g (mleko) Ogórek kiszony 50g, pomidor 50g Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko)</p> <p>Twaróg 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni i z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko)</p> <p>Twaróg 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni i z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko)</p> <p>Ser żółty 50g (mleko) Ogórek kiszony 50g, pomidor 50g Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni i z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml</p>
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	<p>Zupa kapuśniaczek z ziemniakami i natką pietruszki 400ml</p> <p>Zapiekanka ziemniaczano – warzywna z piersią kurczaka i sosem białym zapiekana z serem mozzarella 300g (mleko, gluten pszenny)</p> <p>Kompot rabarbarowy 200ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400ml</p> <p>Zapiekanka ziemniaczano – warzywna z piersią kurczaka i sosem białym, zapiekana 300g (mleko, gluten pszenny)</p> <p>Kompot rabarbarowy 200ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400ml</p> <p>Zapiekanka ziemniaczano – warzywna z piersią kurczaka i sosem białym, zapiekana 300g (mleko, gluten pszenny)</p> <p>Kompot rabarbarowy 200ml</p>	<p>Zupa kapuśniaczek z ziemniakami i natką pietruszki 400ml</p> <p>Zapiekanka ziemniaczano – warzywna z piersią kurczaka i sosem białym zapiekana z serem mozzarella 300g (mleko, gluten pszenny)</p> <p>Kompot rabarbarowy 200ml</p>
KOLACJA	<p>Pieczywo pszenne żytnie 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka wiejska 50g Sałata 10g, papryka 100g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka wiejska 50g Sałata 10g, pomidor 100g</p> <p>Herbata 250 ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka wiejska 50g Sałata 10g, pomidor 100g</p> <p>Herbata 250 ml</p>	<p>Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka wiejska 50g Sałata 10g, pomidor 100g</p> <p>Herbata 250 ml</p>
PN	Sałatka gyros 50g (jaja)	Sałatka gyros 50g (jaja)	Sałatka gyros 50g (jaja)	Sałatka gyros 50g (jaja)
Wartości odżywcze	<p>Kcal; 2052 Białko 75 Tłuszcz 56, nkt 11 Węglowodany 312 Błonnik 24 Sól 1,3</p>	<p>Kcal; 2014 Białko 74 Tłuszcz 50, nkt 8 Węglowodany 298 Błonnik 24 Sól 1,4</p>	<p>Kcal; 2014 Białko 74 Tłuszcz 50, nkt 8 Węglowodany 298 Błonnik 24 Sól 1,4</p>	<p>Kcal; 2012 Białko 75 Tłuszcz 52, nkt 8 Węglowodany 303 Błonnik 24 Sól 1,8</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 1169/2011.

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP środa 13.12.23

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, mleko) Marchewka gotowana 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 150g 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 150g 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, mleko) Marchewka gotowana 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.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Żurek z ziemniakami, kiełbaską i jajkiem z natką pietruszki i majerankiem 400ml (gluten żytni, jaja, seler) Pierogi ruskie gotowane 300g – 7 szt. (gluten pszenny, mleko) Polewa jogurtowa 100ml (mleko) Surówka z kapusty czerwonej z marchewką i natką pietruszki z olejem rzepakowym z I tłoczenia 100g Kompot rabarbarowy 200ml	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki i majerankiem 400ml Pierogi ruskie gotowane 300g – 7 szt. (gluten pszenny, mleko) Polewa jogurtowa 100ml (mleko) Buraczki gotowane 150g Kompot rabarbarowy 200ml	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki i majerankiem 400ml Pierogi ruskie gotowane 300g – 7 szt. (gluten pszenny, mleko) Polewa jogurtowa 100ml (mleko) Buraczki gotowane 150g Kompot rabarbarowy 200ml	Żurek z ziemniakami, kiełbaską i jajkiem z natką pietruszki i majerankiem 400ml (gluten żytni, jaja, seler) Pierogi ruskie gotowane 300g – 7 szt. (gluten pszenny, mleko) Polewa jogurtowa 100ml (mleko) Surówka z kapusty czerwonej z marchewką i natką pietruszki z olejem rzepakowym z I tłoczenia 100g Kompot rabarbarowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 50g, ogórek 50g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 150g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 150g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 150g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 50g, ogórek 50g Herbata 250ml
PN	Ciasto domowe 60g (gluten pszenny, jaja, mleko)	Ciasto domowe 60g (gluten pszenny, jaja, mleko)	Ciasto domowe 60g (gluten pszenny, jaja, mleko)	Salatka 50g
Wartości odżywcze	Kcal; 2206 Białko 85 Tłuszcz 76, nkt 6 Węglowodany 295 Błonnik 23,5 Sól 2,2	Kcal; 2115 Białko 80 Tłuszcz 65 nkt 12 Węglowodany 280 Błonnik 17 Sól 1,4	Kcal; 2115 Białko 80 Tłuszcz 65 nkt 10 Węglowodany 280 Błonnik 17 Sól 1,4	Kcal; 2286 Białko 85 Tłuszcz 76, nkt 16 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 14.12.23

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe na mleku 400ml (mleko) Paszтет pieczony 50g (gluten pszenny, jaja) Ogórek kiszony 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 ryżowe na mleku 400ml (mleko) Szynka wieprzowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki ryżowe na mleku 400ml (mleko) Szynka wieprzowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki ryżowe na mleku 400ml (mleko) Paszтет pieczony 50g (gluten pszenny, jaja) Ogórek kiszony 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	Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (gluten pszenny, seler) Gulasz wieprzowy 150g (gluten pszenny) Kasza jęczmienna 200g (gluten jęczmienny) Surówka z buraczków ze słonecznikiem i olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (gluten pszenny, seler) Gulasz wieprzowy z chudej szynki 150g (gluten pszenny) Kasza jęczmienna 200g (gluten jęczmienny) Kalafior gotowany 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (gluten pszenny, seler) Gulasz wieprzowy z chudej szynki 150g (gluten pszenny) Kasza jęczmienna 200g (gluten jęczmienny) Kalafior gotowany 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (gluten pszenny, seler) Gulasz wieprzowy 150g (gluten pszenny) Kasza jęczmienna 200g (gluten jęczmienny) Surówka z buraczków ze słonecznikiem i olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Papryka pieczona 100g, sałata 10g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 150g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g, sałata 10g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 150g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g, sałata 10g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 150g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Papryka pieczona 100g, sałata 10g Herbata 250ml
PN	Deser z serka waniliowego z kolorową galaretką 150g (mleko)	Deser z serka waniliowego z kolorową galaretką 150g (mleko)	Deser z serka waniliowego z kolorową galaretką 150g (mleko)	Jogurt naturalny z muesli 150ml (mleko, gluten pszenny)
Wartości odżywcze	Kcal; 2272 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 301 Błonnik 20,5 Sól 3,1	Kcal; 2272 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 301 Błonnik 20,5 Sól 3,1	Kcal; 2272 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 301 Błonnik 20,5 Sól 3,1	Kcal; 2272 Białko 98 Tłuszcz 71, nkt 15 Węglowodany 309 Błonnik 20,5 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 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 15.12.23

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 400ml (gluten pszenney, mleko, jaja) Pasta jajeczna z brokułem 100g (jaja) Papryka 100g 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) Pasta brokułowa 150g 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) Pasta brokułowa 150g 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) Pasta jajeczna z brokułem 100g (jaja) 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.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem (80g warzyw), zabilana 400ml (mleko, seler) Ryba smażona (miruna) panierowana 100g (gluten pszenney, ryby, jaja) Ziemniaki 200g Sos grecki z warzyw korzeniowych 150g Kompot jabłkowy 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem (80g warzyw), zabilana 400ml (mleko, seler) Ryba pieczona (miruna) w ziołach 100g (gluten pszenney, ryby, jaja) Ziemniaki 200g Sos grecki z warzyw korzeniowych 150g Kompot jabłkowy 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem (80g warzyw), zabilana 400ml (mleko, seler) Ryba pieczona (miruna) w ziołach 100g (gluten pszenney, ryby, jaja) Ziemniaki 200g Sos grecki z warzyw korzeniowych 150g Kompot jabłkowy 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem (80g warzyw), zabilana 400ml (mleko, seler) Ryba smażona (miruna) panierowana 100g (gluten pszenney, ryby, jaja) Ziemniaki 200g Sos grecki z warzyw korzeniowych 150g Kompot jabłkowy 250ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Pomidor 100g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka z indyka 50g Pomidor 100g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka z indyka 50g Pomidor 100g Herbata 250ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Pomidor 100g, Herbata 250ml
PN	Kasza manna z musem owocowym 150g (mleko, gluten pszenney)	Kasza manna z musem owocowym 150g (mleko, gluten pszenney)	Kasza manna z musem owocowym 150g (mleko, gluten pszenney)	Chleb graham 30g (gluten pszenney, żytni) z masłem 5g (mleko), ser żółty 10g (mleko)
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 16.12.23

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Salami 50g Ogórek kiszony 50g Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Szyunka drobiowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Szyunka drobiowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Salami 50g Ogórek kiszony 50g Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa krupnik z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Łazanki z mięsem mielonym z indyka, kapustą mieszaną i pieczarkami 300g (gluten pszenny, grzyby) Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa krupnik z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Łazanki z mięsem mielonym z indyka i warzywami mieszanymi 300g (gluten pszenny) Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa krupnik z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Łazanki z mięsem mielonym z indyka i warzywami mieszanymi 300g (gluten pszenny) Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa krupnik z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Makaron razowy z mięsem mielonym z indyka, kapustą mieszaną i pieczarkami 300g (gluten pszenny, grzyby) Kompot wieloowocowy 250ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Pieczeń drobiowa 50g (gluten pszenny, jaja) Papryka 100g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Pieczeń drobiowa 50g (gluten pszenny, jaja) Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szyunka drobiowa 50g (gluten pszenny, jaja) Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Pieczeń drobiowa 50g (gluten pszenny, jaja) Papryka 100g Herbata 250 ml
PN	Jogurt owocowy 150ml (mleko)	Jogurt owocowy 150ml (mleko)	Jogurt owocowy 150ml (mleko)	Jogurt naturalny 150ml (mleko)
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