

DCZP ŚRODA 24.07.2024

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Paszтет wieprzowy 50g (gluten pszenney) Pomidor 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Szynka wieprzowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Szynka wieprzowa 50g Pomidor 100g 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) Paszтет wieprzowy 50g (gluten pszenney) Pomidor 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, 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	Kapuśniak z kiszanej kapusty z ziemniakami i z majerankiem 400ml (seler) Makaron z białym serem 300g (gluten pszenney, mleko) Polewa jogurtowa z truskawkami 100ml mleko Surówka z tartej marchewki z ananase 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400ml (gluten pszenney) Makaron z białym serem 300g (gluten pszenney, mleko) Polewa jogurtowa z truskawkami 100ml mleko Marchewka gotowana 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400ml (gluten pszenney) Makaron z białym serem 300g (gluten pszenney, mleko) Polewa jogurtowa z truskawkami 100ml mleko Marchewka gotowana 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Kapuśniak z kiszanej kapusty z ziemniakami i z majerankiem 400ml (seler) Makaron pełnoziarnisty z białym serem b/cukru 300g (gluten pszenney, mleko) Polewa jogurtowa z truskawkami 100ml mleko Surówka z tartej marchewki z ananase 150g Kompot wieloowocowy 200ml
Kolacja	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka wiejska 50g Ogórek 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka wiejska 50g Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka wiejska 50g Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka wiejska 50g Ogórek 100g Herbata 250ml
PN	Sałátka ryżowa z szynką i jajkiem 150g (mleko)	Sałátka ryżowa z szynką i jajkiem 150g (mleko)	Sałátka ryżowa z szynką i jajkiem 150g (mleko)	Sałátka ryżowa z szynką i jajkiem 150g (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal; 2298 Białko 90 Tłuszcz 80, nkt 11 Węglowodany 311 Błonnik 20 Sól 2,9	Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299 Błonnik 20 Sól 2,2	Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299 Błonnik 20 Sól 2,2	Kcal; 2258 Białko 92 Tłuszcz 72, nkt 11 Węglowodany 308 Błonnik 20 Sól 2,9

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 podawane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, kiwi, banan, pomarańcza.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP CZWARTEK 25.07.2024

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Ryż na mleku 400ml (mleko) Salami 50g Papryka 100g Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Ryż na mleku 400ml (mleko) Szyńka z indyka 50g Sałata 10g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Ryż na mleku 400ml (mleko) Szyńka z indyka 50g Sałata 10g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Ryż na mleku 400ml (mleko) Salami 50g Papryka 100g 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 kalafiorowa z ziemniakami 400ml (mleko, seler) Udko pieczone 100g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty z kukurydzą i papryką 100g Kompot rabarbarowy 200ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml (mleko, seler) Udko gotowane 100g Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g Kompot porzeczkowy 200ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml (mleko, seler) Udko gotowane 100g Ziemniaki 200g Surówka z buraczków z olejem rzepakowym z 1 tłoczenia 150g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml (mleko, seler) Udko pieczone 100g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty z kukurydzą i papryką 100g Kompot rabarbarowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) pomidor 100g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) pomidor 100g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) pomidor 100g Herbata 250ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) pomidor 100g Herbata 250ml
PN	Mus owocowy 100g/1szt.	Mus owocowy 100g/1szt.	Mus owocowy 100g/1szt.	Jogurt naturalny z jabłkiem prażonym 150ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal; 2272 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 309 Błonnik 20,5 Sól 3,1	Kcal; 2260 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 311 Błonnik 23 Sól 3,1	Kcal; 2260 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 311 Błonnik 23 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 podawane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, kiwi, banan, pomarańcza.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP PIĄTEK 26.07.2024

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml (mleko) Twaróg 50g (mleko) Dżem 20g Ogórek 100g Pieczywo żytnie i pszenne 100 (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml (mleko) twaróg 50g (mleko) dżem 20g pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml (mleko) twaróg 50g (mleko) dżem 20g pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml (mleko) Twaróg 70g (mleko) Ogórek 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 makaronem i natką pietruszki 400ml (mleko, gluten pszenney, seler) Ryba smażona – dorsz – panierowana 100g (gluten pszenney, jaja, ryby) Ziemniaki 200g Surówka z kiszzonej kapusty z natką pietruszki i oliwa z oliwek 150g Kompot jabłkowy 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml (mleko, gluten pszenney, seler) Ryba pieczona - dorsz 100g (ryby, gluten pszenney, jaja) Ziemniaki 200g brokuł gotowany 150g Kompot jabłkowy 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml (mleko, gluten pszenney, seler) Ryba pieczona - dorsz 100g (ryby, gluten pszenney, jaja) Ziemniaki 200g brokuł gotowany 150g Kompot jabłkowy 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml (mleko, gluten pszenney, seler) Ryba smażona – dorsz – pieczona 100g (gluten pszenney, jaja, ryby) Ziemniaki 200g Surówka z kiszzonej kapusty z natką pietruszki i oliwa z oliwek 150g Kompot jabłkowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka z kurczaka 50g Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka z kurczaka 50g Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka z kurczaka 50g Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka z kurczaka 50g Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 250ml
PN	Budyń 150ml, ciastko maślane 2szt. (gluten pszenney, jaja, mleko)	Budyń 150ml, ciastko maślane 2szt. (gluten pszenney, jaja, mleko)	Budyń 150ml, ciastko maślane 2szt. (gluten pszenney, jaja, mleko)	Sałatka jajeczna 150g (jaja)
Wartości odżywcze	Kcal; 2298 Białko 90 Tłuszcz 80, nkt 11 Węglowodany 311 Błonnik 20 Sól 2,9	Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299 Błonnik 20 Sól 2,2	Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299 Błonnik 20 Sól 2,2	Kcal; 2258 Białko 92 Tłuszcz 72, nkt 11 Węglowodany 308 Błonnik 20 Sól 2,9

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 podawane są owoce: jabłko, gruszką, mandarynka, kiwi, banan, pomarańcza.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP SOBOTA 27.07.2024

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (gluten jęczmienny, mleko) Ser żółty 50g (mleko) Papryka 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 jęczmienne na mleku 400ml (gluten jęczmienny, 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	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (gluten jęczmienny, 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	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (gluten jęczmienny, mleko) Ser żółty 50g (mleko) papryka 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.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa szczawiowa z ziemniaczkami i świeżym koperkiem 400ml (mleko, seler) Łazanki z kapusty mieszanej z mięsem mielonym z szynki i pieczarkami 300g (gluten pszenny grzyby) Kompot z owoców mieszanych 250ml	Zupa szczawiowa z ziemniaczkami i świeżym koperkiem 400ml (mleko, seler) Łazanki z mięsem mielonym z szynki i warzywami mieszanych 300g (gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 250ml	Zupa szczawiowa z ziemniaczkami i świeżym koperkiem 400ml (mleko, seler) Łazanki z mięsem mielonym z szynki i warzywami mieszanych 300g (gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 250ml	Zupa szczawiowa z ziemniaczkami i świeżym koperkiem 400ml (mleko, seler) Makaron razowy z kapustą mieszaną, z mięsem mielonym z szynki, pieczarkami 300g (gluten pszenny grzyby) Kompot z owoców mieszanych 250ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 150g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka sopocka 50g Pomidor 50g, ogórek 50g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka sopocka 50g Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka sopocka 50g Pomidor 100g Herbata 250ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka sopocka 50g Pomidor 50g, ogórek 50g Herbata 250ml
PN	Wafelek 2 szt. (gluten pszenny, jaja, mleko)	Wafelek 2 szt. (gluten pszenny, jaja, mleko)	Wafelek 2 szt. (gluten pszenny, jaja, mleko)	Sok pomidorowy 300ml/1szt.
Wartości odżywcze	Kcal; 2236 Białko 89 Tłuszcz 71, nkt 12 Węglowodany 311 Błonnik 19 Sól 2,6	Kcal; 2173 Białko 85 Tłuszcz 60, nkt 12 Węglowodany 310 Błonnik 18 Sól 2	Kcal; 2173 Białko 85 Tłuszcz 60, nkt 12 Węglowodany 310 Błonnik 18 Sól 2	Kcal; 2236 Białko 89 Tłuszcz 71, nkt 12 Węglowodany 311 Błonnik 19 Sól 2,6

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 podawane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, kiwi, banan, pomarańcza.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP NIEDZIELA 28.07.2024

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA b/tłuszczowa	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Makaron na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko) Pieczeń drobiowa 50g (gluten pszenny) Ogórek kiszony 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Makaron na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko) Szynka wieprzowa 50g Sałata 10g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Makaron na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko) Szynka wieprzowa 50g Sałata 10g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Makaron na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko) Pieczeń drobiowa 50g (gluten pszenny) 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	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Pieczeń rzymska w sosie 100g/100ml Ziemniaki 200g Surówka wielowarzywna z koperkiem i olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Pieczeń rzymska 100g/100ml Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Pieczeń rzymska w sosie własnym 100g/100ml Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Pieczeń rzymska w sosie własnym 100g/100g Ziemniaki 200g Surówka wielowarzywna z koperkiem i olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) pomidor 100g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) pomidor 100g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) pomidor 100g Herbata 250ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) pomidor 100g Herbata 250 ml
PN	Serek homogenizowany 150ml (mleko)	Serek homogenizowany 150ml (mleko)	Serek homogenizowany 150ml (mleko)	Jogurt naturalny z muesli 150g (mleko, gluten pszenny, orzechy)
Wartości odżywcze	Kcal; 2167 Białko 77 Tłuszcz 71, nkt 8 Węglowodany 321 Błonnik 17 Sól 1,6	Kcal; 2167 Białko 77 Tłuszcz 71, nkt 8 Węglowodany 321 Błonnik 17 Sól 1,6	Kcal; 2167 Białko 77 Tłuszcz 71, nkt 8 Węglowodany 321 Błonnik 17 Sól 1,6	Kcal; 2170 Białko 77 Tłuszcz 79, nkt 9 Węglowodany 320 Błonnik 17 Sól 1,8

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 podawane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, kiwi, banan, pomarańcza.

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP PONIEDZIAŁEK 29.07.2024

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA lekko strawna z ograniczeniem tłuszczów	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	<p>Kasza manna na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny)</p> <p>Szynka wieprzowa 50g Papryka 100g 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>Kasza manna na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny)</p> <p>Szynka wieprzowa 50g Sałata 10g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni i z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny)</p> <p>Szynka wieprzowa 50g Sałata 10g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni i z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny)</p> <p>Szynka wieprzowa 50g Papryka 100g 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 kapuśniak z młodej kapusty 400ml (mleko, seler)</p> <p>Sos bolognese z pomidorami pelatti 150g Makaron z pszenicy durum 100g (gluten pszenny)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 200ml</p>	<p>Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (mleko, seler)</p> <p>Sos bolognese z pomidorami pelatti 150g Makaron z pszenicy durum 100g (gluten pszenny)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 200ml</p>	<p>Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (mleko, seler)</p> <p>Sos bolognese z pomidorami pelatti 150g Makaron z pszenicy durum 100g (gluten pszenny)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 200ml</p>	<p>Zupa kapuśniak z młodej kapusty 400ml (mleko, seler)</p> <p>Sos bolognese z pomidorami pelatti 150g Makaron z pszenicy pełnoziarnistej 100g (gluten pszenny)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 200ml</p>
KOLACJA	<p>Pieczywo pszenne żytnie 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Ogórek 100g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Twaróg 50g (mleko) pomidor 100g</p> <p>Herbata 250 ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Twaróg 50g (mleko) pomidor 100g</p> <p>Herbata 250 ml</p>	<p>Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Ogórek 100g</p> <p>Herbata 250 ml</p>
PN	Sałatka z winogretem 100g	Sałatka z winogretem 100g	Sałatka z winogretem 100g	Sałatka z winogretem 100g
Wartości odżywcze	<p>Kcal; 2052 Białko 72 Tłuszcz 63, nkt 9 Węglowodany 302 Błonnik 19 Sól 2,3</p>	<p>Kcal; 2052 Białko 72 Tłuszcz 63, nkt 9 Węglowodany 302 Błonnik 19 Sól 2,3</p>	<p>Kcal; 2052 Białko 72 Tłuszcz 63, nkt 9 Węglowodany 302 Błonnik 19 Sól 2,3</p>	<p>Kcal; 2052 Białko 72 Tłuszcz 63, nkt 9 Węglowodany 302 Błonnik 19 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 podawane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, kiwi, banan, pomarańcza.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP WTOREK 30.07.2024

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Ryż na mleku 400ml (mleko) Jajecznica 100g (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	Ryż na mleku 400ml (mleko) Szyńka drobiowa 100g pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml	Ryż na mleku 400ml (mleko) Szyńka drobiowa 100g pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml	Ryż na mleku 400ml (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.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa szczawiowa z ziemniakami i koperkiem, z natką pietruszki, 400ml (seler, mleko) Kotlet z piersi kurczaka panierowany 100g (gluten pszenny, jaja) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem i olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot jabłkowy 200ml	Zupa szczawiowa z ziemniakami i koperkiem, z natką pietruszki, 400ml (seler, mleko) Kotlet z piersi kurczaka pieczony 100g Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g Kompot jabłkowy 200ml	Zupa szczawiowa z ziemniakami i koperkiem, z natką pietruszki, 400ml (seler, mleko) Kotlet z piersi kurczaka pieczony 100g Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g Kompot jabłkowy 200ml	Zupa szczawiowa z ziemniakami i koperkiem, z natką pietruszki, 400ml (seler, mleko) Kotlet z piersi kurczaka pieczony 100g (gluten pszenny, jaja) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem i olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot jabłkowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Pasta z wędliny 100g (jaja) Ogórek kiszony 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Pasta z wędliny 100g (jaja) Pomidor 100g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Pasta z wędliny 100g (jaja) Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Pasta z wędliny 100g (jaja) Ogórek kiszony 100g Herbata 250ml
PN	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Twarożek wiosenny z warzywami 100g (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal; 2226 Białko 85 Tłuszcz 76, nkt 10 Węglowodany 295 Błonnik 20 Sól 2,8	Kcal; 2226 Białko 85 Tłuszcz 76, nkt 10 Węglowodany 295 Błonnik 20 Sól 2,8	Kcal; 2226 Białko 85 Tłuszcz 76, nkt 10 Węglowodany 295 Błonnik 20 Sól 2,8	Kcal; 2226 Białko 85 Tłuszcz 72, nkt 10 Węglowodany 290 Błonnik 22 Sól 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 podawane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, kiwi, banan, pomarańcza.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP ŚRODA 31.07.2024

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Parówki 100g/2szt Ketchup 20g 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) 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	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Szyńka z indyka 50g pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Parówki 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	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
Obiad	Lekka grochówka z ziemniakami i kielbaską, z majerankiem 400ml (gluten pszenny) Krokiety zapiekane z pieczarkami, brokułem i serem mozzarellą 250g – 3 szt. (gluten pszenny, grzyby, mleko) Sos jogurtowy 100g (mleko) Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400ml (gluten pszenny) Krokiety zapiekane kurczakiem i warzywami 250g – 3 szt. (gluten pszenny, grzyby, mleko) Sos jogurtowy 100g (mleko) Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400ml (gluten pszenny) Krokiety zapiekane kurczakiem i warzywami 250g – 3 szt. (gluten pszenny, grzyby, mleko) Sos jogurtowy 100g (mleko) Kompot wieloowocowy 200ml	Lekka grochówka z ziemniakami i kielbaską, z majerankiem 400ml (gluten pszenny) Kąski drobiowe z warzywami Ziemniaki 200g Kompot wieloowocowy 200ml
Kolacja	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) ogórek 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) ogórek 100g Herbata 250ml
PN	Budyń waniliowy z musem malinowym 150g (mleko), ciasteczka kruche 2 szt. (gluten pszenny, jaja, mleko)	Budyń waniliowy z musem malinowym 150g (mleko), ciasteczka kruche 2 szt. (gluten pszenny, jaja, mleko)	Budyń waniliowy z musem malinowym 150g (mleko), ciasteczka kruche 2 szt. (gluten pszenny, jaja, mleko)	Sok pomidorowy 300ml
Wartości odżywcze	Kcal; 2272 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 309 Błonnik 20,5 Sól 3,1	Kcal; 2260 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 311 Błonnik 23 Sól 3,1	Kcal; 2260 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 311 Błonnik 23 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 podawane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, kiwi, banan, pomarańcza.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP CZWARTEK 01.08.2024

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny) Salami 50g papryka 100g Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (ml) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Zacierka na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny) Szynka wieprzowa 50g Sałata 10g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Zacierka na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny) Szynka wieprzowa 50g Sałata 10g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Zacierka na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny) Salami 50g papryka 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.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa botwinka z jajkiem i ziemniakami, ze świeżą natką pietruszki 400ml (seler, jaja, mleko) Bitka schabowa w sosie własnym z natką pietruszki 100g/100ml (gluten pszenny) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty czerwonej z marchewką i olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot jabłkowy 200ml	Zupa botwinka z ziemniakami, ze świeżą natką pietruszki 400ml (seler, jaja, mleko) Bitka schabowa w sosie własnym z natką pietruszki 100g/100ml (gluten pszenny) Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot jabłkowy 200ml	Zupa botwinka z ziemniakami, ze świeżą natką pietruszki 400ml (seler, jaja, mleko) Bitka schabowa w sosie własnym z natką pietruszki 100g/100ml (gluten pszenny) Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot jabłkowy 200ml	Zupa botwinka z jajkiem i ziemniakami, ze świeżą natką pietruszki 400ml (seler, jaja, mleko) Bitka schabowa w sosie własnym z natką pietruszki 100g/100ml (gluten pszenny) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty czerwonej z marchewką i olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot jabłkowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Herbata 250ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Herbata 250ml
PN	Jogurt owocowy 150ml (mleko), herbatniki 2 szt. (gluten pszenny, mleko, jaja)	Jogurt owocowy 150ml (mleko), herbatniki 2 szt. (gluten pszenny, mleko, jaja)	Jogurt owocowy 150ml (mleko), herbatniki 2 szt. (gluten pszenny, mleko, jaja)	Jogurt naturalny z muesli 150ml (mleko, gluten pszenny, orzechy)
Wartości odżywcze	Kcal; 2298 Białko 90 Tłuszcz 80, nkt 11 Węglowodany 311 Błonnik 20 Sól 2,9	Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299 Błonnik 20 Sól 2,2	Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299 Błonnik 20 Sól 2,2	Kcal; 2258 Białko 92 Tłuszcz 72, nkt 11 Węglowodany 308 Błonnik 20 Sól 2,9

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 podawane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, kiwi, banan, pomarańcza.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP PIĄTEK 02.08.2024

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko) Pasta z makreli i twarogu 100g (ryby, mleko) 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 jęczmienne na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko) Twarożek 100g (mleko) 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 (gluten pszenny, mleko) Twarożek 100g (mleko) 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 (gluten pszenny, mleko) Pasta z makreli i twarogu 100g (ryby, mleko) ogórek 100g 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 pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400ml (mleko, gluten pszenny, seler) Naleśniki z serkiem 250g/3szt. (gluten pszenny, jaja, mleko) Polewa jogurtowa z truskawkami 100ml (mleko) Surówka z marchewki tartej i ananasa 150g Kompot rabarbarowy 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400ml (mleko, gluten pszenny, seler) Naleśniki z serkiem 250g/3szt. (gluten pszenny, jaja, mleko) Polewa jogurtowa z truskawkami 100ml (mleko) Marchewka gotowana 150g Kompot rabarbarowy 200ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400ml (mleko, gluten pszenny, seler) Naleśniki z serkiem 250g/3szt. (gluten pszenny, jaja, mleko) Polewa jogurtowa z truskawkami 100ml (mleko) Marchewka gotowana 150g Kompot rabarbarowy 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400ml (mleko, gluten pszenny, seler) Udko pieczone 100g Ziemniaki 200g Surówka z marchewki tartej i ananasa 150g Kompot rabarbarowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka z piersi kurczaka 50g Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka z piersi kurczaka 50g Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 250 ml
PN	Ciasto drożdżowe z owocami 50g (gluten pszenny, mleko, jaja)	Ciasto drożdżowe z owocami 50g (gluten pszenny, mleko, jaja)	Ciasto drożdżowe z owocami 50g (gluten pszenny, mleko, jaja)	Sałatka warzywna 100g
Wartości odżywcze	Kcal; 2298 Białko 90 Tłuszcz 78, nkt 14 Węglowodany 311 Błonnik 20 Sól 2,9	Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299 Błonnik 20 Sól 2,2	Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299 Błonnik 20 Sól 2,2	Kcal; 2258 Białko 88 Tłuszcz 72, nkt 11 Węglowodany 308 Błonnik 20 Sól 2,9

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 podawane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, kiwi, banan, pomarańcza.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska