

DCZP CZWARTEK 10.04.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Ryż na mleku 400ml (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) papryka 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml	Ryż na mleku 400ml (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml	Ryż na mleku 400ml (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml	Ryż na mleku 400ml (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) papryka 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	Zupa ogórkowa z ziemniakami, ze świeżym koperkiem 400ml (mleko, seler) Łazanki z kapusty mieszanej z mięsem mielonym i pieczarkami 300g (gluten pszenney, grzyby) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i świeżym koperkiem 400ml (mleko) Łazanki z indykiem mielonym i warzywami mieszanymi 300hg Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i świeżym koperkiem 400ml (mleko) Łazanki z indykiem mielonym i warzywami mieszanymi 300hg Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami, ze świeżym koperkiem 400ml (mleko, seler) Makaron pełnoziarnisty z kapusty mieszanej z mięsem mielonym i pieczarkami 300g (gluten pszenney, grzyby) Kompot z owoców mieszanych 200ml
Kolacja	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Pasztet z indyka 50g (gluten pszenney jaja) Ogórek kiszony 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka z indyka 50g Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka z indyka 50g Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Pasztet z indyka 50g (gluten pszenney jaja) Ogórek kiszony 100g Herbata 250ml
PN	Budyń śmietankowy 150ml (mleko), herbatniki 2szt. (gluten pszenney, jaja, mleko)	Budyń śmietankowy 150ml (mleko), herbatniki 2szt. (gluten pszenney, jaja, mleko)	Budyń śmietankowy 150ml (mleko), herbatniki 2szt. (gluten pszenney, jaja, mleko)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 150g (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.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP PIĄTEK 11.04.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny) Pasta jajeczna z brokułem 100g (mleko) Ogórek 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 marchewkowa 100g (jaja) 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 marchewkowa 100g (jaja) 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 jajeczna z brokułem 100g (mleko) 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 pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400ml (mleko, seler) Kakaowe naleśniki z serkiem waniliowym 250g/3szt. (gluten pszenny, jaja, mleko) Polewa jogurtowa z czerwoną porzeczką 100ml (mleko) Surówka z marchewki tartej i brzoskwini, skropiona oliwą z oliwek 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400ml (mleko, seler) Kakaowe naleśniki z serkiem waniliowym 250g/3szt. (gluten pszenny, jaja, mleko) Polewa jogurtowa z czerwoną porzeczką 100ml (mleko) Fasolka gotowana 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400ml (mleko, seler) Kakaowe naleśniki z serkiem waniliowym 250g/3szt. (gluten pszenny, jaja, mleko) Polewa jogurtowa z czerwoną porzeczką 100ml (mleko) Fasolka gotowana 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400ml (mleko, seler) Ryba pieczona pod sosem greckim 100g (ryby, gluten pszenny) Ziemniaki 200g Fasolka gotowana 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Sałata 20g, pomidor 80g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Twaróg 50g (mleko) Sałata 20g, pomidor 80g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Twaróg 50g (mleko) Sałata 20g, pomidor 80g Herbata 250ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Sałata 20g, pomidor 80g Herbata 250ml
PN	Sałatka ryżowa z tuńczykiem i fasolą 150g (jaja, ryby)	Sałatka ryżowa z szynką i warzywami 150g (jaja)	Sałatka ryżowa z szynką i warzywami 150g (jaja)	Sałatka ryżowa z tuńczykiem i fasolą 150g (jaja, ryby)
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 SOBOTA 12.04.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 400ml (mleko, gluten pszenney) Szynka konserwowa 50g Ogórek 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Zacierka na mleku 400ml (mleko, gluten pszenney) Szynka konserwowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Zacierka na mleku 400ml (mleko, gluten pszenney) Szynka konserwowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Zacierka na mleku 400ml (mleko, gluten pszenney) Szynka konserwowa 50g 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	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniaczkami na wywarze jarzynowym 400ml Bigos z kapusty mieszanej z kiełbaską i mięsem wieprzowym 150g Ziemniaki 200g Kompot porzeczkowy 200ml	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniaczkami na wywarze jarzynowym 400ml Kąski drobiowe z warzywami 150g (gluten pszenney) Ziemniaki 200g Kompot porzeczkowy 200ml	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniaczkami na wywarze jarzynowym 400ml Kąski drobiowe z warzywami 150g (gluten pszenney) Ziemniaki 200g Kompot porzeczkowy 200ml	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniaczkami na wywarze jarzynowym 400ml Bigos z kapusty mieszanej z kiełbaską i mięsem wieprzowym 150g Ziemniaki 200g Kompot porzeczkowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Pieczeń kanapkowa 50g (gluten pszenney) Ogórek kiszony 100g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka z kurczaka 50g Sałata 20g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka z kurczaka 50g Sałata 20g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Pieczeń kanapkowa 50g (gluten pszenney) Ogórek kiszony 100g Herbata 250 ml
PN	Jogurt naturalny z jabłkiem prażonym 150ml (mleko)	Jogurt naturalny z jabłkiem prażonym 150ml (mleko)	Jogurt naturalny z jabłkiem prażonym 150ml (mleko)	Jogurt naturalny z jabłkiem prażonym 150ml (mleko)
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

DCZP NIEDZIELA 13.04.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Ryż na mleku 400ml (mleko) Szynka wiejska 50g Pomidor 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko)- Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Ryż na mleku 400ml (mleko) Szynka wiejska 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Ryż na mleku 400ml (mleko) Szynka wiejska 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Ryż na mleku 400ml (mleko) Szynka wiejska 50g Pomidor 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	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenney) Skrzydółka pieczone z kurczaka 180g Ziemniaki 200g Surówka wielowarzywna z dodatkiem oleju rzepakowego z i tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenney) Skrzydółka pieczone z kurczaka 180g Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenney) Skrzydółka pieczone z kurczaka 180g Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenney) Skrzydółka pieczone z kurczaka 180g Ziemniaki 200g Surówka wielowarzywna z dodatkiem oleju rzepakowego z i tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Ogórek 100g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Ogórek 100g Herbata 250 ml
PN	Twarożek wiosenny 150ml (mleko)	Twarożek wiosenny 150ml (mleko)	Twarożek wiosenny 150ml (mleko)	Twarożek wiosenny 150ml (mleko)
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

DCZP PONIEDZIAŁEK 14.04.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (gluten jęczmienny, mleko) Ser żółty 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenno żytnie 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (gluten jęczmienny, mleko) Szynka kanapkowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (gluten jęczmienny, mleko) Szynka kanapkowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (gluten jęczmienny, mleko) Ser żółty 50g (mleko) 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	Zupa krem z pieczonego kalafiora z grzankami na wywarze jarzynowym z dodatkiem mleka kokosowego 400ml (seler, gluten pszenney) Delikatny butter chicken – kurczak w kawałku, kalafior, papryka w sosie maślano-pomidorowym z mlekiem kokosowym 150g (mleko, gluten pszenney) Ryż paraboliczny z kurkumą 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa krem z pieczonego kalafiora z dodatkiem mleka kokosowego i grzanek 400ml (mleko, gluten pszenney, seler) Delikatny butter chicken – kurczak w kawałku, kalafior, papryka w sosie maślano-pomidorowym z mlekiem kokosowym 150g (mleko, gluten pszenney) Ryż paraboliczny z kurkumą 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa krem z pieczonego kalafiora z dodatkiem mleka kokosowego i grzanek 400ml (mleko, gluten pszenney, seler) Delikatny butter chicken – kurczak w kawałku, kalafior, papryka w sosie maślano-pomidorowym z mlekiem kokosowym 150g (mleko, gluten pszenney) Ryż paraboliczny z kurkumą 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa krem z pieczonego kalafiora z grzankami na wywarze jarzynowym z dodatkiem mleka kokosowego 400ml (seler, gluten pszenney) Delikatny butter chicken – kurczak w kawałku, kalafior, papryka w sosie maślano-pomidorowym z mlekiem kokosowym 150g (mleko, gluten pszenney) Ryż brązowy z kurkumą 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml
Kolacja	Pieczywo pszenno żytnie 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka sopocka 50g Ogórek 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka sopocka 50g pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka sopocka 50g pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka sopocka 50g Ogórek 100g Herbata 250ml
PN	Kisiel truskawkowy 150ml, biszkopt 2szt. (gluten pszenney, jaja, mleko)	Kisiel truskawkowy 150ml, biszkopt 2szt. (gluten pszenney, jaja, mleko)	Kisiel truskawkowy 150ml, biszkopt 2szt. (gluten pszenney, jaja, mleko)	Sok pomidorowy 200ml, wafle ryżowe 2szt.
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 WTOREK 15.04.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane 400ml (mleko) Parówki na ciepło 100g Ketchup 20g 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 400ml (mleko) Parówki na ciepło 100g Ketchup 20g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki owsiane 400ml (mleko) Szynka z indyka 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 400ml (mleko) Parówki na ciepło 100g Ketchup 20g 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	Rosół z kurczaków zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (gluten pszenney, seler) Kotlet mielony pieczony w piecu konwekcyjnym 100g (gluten pszenney, jaja) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty białej z zielonym groszkiem i olejem rzepakowym z l tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół z kurczaków zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (gluten pszenney, seler) Kotlet mielony pieczony w piecu konwekcyjnym 100g (gluten pszenney, jaja) Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół z kurczaków zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (gluten pszenney, seler) Kotlet mielony pieczony w piecu konwekcyjnym 100g (gluten pszenney, jaja) Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół z kurczaków zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (gluten pszenney, seler) Kotlet mielony pieczony w piecu konwekcyjnym 100g (gluten pszenney, jaja) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty białej z zielonym groszkiem i olejem rzepakowym z l tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka pieczona 50g Ogórek kiszony 100g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka pieczona 50g Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka pieczona 50g Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka pieczona 50g Ogórek kiszony 100g Herbata 250ml
PN	Deser z kolorowych galaretek i serka waniliowego 150g (mleko)	Deser z kolorowych galaretek i serka waniliowego 150g (mleko)	Deser z kolorowych galaretek i serka waniliowego 150g (mleko)	Jogurt z muesli wielozbożowym 150ml (gluten pszenney, mleko, orzechy)
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 ŚRODA 16.04.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (gluten z jęczmienia, mleko) Paprykarz 100g (ryby) Pomidor 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (gluten z jęczmienia, mleko) Twarożek 100g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (gluten z jęczmienia, mleko) Twarożek 100g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (gluten z jęczmienia, mleko) Paprykarz 100g (ryby) 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	Lekka grochówka z kielbaską ziemniakami i majerankiem 400ml (gluten pszenney) Pierogi ruskie firmowe 300g – 7szt. (gluten pszenney, mleko) Polewa jogurtowa 100ml (mleko) Surówka z buraczków i prażonego słonecznika 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ziemniaczanka z majerankiem 400ml (gluten pszenney) Pierogi ruskie firmowe 300g – 7szt. (gluten pszenney, mleko) Polewa jogurtowa 100ml (mleko) Surówka z buraczków gotowanych 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ziemniaczanka z majerankiem 400ml (gluten pszenney) Pierogi ruskie firmowe 300g – 7szt. (gluten pszenney, mleko) Polewa jogurtowa 100ml (mleko) Surówka z buraczków gotowanych 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Lekka grochówka z kielbaską ziemniakami i majerankiem 400ml (gluten pszenney) Filet z kurczaka pieczony 100g Ziemniaki 200g Surówka z buraczków i prażonego słonecznika 150g Kompot wieloowocowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 150g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka sopocka 50g Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka sopocka 50g Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka sopocka 50g Pomidor 100g Herbata 250ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka sopocka 50g Pomidor 100g Herbata 250ml
PN	Wafelek 1szt. (gluten pszenney, jaja, mleko)	Wafelek 1szt. (gluten pszenney, jaja, mleko)	Wafelek 1szt. (gluten pszenney, jaja, mleko)	Sałatka z winogretem ze świeżych warzyw 150g
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 CZWARTEK 17.04.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA b/tłuszczowa	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko) Pasta mięsna pate 100g (gluten pszenny, jaja) Ogórek kiszony 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko) Szynka drobiowa 50g Sałata 20g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenny, mleko) Szynka drobiowa 50g Sałata 20g 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) Pasta mięsna pate 100g (gluten pszenny, jaja) 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	Zupa barszcz biały z jajeczkiem i ziemniakami 400ml (seler, jaja, gluten pszenny) Krokiety z pieczarkami i serem mozzarella i brokułami 250g (gluten pszenny, jaja, mleko) Sos jogurtowo – ziołowy 100ml (mleko) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki i majerankiem 400ml (seler) Zapiekane rokiety z kurczakiem i warzywami 250g – 3szt. (gluten pszenny, jaja, mleko, grzyby) Sos ziołowo - jogurtowy 100ml (mleko) Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki i majerankiem 400ml (seler) Zapiekane krokiety z kurczakiem i warzywami 250g – 3szt. (gluten pszenny, jaja, mleko, grzyby) Sos ziołowo - jogurtowy 100ml (mleko) Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa barszcz biały z jajeczkiem i ziemniakami 400ml (seler, jaja, gluten pszenny) Zapiekane krokiety z kurczakiem i warzywami 250g – 3szt. (gluten pszenny, jaja, mleko, grzyby) Sos jogurtowo – ziołowy 100ml (mleko) Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Salami 50g Ogórek 100g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka z indyka 50g Pomidor 100g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka z indyka 50g Pomidor 100g Herbata 250ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Salami 50g Ogórek 100g Herbata 250 ml
PN	Salatka makaronowa z szynką 150g (gluten pszenny, jaja)	Salatka makaronowa z szynką 150g (gluten pszenny, jaja)	Salatka makaronowa z szynką 150g (gluten pszenny, jaja)	Salatka makaronowa z szynką 150g (gluten pszenny, jaja)
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 PIĄTEK 18.04.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA lekko strawna z ograniczeniem tłuszczów	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Ryż na mleku 400ml (mleko) Twaróg 50g (mleko) Dżem 20g Papryka 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) Twaróg 50g (mleko) Dżem 20g 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) Twaróg 50g (mleko) Dżem 20g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Ryż na mleku 400ml (mleko) Twaróg 70g (mleko) Papryka 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250 ml (gluten żytni i 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 pszenny, seler) Ryba – dorsz, smażona w panierce 100g (gluten pszenny, ryby) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszzonej z kminkiem skropiona oliwą 150g	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml (mleko, gluten pszenny, seler) Ryba – dorsz, pieczona 100g (gluten pszenny, ryby) Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml (mleko, gluten pszenny, seler) Ryba – dorsz, pieczona 100g (gluten pszenny, ryby) Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml (mleko, gluten pszenny, seler) Ryba – dorsz, pieczona 100g (gluten pszenny, ryby) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszzonej z kminkiem skropiona oliwą 150g
KOLACJA	Pieczywo pszenne żytnie 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Ogórek 100g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka gotowana 50g Sałata 20g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka gotowana 50g Sałata 20g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Ogórek 100g Herbata 250 ml
PN	Koktajl truskawkowy na kefirze 150ml (mleko)	Koktajl truskawkowy na kefirze 150ml (mleko)	Koktajl truskawkowy na kefirze 150ml (mleko)	Koktajl truskawkowy na kefirze 150ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal; 2052 Białko 72 Tłuszcz 63, nkt 9 Węglowodany 302 Błonnik 19 Sól 2,3	Kcal; 2052 Białko 72 Tłuszcz 63, nkt 9 Węglowodany 302 Błonnik 19 Sól 2,3	Kcal; 2052 Białko 72 Tłuszcz 63, nkt 9 Węglowodany 302 Błonnik 19 Sól 2,3	Kcal; 2052 Białko 72 Tłuszcz 63, nkt 9 Węglowodany 302 Błonnik 19 Sól 2,3

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 SOBOTA 19.04.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Pieczeń kanapkowa 50g (gluten pszenney, jaja) Ogórek kiszony 100g Pieczywo graham 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) Szynka wiejska 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Szynka wiejska 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 250ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Pieczeń kanapkowa 50g (gluten pszenney, jaja) Ogórek kiszony 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 jarzynowa z fasolką szparagową i natką pietruszki, zabelana 400ml (seler, mleko) Risotto z groszkiem, kurczakiem w białym sosie 300g (gluten pszenney) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa jarzynowa z fasolką szparagową i natką pietruszki, zabelana 400ml (seler, mleko) Risotto z groszkiem, kurczakiem w białym sosie 300g (gluten pszenney) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa jarzynowa z fasolką szparagową i natką pietruszki, zabelana 400ml (seler, mleko) Risotto z groszkiem, kurczakiem w białym sosie 300g (gluten pszenney) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa jarzynowa z fasolką szparagową i natką pietruszki, zabelana 400ml (seler, mleko) Risotto z brązowego ryżu z groszkiem i kurczakiem w białym sosie 300g (gluten pszenney) Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka myśliwska 50g ogórek 100g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka myśliwska 50g pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka myśliwska 50g pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka myśliwska 50g ogórek 100g Herbata 250 ml
PN	Serek homogenizowany 150g (mleko)	Serek homogenizowany 150g (mleko)	Serek homogenizowany 150g (mleko)	Serek homogenizowany 150g (mleko)
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