

DCZP ŚRODA 30.04.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
<b>ŚNIADANIE</b>	Kasza manna na mleku 400ml ( <b>gluten z pszenicy, mleko</b> )  Paszтет z indyka 50g ( <b>gluten pszenny, jaja</b> ) Pomidor 100g Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml ( <b>gluten z pszenicy, mleko</b> )  Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml ( <b>gluten z pszenicy, mleko</b> )  Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml ( <b>gluten z pszenicy, mleko</b> )  Paszтет z indyka 50g ( <b>gluten pszenny, jaja</b> ) Pomidor 100g Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml
<b>II ŚNIADANIE</b>	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
<b>OBIAD</b>	Zupa fasolowa z ziemniakami, kielbaską z szynki i majerankiem na wywarze mięsno - jarzynowym 400ml  Pierogi ruskie 300g – 7szt. ( <b>gluten pszenny, mleko</b> ) Polewa jogurtowa 100ml ( <b>mleko</b> ) Surówka z kapusty czerwonej i papryki z olejem rzepakowym z l tłoczenia 150g  Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa ziemniaczanka na wywarze mięsno - jarzynowym 400ml  Pierogi ruskie 300g – 7szt. ( <b>gluten pszenny, mleko</b> ) Polewa jogurtowa 100ml ( <b>mleko</b> ) Brokuł gotowany 150g  Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa ziemniaczanka na wywarze mięsno - jarzynowym 400ml  Pierogi ruskie 300g – 7szt. ( <b>gluten pszenny, mleko</b> ) Polewa jogurtowa 100ml ( <b>mleko</b> ) Brokuł gotowany 150g  Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa fasolowa z ziemniakami, kielbaską z szynki i majerankiem na wywarze mięsno - jarzynowym 400ml  Udka z kurczaka pieczone 100g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty czerwonej i papryki z olejem rzepakowym z l tłoczenia 150g  Kompot wieloowocowy 200ml
<b>KOLACJA</b>	Pieczywo żytnie i pszenne 150g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Szynka myśliwska 50g Ogórek kiszony 100g  Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Szynka myśliwska 50g Sałata 20g  Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Szynka myśliwska 50g Sałata 20g  Herbata 250ml	Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Szynka myśliwska 50g Ogórek kiszony 100g  Herbata 250ml
<b>PN</b>	Wafelek 1szt. ( <b>gluten pszenny, jaja, mleko</b> )	Wafelek 1szt. ( <b>gluten pszenny, jaja, mleko</b> )	Wafelek 1szt. ( <b>gluten pszenny, jaja, mleko</b> )	Twarożek wiosenny 150g ( <b>mleko</b> )
<b>Wartości odżywcze</b>	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.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP CZWARTEK 01.05.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA b/tłuszczowa	DIETA CUKRZYCOWA
<b>ŚNIADANIE</b>	Płatki owsiane na mleku 400ml ( <b>mleko</b> )  Parówki na ciepło 100g /2szt. Ketchup 20g Ogórek 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml ( <b>mleko</b> )  Parówki na ciepło 100g /2szt. Ketchup 20g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml ( <b>mleko</b> )  Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml ( <b>mleko</b> )  Parówki na ciepło 100g /2szt. Ketchup 20g Ogórek 100g Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml
<b>II ŚNIADANIE</b>	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
<b>OBIAD</b>	Kapuśniak z młodej kapusty kiszonej 400ml  Strogonow z cebulką i pieczarkami w sosie pomidorowym 150g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty czerwonej z dodatkiem papryki i olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g  Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa ziemniaczanka na wywarze mięsno - jarzynowym 400ml  Strogonow w sosie pomidorowym 150g Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g  Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa ziemniaczanka na wywarze mięsno - jarzynowym 400ml  Strogonow w sosie pomidorowym 150g Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g  Kompot wieloowocowy 200ml	Kapuśniak z młodej kapusty kiszonej 400ml  Strogonow z cebulką i pieczarkami w sosie pomidorowym 150g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty czerwonej z dodatkiem papryki i olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g  Kompot wieloowocowy 200ml
<b>KOLACJA</b>	Pieczywo żytnio - pszenne 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Szynka wiejska 50g Sałata 20g, pomidor 80g  Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Szynka wiejska 50g Sałata 20g, pomidor 80g  Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Szynka wiejska 50g Sałata 20g, pomidor 80g  Herbata 250ml	Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Szynka wiejska 50g Sałata 20g, pomidor 80g  Herbata 250 ml
<b>PN</b>	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Sok pomidorowy 200ml, wafle ryżowe 2szt.
<b>Wartości odżywcze</b>	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 02.05.2025**

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA lekko strawna z ograniczeniem tłuszczów	DIETA CUKRZYCOWA
<b>ŚNIADANIE</b>	Płatki jęczmienne na mleku 400ml ( <b>mleko, gluten jęczmienny</b> )  Twaróg 50g ( <b>mleko</b> ) Dżem 20g ogórek 100g Pieczywo żytnie i pszenne 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml ( <b>mleko, gluten jęczmienny</b> )  Twaróg 50g ( <b>mleko</b> ) Dżem 20g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml ( <b>mleko, gluten jęczmienny</b> )  Twaróg 50g ( <b>mleko</b> ) Dżem 20g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml ( <b>mleko, gluten jęczmienny</b> )  Twaróg 70g ( <b>mleko</b> ) ogórek 100g Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni i z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml
<b>II ŚNIADANIE</b>	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
<b>OBIAD</b>	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml ( <b>mleko, gluten pszenny, seler</b> )  Ryba – dorsz, smażona w panierce 100g ( <b>gluten pszenny, ryby</b> ) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszzonej skropiona oliwą 150g	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml ( <b>mleko, gluten pszenny, seler</b> )  Ryba – dorsz, pieczona 100g ( <b>gluten pszenny, ryby</b> ) Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml ( <b>mleko, gluten pszenny, seler</b> )  Ryba – dorsz, pieczona 100g ( <b>gluten pszenny, ryby</b> ) Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml ( <b>mleko, gluten pszenny, seler</b> )  Ryba – dorsz, pieczona 100g ( <b>gluten pszenny, ryby</b> ) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszzonej skropiona oliwą 150g
<b>KOLACJA</b>	Pieczywo pszenne żytnie 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Ser żółty 50g ( <b>mleko</b> ) pomidor 100g  Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Serek kanapkowy 50g ( <b>mleko</b> ) Pomidor 100g  Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Serek kanapkowy 50g ( <b>mleko</b> ) Pomidor 100g  Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Ser żółty 50g ( <b>mleko</b> ) pomidor 100g  Herbata 250 ml
<b>PN</b>	Sałatka z tuńczykiem i zielonym groszkiem 150g ( <b>ryby, jaja</b> )	Sałatka z szynką i warzywami 150g ( <b>jaja</b> )	Sałatka z szynką i warzywami 150g ( <b>jaja</b> )	Sałatka z tuńczykiem i zielonym groszkiem 150g ( <b>ryby, jaja</b> )
<b>Wartości odżywcze</b>	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 03.05.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
<b>ŚNIADANIE</b>	Ryż na mleku 400ml ( <b>mleko</b> )  Szynka z indyka 50g Pomidor 100g Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenney, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml ( <b>mleko</b> )  Szynka z indyka 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenney</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml ( <b>mleko</b> )  Szynka z indyka 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenney</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml ( <b>mleko</b> )  Szynka z indyka 50g Pomidor 100g Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenney, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml
<b>II ŚNIADANIE</b>	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
<b>OBIAD</b>	Krupnik tradycyjny z ziemniaczkami i świeżym koperkiem 400ml ( <b>gluten jęczmienny</b> )  Łazanki z pieczarkami, kapustą mieszaną i mięsem mielonym z indyka 300g ( <b>gluten pszenney, grzyby</b> )  Kompot wielowocowy 200ml	Krupnik tradycyjny z ziemniaczkami i świeżym koperkiem 400ml ( <b>gluten jęczmienny</b> )  Łazanki z mięsem mielonym z indyka i warzywami mieszanymi 300g ( <b>gluten pszenney, grzyby</b> )  Kompot z owoców mieszanych 200ml	Krupnik tradycyjny z ziemniaczkami i świeżym koperkiem 400ml ( <b>gluten jęczmienny</b> )  Łazanki z mięsem mielonym z indyka i warzywami mieszanymi 300g ( <b>gluten pszenney, grzyby</b> )  Kompot z owoców mieszanych 200ml	Krupnik tradycyjny z ziemniaczkami i świeżym koperkiem 400ml ( <b>gluten jęczmienny</b> )  Łazanki z pieczarkami, kapustą mieszaną i mięsem mielonym z indyka 300g ( <b>gluten pszenney, grzyby</b> )  Kompot z owoców mieszanych 200ml
<b>KOLACJA</b>	Pieczywo żytnie i pszenne 100g ( <b>gluten pszenney, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Pieczeń kanapkowa 50g ( <b>gluten pszenney, jaja</b> ) Ogórek kiszony 100g  Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenney</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Szynka konserwowa 50g Sałata 20g  Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenney</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Szynka konserwowa 50g Sałata 20g  Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenney, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Pieczeń kanapkowa 50g ( <b>gluten pszenney, jaja</b> ) Ogórek kiszony 100g  Herbata 250 ml
<b>PN</b>	Jogurt naturalny z jabłkiem prażonym 150g ( <b>mleko</b> )	Jogurt naturalny z jabłkiem prażonym 150g ( <b>mleko</b> )	Jogurt naturalny z jabłkiem prażonym 150g ( <b>mleko</b> )	Jogurt naturalny z jabłkiem prażonym 150g ( <b>mleko</b> )
<b>Wartości odżywcze</b>	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 04.05.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
<b>ŚNIADANIE</b>	Kasza jęczmienna mleku 400ml ( <b>mleko, gluten jęczmienny</b> )  Twarożek z rzodkiewką 50g ( <b>mleko</b> ) Ogórek 100g Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) herbata 250ml	Kasza jęczmienna mleku 400ml ( <b>mleko, gluten jęczmienny</b> )  Twarożek z ziołami 50g ( <b>mleko</b> ) pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) herbata 250ml	Kasza jęczmienna mleku 400ml ( <b>mleko, gluten jęczmienny</b> )  Twarożek z ziołami 50g ( <b>mleko</b> ) pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) herbata 250ml	Kasza jęczmienna mleku 400ml ( <b>mleko, gluten jęczmienny</b> )  Twarożek z rzodkiewką 50g ( <b>mleko</b> ) Ogórek 100g Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) herbata 250ml
<b>II ŚNIADANIE</b>	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
<b>Obiad</b>	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml ( <b>seler, gluten pszenny</b> )  Pieczeń rzymska w sosie własnym 100g/80ml ( <b>gluten pszenny</b> ) Ziemniaki 200g Surówka wielowarzywna ze świeżą pietruszką i oliwą z oliwek 150g  Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml ( <b>seler, gluten pszenny</b> )  Pieczeń rzymska w sosie pieczeniowym 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g  Kompot rabarbarowy 500ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml ( <b>seler, gluten pszenny</b> )  Pieczeń rzymska w sosie pieczeniowym 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g  Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml ( <b>seler, gluten pszenny</b> )  Pieczeń rzymska w sosie pieczeniowym 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Ziemniaki 200g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym z l tłoczenia 150g  Kompot wieloowocowy 250ml
<b>Kolacja</b>	Pieczywo żytnio - pszenne 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Paszтет pieczony 50g ( <b>gluten pszenny jaja</b> ) Ogórek kiszony 100g  Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Szynka drobiowa 50g Sałata 20g  Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Szynka drobiowa 50g Sałata 20g  Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Paszтет pieczony 50g ( <b>gluten pszenny jaja</b> ) Ogórek kiszony 100g  Herbata 250ml
<b>PN</b>	Sałátka z szynką i warzywami 150g ( <b>gluten pszenny, jaja</b> )	Sałátka z szynką i warzywami 150g ( <b>gluten pszenny, jaja</b> )	Sałátka z szynką i warzywami 150g ( <b>gluten pszenny, jaja</b> )	Sałátka z szynką i warzywami 150g ( <b>gluten pszenny, jaja</b> )
<b>Wartości odżywcze</b>	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, 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 PONIEDZIAŁEK 05.05.2025**

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
<b>ŚNIADANIE</b>	<p>Kasza manna na mleku 400ml (<b>mleko, gluten pszenny</b>)</p> <p>Szynka gotowana 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (<b>gluten pszenny</b>) Masło 20g (<b>mleko</b>)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (<b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b>) herbata 250ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 400ml (<b>mleko, gluten pszenny</b>)</p> <p>Szynka gotowana 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (<b>gluten pszenny</b>) Masło 20g (<b>mleko</b>)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (<b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b>) herbata 250ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 400ml (<b>mleko, gluten pszenny</b>)</p> <p>Szynka gotowana 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (<b>gluten pszenny</b>) Masło 20g (<b>mleko</b>)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (<b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b>) herbata 250ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 400ml (<b>mleko, gluten pszenny</b>)</p> <p>Szynka gotowana 50g Pomidor 100g Pieczywo graham 100g (<b>gluten pszenny, żytni</b>) Masło 20g (<b>mleko</b>)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (<b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b>) herbata 250ml</p>
<b>II ŚNIADANIE</b>	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
<b>OBIAD</b>	<p>Zupa krem z białych warzyw i ciecierzycy z ziemniakami na wywarze jarzynowym z grzankami, zabelana mlekiem roślinnym 400ml (<b>seler, gluten pszenny</b>)</p> <p>Sos brokułowo - serowy z kawałkami kurczaka 150g (<b>mleko</b>) Makaron penne 200g (<b>gluten pszenny</b>) Fasolka szparagowa 150g</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 200ml</p>	<p>Zupa krem z białych warzyw z ziemniakami na wywarze jarzynowym z grzankami, zabelana mlekiem roślinnym 400ml (<b>seler, gluten pszenny</b>)</p> <p>Sos brokułowy z kawałkami kurczaka 150g (<b>mleko</b>) Makaron penne 200g (<b>gluten pszenny</b>) Fasolka szparagowa 150g</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 200ml</p>	<p>Zupa krem z białych warzyw z ziemniakami na wywarze jarzynowym z grzankami, zabelana mlekiem roślinnym 400ml (<b>seler, gluten pszenny</b>)</p> <p>Sos brokułowy z kawałkami kurczaka 150g (<b>mleko</b>) Makaron penne 200g (<b>gluten pszenny</b>) Fasolka szparagowa 150g</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 200ml</p>	<p>Zupa krem z białych warzyw i ciecierzycy z ziemniakami na wywarze jarzynowym z grzankami graham zabelana mlekiem roślinnym 400ml (<b>seler, gluten pszenny</b>)</p> <p>Sos brokułowo - serowy z kawałkami kurczaka 150g (<b>mleko</b>) Makaron pełnoziarnisty 200g (<b>gluten pszenny</b>) Fasolka szparagowa 150g</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 200ml</p>
<b>KOLACJA</b>	<p>Pieczywo żytnie i pszenne 100g (<b>gluten pszenny, żytni</b>) Masło 20g (<b>mleko</b>) Serek kanapkowy 50g (<b>mleko</b>) ogórek 100g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 100g (<b>gluten pszenny</b>) Masło 20g (<b>mleko</b>) Serek kanapkowy 50g (<b>mleko</b>) Pomidor 100g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 100g (<b>gluten pszenny</b>) Masło 20g (<b>mleko</b>) Serek kanapkowy 50g (<b>mleko</b>) Pomidor 100g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Pieczywo graham 100g (<b>gluten pszenny, żytni</b>) Masło 20g (<b>mleko</b>) Serek kanapkowy 50g (<b>mleko</b>) ogórek 100g</p> <p>Herbata 250ml</p>
<b>PN</b>	Kasza na mleku z mussem truskawkowym 150g ( <b>mleko, gluten pszenny</b> )	Kasza na mleku z mussem truskawkowym 150g ( <b>mleko, gluten pszenny</b> )	Kasza na mleku z mussem truskawkowym 150g ( <b>mleko, gluten pszenny</b> )	Jogurt naturalny z muesli wielozbożowym 150g ( <b>mleko, orzechy, gluten pszenny</b> )
<b>Wartości odżywcze</b>	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 WTOREK 06.05.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
<b>ŚNIADANIE</b>	Ryż na mleku 400ml ( <b>mleko</b> )  Szynka konserwowa 50g Ogórek kiszony 100g Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Ryż na mleku 400ml ( <b>mleko</b> )  Szynka konserwowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Ryż na mleku 400ml ( <b>mleko</b> )  Szynka konserwowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Ryż na mleku 400ml ( <b>mleko</b> )  Szynka konserwowa 50g Ogórek kiszony 100g Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml
<b>II ŚNIADANIE</b>	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
<b>OBIAD</b>	Kapuśniaczek z kapusty kiszonej z ziemniaczkami i natką pietruszki 400ml  Stek z mięsa wieprzowego z cebulką 100g ( <b>gluten pszenny, jaja</b> ) Ziemniaki 200g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym z l tł. 150g  Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml  Stek z mięsa wieprzowego 100g ( <b>gluten pszenny, jaja</b> ) Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g  Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml  Stek z mięsa wieprzowego 100g ( <b>gluten pszenny, jaja</b> ) Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g  Kompot wieloowocowy 200ml	Kapuśniaczek z kapusty kiszonej z ziemniaczkami i natką pietruszki 400ml  Stek z mięsa wieprzowego z cebulką 100g ( <b>gluten pszenny, jaja</b> ) Ziemniaki 200g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym z l tł. 150g  Kompot wieloowocowy 200ml
<b>KOLACJA</b>	Pieczywo żytnie i pszenne 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Ser żółty 50g ( <b>mleko</b> ) pomidor 100g  Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Serek kanapkowy 50g ( <b>mleko</b> ) Pomidor 100g  Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Serek kanapkowy 50g ( <b>mleko</b> ) Pomidor 100g  Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Ser żółty 50g ( <b>mleko</b> ) pomidor 100g  Herbata 250 ml
<b>PN</b>	Koktajl brzoskwinowy na maślanie z nasionami chia 150ml ( <b>mleko</b> )	Koktajl brzoskwinowy na maślanie z nasionami chia 150ml ( <b>mleko</b> )	Koktajl brzoskwinowy na maślanie z nasionami chia 150ml ( <b>mleko</b> )	Koktajl brzoskwinowy na maślanie z nasionami chia 150ml ( <b>mleko</b> )
<b>Wartości odżywcze</b>	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 ŚRODA 07.05.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
<b>ŚNIADANIE</b>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 400ml (<b>gluten jęczmienny, mleko</b>)</p> <p>Szynka z indyka 50g Ogórek 80g, sałata 20g Pieczywo żytnie i pszenne 100g (<b>gluten pszenny, żytni</b>) Masło 20g (<b>mleko</b>)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (<b>gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko</b>) Herbata 250ml</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 400ml (<b>gluten jęczmienny, mleko</b>)</p> <p>Szynka z indyka 50g pomidor 80g, sałata 20g Pieczywo pszenne 100g (<b>gluten pszenny</b>) Masło 20g (<b>mleko</b>)</p> <p>Kawa zbożowa 250ml (<b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b>) Herbata 250ml</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 400ml (<b>gluten jęczmienny, mleko</b>)</p> <p>Szynka z indyka 50g pomidor 80g, sałata 20g Pieczywo pszenne 100g (<b>gluten pszenny</b>) Masło 20g (<b>mleko</b>)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (<b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b>) herbata 250ml</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 400ml (<b>gluten jęczmienny, mleko</b>)</p> <p>Szynka z indyka 50g Ogórek 80g, sałata 20g Pieczywo graham 100g (<b>gluten pszenny, żytni</b>) Masło 20g (<b>mleko</b>)</p> <p>Kawa zbożowa 250 ml (<b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b>) herbata 250ml</p>
<b>II ŚNIADANIE</b>	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt./mus 100g	Owoc sezonowy 1szt./mus 100g	Owoc sezonowy 1szt.
<b>OBIAD</b>	<p>Barszcz biały z kiełbasą, jajkiem i ziemniakami z majerankiem 400ml (<b>seler, jaja, gluten żytni</b>)</p> <p>Krokiety z brokułem, serem mozzarella pieczarkami 300g (<b>gluten pszenny, jaja, grzyby, mleko</b>) Polewa jogurtowa 100ml (<b>mleko</b>)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 200ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana z majerankiem 400ml (<b>seler, gluten pszenny</b>)</p> <p>Zapiekane krokiety z kurczakiem i warzywami mieszanymi 300g (<b>gluten pszenny, jaja, mleko</b>) Polewa jogurtowa 100ml (<b>mleko</b>)</p> <p>Kompot wieloowocowy 200ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana z majerankiem 400ml (<b>seler, gluten pszenny</b>)</p> <p>Zapiekane krokiety z kurczakiem i warzywami mieszanymi 300g (<b>gluten pszenny, jaja, mleko</b>) Polewa jogurtowa 100ml (<b>mleko</b>)</p> <p>Kompot wieloowocowy 200ml</p>	<p>Barszcz biały z kiełbasą, jajkiem i ziemniakami z majerankiem 400ml (<b>seler, jaja, gluten żytni</b>)</p> <p>Zapiekane krokiety z kurczakiem i warzywami mieszanymi 300g (<b>gluten pszenny, jaja, mleko</b>) Polewa jogurtowa 100ml (<b>mleko</b>)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 200ml</p>
<b>KOLACJA</b>	<p>Pieczywo żytnie i pszenne 100g (<b>gluten pszenny, żytni</b>) Masło 20g (<b>mleko</b>) Twarożek ze szczypiorkiem 100g (<b>mleko</b>) Pomidor 100g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 100g (<b>gluten pszenny</b>) Masło 20g (<b>mleko</b>) Twarożek 100g (<b>mleko</b>) Pomidor 100g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 100g (<b>gluten pszenny</b>) Masło 20g (<b>mleko</b>) Twarożek 100g (<b>mleko</b>) Pomidor 100g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Pieczywo graham 100g (<b>gluten pszenny, żytni</b>) Masło 20g (<b>mleko</b>) Twarożek ze szczypiorkiem 100g (<b>mleko</b>) Pomidor 100g</p> <p>Herbata 250ml</p>
<b>PN</b>	Wafelek 1szt. ( <b>gluten pszenny, jaja, mleko</b> )	Wafelek 1szt. ( <b>gluten pszenny, jaja, mleko</b> )	Wafelek 1szt. ( <b>gluten pszenny, jaja, mleko</b> )	Sałatka z buraka gotowanego 150g ( <b>jaja</b> )
<b>Wartości odżywcze</b>	<p>Kcal; 2298 Białko 90 Tłuszcz 80, nkt 11 Węglowodany 311 Błonnik 20 Sól 2,9</p>	<p>Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299 Błonnik 20 Sól 2,2</p>	<p>Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299 Błonnik 20 Sól 2,2</p>	<p>Kcal; 2258 Białko 92 Tłuszcz 72, nkt 11 Węglowodany 308 Błonnik 20 Sól 2,9</p>

DCZP CZWARTEK 08.05.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
<b>ŚNIADANIE</b>	Drobny makaron na mleku 400ml ( <b>mleko, gluten pszenny</b> )  Parówki na ciepło 100g /2szt. Ketchup 20g Ogórek 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Drobny makaron na mleku 400ml ( <b>mleko, gluten pszenny</b> )  Parówki na ciepło 100g /2szt. Ketchup 20g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Drobny makaron na mleku 400ml ( <b>mleko, gluten pszenny</b> )  Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Drobny makaron na mleku 400ml ( <b>mleko, gluten pszenny</b> )  Parówki na ciepło 100g /2szt. Ketchup 20g Ogórek 100g Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml
<b>II ŚNIADANIE</b>	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt./mus 100g	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
<b>Obiad</b>	Zupa jarzynowa z fasolką szparagową z natką pietruszki, 400ml ( <b>seler, mleko</b> )  Bitka wieprzowa w sosie własnym z pietruszką 200g( <b>gluten pszenny</b> ) Kasza jęczmienna 200g ( <b>gluten jęczmienny</b> ) Surówka z buraczków gotowanych z prażonym słonecznikiem 150g  Kompot owoców mieszanych 200ml	Zupa jarzynowa z fasolką szparagową z natką pietruszki, 400ml ( <b>seler, mleko</b> )  Bitka wieprzowa w sosie własnym z pietruszką 200g( <b>gluten pszenny</b> ) Kasza jęczmienna 200g ( <b>gluten jęczmienny</b> ) Surówka z buraczków gotowanych 150g  Kompot owoców mieszanych 200ml	Zupa jarzynowa z fasolką szparagową z natką pietruszki, 400ml ( <b>seler, mleko</b> )  Bitka wieprzowa w sosie własnym z pietruszką 200g( <b>gluten pszenny</b> ) Kasza jęczmienna 200g ( <b>gluten jęczmienny</b> ) Surówka z buraczków gotowanych 150g  Kompot owoców mieszanych 200ml	Zupa jarzynowa z fasolką szparagową z natką pietruszki, 400ml ( <b>seler, mleko</b> )  Bitka wieprzowa w sosie własnym z pietruszką 200g( <b>gluten pszenny</b> ) Kasza jęczmienna 200g ( <b>gluten jęczmienny</b> ) Surówka z buraczków gotowanych z prażonym słonecznikiem 150g  Kompot owoców mieszanych 200ml
<b>Kolacja</b>	Pieczywo żytnie i pszenne 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Paszтет pieczony z indyka 50g ( <b>gluten pszenny, jaja</b> ) Papryka 100g  Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Szynka kanapkowa 50g Pomidor 100g  Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Szynka kanapkowa 50g Pomidor 100g  Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Paszтет pieczony z indyka 50g ( <b>gluten pszenny, jaja</b> ) Papryka 100g  Herbata 250ml
<b>PN</b>	Szarlotka 50g ( <b>gluten pszenny, jaja, mleko</b> )	Szarlotka 50g ( <b>gluten pszenny, jaja, mleko</b> )	Szarlotka 50g ( <b>gluten pszenny, jaja, mleko</b> )	Sałatka z winegretem 150g
<b>Wartości odżywcze</b>	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; 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 09.05.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
<b>ŚNIADANIE</b>	Płatki jęczmienne na mleku 400ml ( <b>mleko, gluten jęczmienny</b> )  Pasta z tuńczyka i jajek 100g ( <b>ryby, jaja</b> ) Ogórek kiszony 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml ( <b>mleko, gluten jęczmienny</b> )  Twarożek 100g ( <b>mleko</b> ) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml ( <b>mleko, gluten jęczmienny</b> )  Twarożek 100g ( <b>mleko</b> ) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml ( <b>mleko, gluten jęczmienny</b> )  Pasta z tuńczyka i jajek 100g ( <b>ryby, jaja</b> ) Ogórek kiszony 100g Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> )  Kawa zbożowa 250 ml ( <b>gluten żytni, z jęczmienia, mleko</b> ) Herbata 250ml
<b>II ŚNIADANIE</b>	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
<b>OBIAD</b>	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml ( <b>mleko, gluten pszenny, seler</b> )  Kakaowe naleśniki z serkiem waniliowym 250g/3szt. ( <b>gluten pszenny, jaja</b> ) Polewa jogurtowa z brzoskwinią 100ml ( <b>mleko</b> ) Surówka z marchewki tartej z rodzynkami, skropiona oliwą z oliwek 150g  Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml ( <b>mleko, gluten pszenny, seler</b> )  Kakaowe naleśniki z serkiem waniliowym 250g/3szt. ( <b>gluten pszenny, jaja</b> ) Polewa jogurtowa z brzoskwinią 100ml ( <b>mleko</b> ) Marchewka gotowana 150g  Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml ( <b>mleko, gluten pszenny, seler</b> )  Kakaowe naleśniki z serkiem waniliowym 250g/3szt. ( <b>gluten pszenny, jaja</b> ) Polewa jogurtowa z brzoskwinią 100ml ( <b>mleko</b> ) Marchewka gotowana 150g  Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml ( <b>mleko, gluten pszenny, seler</b> )  Filet drobiowy pieczony w ziołach 100g Ziemniaki 200g Surówka z marchewki tartej z rodzynkami, skropiona oliwą z oliwek 150g  Kompot z owoców mieszanych 200ml
<b>KOLACJA</b>	Pieczywo żytnie i pszenne 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Serek kanapkowy 50g ( <b>mleko</b> ) Ogórek 100g  Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Serek kanapkowy 50g ( <b>mleko</b> ) Pomidor 100g  Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g ( <b>gluten pszenny</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Serek kanapkowy 50g ( <b>mleko</b> ) Pomidor 100g  Herbata 250ml	Pieczywo graham 100g ( <b>gluten pszenny, żytni</b> ) Masło 20g ( <b>mleko</b> ) Serek kanapkowy 50g ( <b>mleko</b> ) Ogórek 100g  Herbata 250ml
<b>PN</b>	Kisiel owocowy z truskawkami 150ml, biszkopcik 5g ( <b>gluten pszenny, jaja, mleko</b> )	Kisiel owocowy z truskawkami 150ml, biszkopcik 5g ( <b>gluten pszenny, jaja, mleko</b> )	Kisiel owocowy z truskawkami 150ml, biszkopcik 5g ( <b>gluten pszenny, jaja, mleko</b> )	Wafle ryżowe 2szt., sok pomidorowy
<b>Wartości odżywcze</b>	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