

DCZP PONIEDZIAŁEK 18.08.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa krem z kalafiora z natką pietruszki i grzankami na wywarze jarzynowym z dodatkiem mleka kokosowego 400ml (seler, gluten pszenny) Sos boloński z mięsem mielonym wieprzowym, włoszczyzną i soczewicą 150g (gluten pszenny) Makaron z pszenicy durum 200g (gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa krem z kalafiora z natką pietruszki i grzankami na wywarze jarzynowym z dodatkiem mleka kokosowego 400ml (seler, gluten pszenny) Sos boloński z mięsem mielonym wieprzowym, włoszczyzną 150g (gluten pszenny) Makaron z pszenicy durum 200g (gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa krem z kalafiora z natką pietruszki i grzankami na wywarze jarzynowym z dodatkiem mleka kokosowego 400ml (seler, gluten pszenny) Sos boloński z mięsem mielonym wieprzowym, włoszczyzną 150g (gluten pszenny) Makaron z pszenicy durum 200g (gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa krem z kalafiora z natką pietruszki i grzankami na wywarze jarzynowym z dodatkiem mleka kokosowego 400ml (seler, gluten pszenny) Sos boloński z mięsem mielonym wieprzowym, włoszczyzną i soczewicą 150g (gluten pszenny) Makaron pełnoziarnisty 200g (gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka wiśniowa 50g ogórek kiszony 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka wiśniowa 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka wiśniowa 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka wiśniowa 50g ogórek kiszony 100g Herbata 200ml
PN	Koktajl z czerwonych owoców na kefirze z dodatkiem nasion chia 150ml (mleko)	Koktajl z czerwonych owoców na kefirze z dodatkiem nasion chia 150ml (mleko)	Koktajl z czerwonych owoców na kefirze z dodatkiem nasion chia 150ml (mleko)	Koktajl z czerwonych owoców na kefirze z dodatkiem nasion chia b/cukru 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, banan, arbuz, nektarynka.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP WTOREK 19.08.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Ryż na mleku z cynamonem 400ml (mleko) Parówki na ciepło 100g/2szt. Ketchup 20g pomidor 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko)- Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Ryż na mleku z cynamonem 400ml (mleko) Parówki na ciepło 100g/2szt. Ketchup 20g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Ryż na mleku z cynamonem 400ml (mleko) Szynka z indyka 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Ryż na mleku z cynamonem 400ml (mleko) Parówki na ciepło 100g/2szt. Ketchup 20g pomidor 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa grysikowa z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (gluten pszenney, seler) Pulpet drobiowy w sosie potrawkowym z koperkiem 100g/60ml Kasza jęczmienna 200g (gluten jęczmienny) Surówka z kapusty białej z zielonym groszkiem i olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa grysikowa z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (gluten pszenney, seler) Pulpet drobiowy w sosie potrawkowym z koperkiem 100g/60ml Kasza jęczmienna 200g (gluten jęczmienny) Marchewka gotowana 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa grysikowa z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (gluten pszenney, seler) Pulpet drobiowy w sosie potrawkowym z koperkiem 100g/60ml Kasza jęczmienna 200g (gluten jęczmienny) Marchewka gotowana 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa grysikowa z ziemniakami i natką pietruszki 400ml (gluten pszenney, seler) Pulpet drobiowy w sosie potrawkowym z koperkiem 100g/60ml Kasza jęczmienna 200g (gluten jęczmienny) Surówka z kapusty białej z zielonym groszkiem i olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka wieprzowa 50g Ogórek 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka wieprzowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka wieprzowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka wieprzowa 50g Ogórek 100g Herbata 200ml
PN	Legumina na mleku z musem owocowym 150g (mleko)	Legumina na mleku z musem owocowym 150g (mleko)	Legumina na mleku z musem owocowym 150g (mleko)	Twarożek wiosenny z warzywami 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, banan, arbuz, nektarynka., truskawki

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP ŚRODA 20.08.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Twaróg 50g (mleko) Dżem 20g Pomidor 100g Pieczywo pszenno żytnie 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Twaróg 50g (mleko) Dżem 20g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Twaróg 50g (mleko) Dżem 20g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Twaróg 70g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa ogórkowa z ziemniakami i koperkiem, zabelana śmietanką roślinną 400ml Placki ziemniaczane 300g (jaja) Sos jogurtowo – ziołowy 80ml (mleko) Surówka z tartej marchewki z dodatkiem oliwy z oliwek 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400ml Udko pieczone 150g Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400ml Udko pieczone 150g Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200m	Zupa ogórkowa z ziemniakami i koperkiem, zabelana śmietanką roślinną 400ml Udko pieczone 150g Ziemniaki 200g Surówka z tartej marchewki z dodatkiem oliwy z oliwek 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
Kolacja	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka z piersi kurczaka 50g Ogórek 80g, sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka z piersi kurczaka 50g pomidor 80g, sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka z piersi kurczaka 50g pomidor 80g, sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka z piersi kurczaka 50g Ogórek 80g, sałata 20g Herbata 200ml
PN	Wafelek 1szt. (gluten pszenny, jaja, mleko)	Wafelek 1szt. (gluten pszenny, jaja, mleko)	Wafelek 1szt. (gluten pszenny, jaja, mleko)	Salatka z winogretem 150g
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, banan, arbuz, nektarynka.

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

DCZP CZWARTEK 21.08.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenney, mleko) Pasta z indyka pieczonego 100g (gluten pszenney, jaja) Ogórek kiszony 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenney, mleko) Pasta warzywna 100g (jaja) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenney, mleko) Pasta warzywna 100g (jaja) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenney, mleko) Pasta z indyka pieczonego 100g (gluten pszenney, jaja) Ogórek kiszony 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem, zabelana śmietanką roślinną 200ml Gulasz z indyka w sosie śmietanowym z cukinią i szpinakiem, zagęszczany mąką pszenną 150g (gluten pszenney, mleko) Ryż paraboiled 100g Surówka z buraczków gotowanych z oliwą z oliwek 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem, zabelana śmietanką roślinną 200ml Gulasz z indyka w lekkim sosie z cukinią i szpinakiem, zagęszczany mąką pszenną 150g (gluten pszenney) Ryż paraboiled 100g Surówka z buraczków gotowanych z oliwą z oliwek 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem, zabelana śmietanką roślinną 200ml Gulasz z indyka w lekkim sosie z cukinią i szpinakiem, zagęszczany mąką pszenną 150g (gluten pszenney) Ryż paraboiled 100g Surówka z buraczków gotowanych z oliwą z oliwek 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem, zabelana śmietanką roślinną 200ml Gulasz z indyka w sosie śmietanowym z cukinią i szpinakiem, zagęszczany mąką pszenną 150g (gluten pszenney, mleko) Ryż brązowy 100g Surówka z buraczków gotowanych z oliwą z oliwek 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Ogórek 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Ogórek 100g Herbata 200ml
PN	Ciastko z jabłkiem – wyrób Eko Katering 50g (gluten pszenney, jaja, mleko)	Ciastko z jabłkiem – wyrób Eko Katering 50g (gluten pszenney, jaja, mleko)	Ciastko z jabłkiem – wyrób Eko Katering 50g (gluten pszenney, jaja, mleko)	Jogurt naturalny z jabłkiem prażonym 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, banan, arbuż, nektarynka.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP PIĄTEK 22.08.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 400ml (gluten pszenenny, mleko) Szynka od szwagra 50g Pomidor 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Zacierka na mleku 400ml (gluten pszenenny, mleko) Szynka od szwagra 50g Sałata 20g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Zacierka na mleku 400ml (gluten pszenenny, mleko) Szynka od szwagra 50g Sałata 20g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Zacierka na mleku 400ml (gluten pszenenny, mleko) Szynka od szwagra 50g Pomidor 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki na wywarze jarzynowym (80g warzyw), zabelana śmietanką roślinną 400ml (gluten pszenenny, seler) Kakaowe naleśniki z twarogiem waniliowym 300g/3szt. (gluten pszenenny, jaja, mleko) Polewa jogurtowa z brzoskwiniami 80ml (mleko) Surówka z marchewki tartej z rodzynkami i oliwa z oliwą extra virgin 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki na wywarze jarzynowym (80g warzyw), zabelana śmietanką roślinną 400ml (gluten pszenenny, seler) Kakaowe naleśniki z twarogiem waniliowym 300g/3szt. (gluten pszenenny, jaja, mleko) Polewa jogurtowa z brzoskwiniami 80ml (mleko) Fasolka szparagowa 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki na wywarze jarzynowym (80g warzyw), zabelana śmietanką roślinną 400ml (gluten pszenenny, seler) Kakaowe naleśniki z twarogiem waniliowym 300g/3szt. (gluten pszenenny, jaja, mleko) Polewa jogurtowa z brzoskwiniami 80ml (mleko) Fasolka szparagowa 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki na wywarze jarzynowym (80g warzyw), zabelana śmietanką roślinną 400ml (gluten pszenenny, seler) Udko pieczone z kurczaka 150g Ziemniaki 200g Surówka z marchewki tartej z rodzynkami i oliwa z oliwą extra virgin 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 150g (gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Ogórek 80g, sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenenny) Masło 20g (mleko) Twaróg 50g (mleko) Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenenny) Masło 20g (mleko) Twaróg 50g (mleko) Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Ogórek 80g, sałata 20g Herbata 200ml
PN	Kisiel owocowy 150ml	Kisiel owocowy 150ml	Kisiel owocowy 150ml	Jogurt naturalny 150g (mleko)
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, banan, arbuż, nektarynka.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP SOBOTA 23.08.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA b/tłuszczowa	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Pieczeń drobiowa 50g (gluten pszenny, jaja) Ogórek kiszony 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Szynka z indyka 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Szynka z indyka 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Pieczeń drobiowa 50g (gluten pszenny, jaja) Ogórek kiszony 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Tradycyjny krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami z natką pietruszki 400ml (gluten jęczmienny, seler) Łazanki z mięsem mielonym, kapustą mieszaną i pieczarkami 300g (grzyby, gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Tradycyjny krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami z natką pietruszki 400ml (gluten jęczmienny, seler) Łazanki z mięsem mielonymi i warzywami 300g (gluten pszenny)	Tradycyjny krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami z natką pietruszki 400ml (gluten jęczmienny, seler) Łazanki z mięsem mielonymi i warzywami 300g (gluten pszenny)	Tradycyjny krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami z natką pietruszki 400ml (gluten jęczmienny, seler) Łazanki z mięsem mielonym, kapustą mieszaną i pieczarkami 300g (grzyby, gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka wiejska 50g pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka wiejska 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka wiejska 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka wiejska 50g pomidor 100g Herbata 200ml
PN	Salatka z tuńczykiem i zielonym groszkiem 150g (ryby, jaja)	Salatka z szynką i warzywami 150g (jaja)	Salatka z szynką i warzywami 150g (jaja)	Salatka z tuńczykiem i zielonym groszkiem 150g (ryby, 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, banan, arbuz, nektarynka.

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP NIEDZIELA 24.08.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA lekko strawna z ograniczeniem tłuszczów	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Ryż na mleku 400ml (mleko) Twarożek ziołowy 100g (mleko) Ogórek 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Ryż na mleku 400ml (mleko) Twarożek ziołowy 100g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Ryż na mleku 400ml (mleko) Twarożek ziołowy 100g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Ryż na mleku 400ml (mleko) Twarożek ziołowy 100g (mleko) Ogórek 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
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 pszenenny) Pieczeń rzymska w sosie 100g/100ml (jaja, gluten pszenenny) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty czerwonej z dodatkiem papryki z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenenny) Pieczeń rzymska w sosie 100g/100ml (jaja, gluten pszenenny) Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenenny) Pieczeń rzymska w sosie 100g/100ml (jaja, gluten pszenenny) Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenenny) Pieczeń rzymska w sosie 100g/100ml (jaja, gluten pszenenny) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty czerwonej z dodatkiem papryki z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo pszenne żytnie 100g (gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (mleko) Polędwica sopocka 50g Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenenny) Masło 20g (mleko) Polędwica sopocka 50g Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenenny) Masło 20g (mleko) Polędwica sopocka 50g Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (mleko) Polędwica sopocka 50g Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 200ml
PN	Jogurt naturalny z muesli 150g (mleko, gluten pszenenny, orzechy)	Jogurt naturalny z muesli 150g (mleko, gluten pszenenny, orzechy)	Jogurt naturalny z muesli 150g (mleko, gluten pszenenny, orzechy)	Jogurt naturalny z muesli 150g (mleko, gluten pszenenny, orzechy)
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, banan, arbuz, nektarynka.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP PONIEDZIAŁEK 25.08.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenney, mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) ogórek 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenney, mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenney, mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenney, mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) ogórek 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.	Owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa krem z pomidorów i soczewicy z grzankami na wywarze jarzynowym z dodatkiem mleka kokosowego 400ml (seler, gluten pszenney) Chili con carne z mięsem wieprzowo - drobiowym z fasolą czerwoną i kukurydzą 150g (mleko, gluten pszenney) Ryż paraboliczny 200g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa krem z pomidorów z grzankami na wywarze jarzynowym z dodatkiem mleka kokosowego 400ml (seler, gluten pszenney) Chili con carne z mięsem wieprzowo - drobiowym z cukinią i marchewką 150g (mleko, gluten pszenney) Ryż paraboliczny 200g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa krem z pomidorów z grzankami na wywarze jarzynowym z dodatkiem mleka kokosowego 400ml (seler, gluten pszenney) Chili con carne z mięsem wieprzowo - drobiowym z cukinią i marchewką 150g (mleko, gluten pszenney) Ryż paraboliczny 200g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa krem z pomidorów i soczewicy z grzankami na wywarze jarzynowym z dodatkiem mleka kokosowego 400ml (seler, gluten pszenney) Chili con carne z mięsem wieprzowo - drobiowym z fasolą czerwoną i kukurydzą 150g (mleko, gluten pszenney) Ryż brązowy 200g Kompot wieloowocowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Paszтет pieczony z formy 50g (gluten pszenney, jaja) Ogórek kiszony 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka z indyka 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka z indyka 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Paszтет pieczony z formy 50g (gluten pszenney, jaja) Ogórek kiszony 100g Herbata 200ml
PN	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Sałatka z makaronem pełnoziarnistym, szynką i warzywami 150g (jaja)
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, banan, arbuz, nektarynka.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP WTOREK 26.08.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Parówki na ciepło 100g/2szt. Ketchup 20g Ogórek 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Parówki na ciepło 100g/2szt. Ketchup 20g Pomidor 00g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Szynka kanapkowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Parówki na ciepło 100g/2szt. Ketchup 20g Ogórek 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
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 pszenenny, seler) Udko z kurczaka pieczone 150g 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 pszenenny, seler) Udko z kurczaka pieczone 150g Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół z kurczaków zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (gluten pszenenny, seler) Udko z kurczaka pieczone 150g Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół z kurczaków zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (gluten pszenenny, seler) Udko z kurczaka pieczone 150g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty białej z zielonym groszkiem i olejem rzepakowym z l tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
Kolacja	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka wieprzowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenenny) Masło 20g (mleko) Szynka wieprzowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenenny) Masło 20g (mleko) Szynka wieprzowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka wieprzowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml
PN	Twarożek wiosenny z warzywami i szczypiorkiem 150ml (mleko)	Twarożek wiosenny z warzywami i szczypiorkiem 150ml (mleko)	Twarożek wiosenny z warzywami i szczypiorkiem 150ml (mleko)	Twarożek wiosenny z warzywami i szczypiorkiem 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, banan, arbuż, nektarynka.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP ŚRODA 27.08.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Pasta z tuńczyka i jajek 100g (ryby, jaja) ogórek kiszony 100g Pieczywo pszenno żytnie 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Pasta warzywna 100g (jaja) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Pasta warzywna 100g (jaja) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Pasta z tuńczyka i jajek 100g (ryby, jaja) ogórek kiszony 100g Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
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 Gulasz warzywny z brokułem, pieczarkami, soczewicą i kukurydzą w sosie śmietanowo – serowym 150g (gluten pszenny, mleko, grzyby) Kaszą bulgur 200g (gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniaczkami na wywarze jarzynowym 400ml Gulasz warzywny z brokułem, marchewką i fasolką szparagową 150g (gluten pszenny) Kaszą bulgur 200g (gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniaczkami na wywarze jarzynowym 400ml Gulasz warzywny z brokułem, marchewką i fasolką szparagową 150g (gluten pszenny) Kaszą bulgur 200g (gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniaczkami na wywarze jarzynowym 400ml Gulasz warzywny z brokułem, pieczarkami, soczewicą i kukurydzą w sosie śmietanowo – serowym 150g (gluten pszenny, grzyby, mleko) Kaszą bulgur 200g (gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Polędwica sopočka 50g ogórek 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Polędwica sopočka 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Polędwica sopočka 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Polędwica sopočka 50g ogórek 100g Herbata 200ml
PN	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Jogurt naturalny z muesli 150g (gluten pszenny, o rzechy, 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, banan, arbuz, nektarynka.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska