

DCZP WTOREK 07.10.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA b/tłuszczowa	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Parówki 100g/2szt. Ketchup 20g Ogórek kiszony 50g, papryka 50g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Parówki 100g/2szt. Ketchup 20g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Szynka z indyka 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Parówki 100g/2szt. Ketchup 20g Ogórek kiszony 50g, papryka 50g 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	Rosół z kurczaków zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (gluten pszenney, seler) Kotlet z piersi kurczaka 100g (gluten pszenney, jaja) Ziemniaki 200 Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, zielonym groszkiem i koperkiem 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół z kurczaków zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (gluten pszenney, seler) Filet z piersi kurczaka pieczony 100g (gluten pszenney, jaja) Ziemniaki 200 Brokuł gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół z kurczaków zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (gluten pszenney, seler) Filet z piersi kurczaka pieczony 100g (gluten pszenney, jaja) Ziemniaki 200 Brokuł gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół z kurczaków zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (gluten pszenney, seler) Filet z piersi kurczaka pieczony 100g (gluten pszenney, jaja) Ziemniaki 200 Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, zielonym groszkiem i koperkiem 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Twaróg 50g (mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Twaróg 50g (mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml
PN	Waniliowy deser z kolorową galaretką 150g (mleko)	Waniliowy deser z kolorową galaretką 150g (mleko)	Waniliowy deser z kolorową galaretką 150g (mleko)	Serek homogenizowany naturalny z ziołami 150g (mleko)
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, arbuż, nektarynka.

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP ŚRODA 08.10.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA lekko strawna z ograniczeniem tłuszczów	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Ryż na mleku 400ml (mleko) Szynka wiejska 50g Ogórek 80g, sałata 20g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Ryż na mleku 400ml (mleko) Szynka wiejska 50g pomidor 80g, sałata 20g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Ryż na mleku 400ml (mleko) Szynka wiejska 50g pomidor 80g, sałata 20g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Ryż na mleku 400ml (mleko) Szynka wiejska 50g Ogórek 80g, sałata 20g 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	Lekka grochówka z kielbaską ziemniakami i majerankiem 400ml (gluten pszenny) Pierogi ruskie firmowe z dodatkiem mąki razowej 300g – 7szt. (gluten pszenny, mleko) Polewa jogurtowa 60ml (mleko) Surówka z buraczków gotowanych i prażonego słonecznika 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ziemniaczana na wywarze jarzynowym 400ml (gluten pszenny) Pierogi ruskie firmowe 300g – 7szt. (gluten pszenny, mleko) Polewa jogurtowa 60ml (mleko) Surówka z buraczków gotowanych 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ziemniaczana na wywarze jarzynowym 400ml (gluten pszenny) Pierogi ruskie firmowe 300g – 7szt. (gluten pszenny, mleko) Polewa jogurtowa 60ml (mleko) Surówka z buraczków gotowanych 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Lekka grochówka z kielbaską ziemniakami i majerankiem 400ml (gluten pszenny) Pierogi ruskie firmowe z dodatkiem mąki razowej 300g – 7szt. (gluten pszenny, mleko) Polewa jogurtowa 60ml (mleko) Surówka z buraczków gotowanych i prażonego słonecznika 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo pszenne żytnie 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Ogórek 100g Herbata 200ml
PN	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Salatka z winogretem 150g
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, arbuż, nektarynka.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP CZWARTEK 09.10.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Pasta mięsna z indyka pieczonego 100g (gluten pszenny, jaja) Ogórek kiszony 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) 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 owsiane na mleku 400ml (mleko) 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 owsiane na mleku 400ml (mleko) Pasta mięsna z indyka pieczonego 100g (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	Zupa kalafiorowa na wywarze jarzynowym z natką pietruszki, zabeliana śmietanką roślinną 400ml (seler) Łazanki z kapusty mieszanej z pieczarkami, i mięsem mielonym z szynki 300g (gluten pszenny, grzyby) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa kalafiorowa na wywarze jarzynowym z natką pietruszki, zabeliana śmietanką roślinną 400ml (seler) Łazanki z mięsem mielonym z szynki i warzywami mieszanymi 300g (gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa kalafiorowa na wywarze jarzynowym z natką pietruszki, zabeliana śmietanką roślinną 400ml (seler) Łazanki z mięsem mielonym z szynki i warzywami mieszanymi 300g (gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa kalafiorowa na wywarze jarzynowym z natką pietruszki, zabeliana śmietanką roślinną 400ml (seler) Łazanki razowe z kapusty mieszanej z pieczarkami, i mięsem mielonym z szynki 300g (gluten pszenny, grzyby) Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Pieczeń kanapkowa 50g (gluten pszenny, jaja) Ogórek 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka kanapkowa 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka kanapkowa 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Pieczeń kanapkowa 50g (gluten pszenny, jaja) Ogórek 100g Herbata 200ml
PN	Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 150g (mleko)	Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 150g (mleko)	Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 150g (mleko)	Jogurt 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, banan, arbuz, nektarynka.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP PIĄTEK 10.10.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml (mleko, gluten pszenenny) Twarożek ze szczypiorkiem 100g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml (mleko, gluten pszenenny) Twarożek ziołowy 100g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml (mleko, gluten pszenenny) Twarożek ziołowy 100g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml (mleko, gluten pszenenny) Twarożek ze szczypiorkiem 100g (mleko) 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 makaronem na wywarze warzywnym ze śmietanka roślinną i natką pietruszki 400ml (gluten pszenenny) Ryba – morszczuk – smażona, panierowana 100g (ryby, gluten pszenenny, jaja) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem kminku z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze warzywnym ze śmietanka roślinną i natką pietruszki 400ml (gluten pszenenny) Ryba – morszczuk – pieczona w piecu 100g (ryby, gluten pszenenny, jaja) Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze warzywnym ze śmietanka roślinną i natką pietruszki 400ml (gluten pszenenny) Ryba – morszczuk – pieczona w piecu 100g (ryby, gluten pszenenny, jaja) Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze warzywnym ze śmietanka roślinną i natką pietruszki 400ml (gluten pszenenny) Ryba – morszczuk – pieczona w piecu 100g (ryby, gluten pszenenny, jaja) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem kminku z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
Kolacja	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Ogórek 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenenny) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenenny) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 50g (mleko) Ogórek 100g Herbata 200ml
PN	Koktajl owocowo -warzywny (burak, banan, śliwka) na bazie kefiru 150ml (mleko)	Koktajl owocowo -warzywny (burak, banan, śliwka) na bazie kefiru 150ml (mleko)	Koktajl owocowo -warzywny (burak, banan, śliwka) na bazie kefiru 150ml (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, banan, arbuż, nektarynka.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP SOBOTA 11.10.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Szynka konserwowa 50g Ogórek kiszony 100g Pieczywo pszenno żytnie 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Szynka konserwowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Szynka konserwowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Szynka konserwowa 50g 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 wiosenna z bukietem warzyw, zabelana śmietanką roślinną 400ml Kociółek chłopski z ziemniakami, papryką i pieczarkami z kiełbaską wieprzową 300g (gluten pszenney) Kompot wielowocowy 200ml	Zupa wiosenna z bukietem warzyw, zabelana śmietanką roślinną 400ml Kociółek chłopski z ziemniakami, cukinią i mięsem z indyka 300g (gluten pszenney) Kompot wielowocowy 200ml	Zupa wiosenna z bukietem warzyw, zabelana śmietanką roślinną 400ml Kociółek chłopski z ziemniakami, cukinią i mięsem z indyka 300g (gluten pszenney) Kompot wielowocowy 200ml	Zupa wiosenna z bukietem warzyw, zabelana śmietanką roślinną 400ml Kociółek chłopski z ziemniakami, papryką i pieczarkami z kiełbaską wieprzową 300g (gluten pszenney) Kompot wielowocowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Pasztecik pieczony 50g (gluten pszenney, jaja) Ogórek 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Twaróg 50g (mleko) Dżem 20g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Twaróg 50g (mleko) Dżem 20g Pomidor 100g	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Pasztecik pieczony 50g (gluten pszenney, jaja) Ogórek 100g Herbata 200ml
PN	Wafelki 1szt. (gluten pszenney, jaja, mleko)	Wafelki 1szt. (gluten pszenney, jaja, mleko)	Wafelki 1szt. (gluten pszenney, jaja, mleko)	Salatka z winogrem 150g
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

DCZP NIEDZIELA 12.10.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Makaron na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenno żytnie 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Makaron na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Makaron na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Makaron na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny) 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	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Kotlet schabowy panierowany 100g(gluten pszenny, jaja) Ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty z papryką z olejem rzepakowym I tł. 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Schab pieczony 100g Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Schab pieczony 100g Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Schab pieczony 100g Ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty z papryką z olejem rzepakowym I tł. 150g Kompot wieloowocowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka wieprzowa 50g Ogórek 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka wieprzowa 50g sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka wieprzowa 50g sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka wieprzowa 50g Ogórek 100g Herbata 200ml
PN	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Sok pomidorowy 200ml, wafle ryżowe 2szt.
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 PONIEDZIAŁEK 13.10.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Ryż na mleku 400ml (mleko) Pieczeń drobiowa 50g (gluten pszenney, jaja) Ogórek kiszony 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 400ml (mleko) Szyńka drobiowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Ryż na mleku 400ml (mleko) Szyńka drobiowa 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Ryż na mleku 400ml (mleko) Pieczeń drobiowa 50g (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 krem z pieczonej dyni z dodatkiem ciecierzycy na wywarze jarzynowym z dodatkiem mleka roślinnego z pestkami dyni 400ml Sos bolognese z mięsem drobiowo – wieprzowym mielonym 150g Makaron z pszenicy durum 200g (gluten pszenney) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa krem z pieczonej dyni na wywarze jarzynowym z dodatkiem mleka roślinnego z grzankami 400ml (gluten pszenney) Sos bolognese z mięsem drobiowo – wieprzowym mielonym 150g Makaron z pszenicy durum 200g (gluten pszenney) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa krem z pieczonej dyni na wywarze jarzynowym z dodatkiem mleka roślinnego z grzankami 400ml (gluten pszenney) Sos bolognese z mięsem drobiowo – wieprzowym mielonym 150g Makaron z pszenicy durum 200g (gluten pszenney) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa krem z pieczonej dyni z dodatkiem ciecierzycy na wywarze jarzynowym z dodatkiem mleka roślinnego z pestkami dyni 400ml Sos bolognese z mięsem drobiowo – wieprzowym mielonym 150g Makaron razowy 200g (gluten pszenney) Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Twaróg 50g (mleko) Dżem 20g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Twaróg 50g (mleko) Dżem 20g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Twaróg 50g (mleko) Dżem 20g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Twaróg 70g (mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml
PN	Salatka gyros z kurczakiem pieczonym i fasolą 150g (jaja)	Salatka gyros z kurczakiem pieczonym i fasolą 150g (jaja)	Salatka gyros z kurczakiem pieczonym i fasolą 150g (jaja)	Salatka gyros z kurczakiem pieczonym i fasolą 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, gruszką, 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 WTOREK 14.10.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny) Szynka z indyka 50g ogórek 100g Pieczywo pszenno żytnie 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Zacierka na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny) Szynka z indyka 50g Sałata 20g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Zacierka na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny) Szynka z indyka 50g Sałata 20g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Zacierka na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny) Szynka z indyka 50g ogórek 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 na wywarze jarzynowym z natką pietruszki i ziemniakami 400ml Udko z kurczaka pieczone 100g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty z kukurydzą i papryką z olejem rzepakowym z I tłoczenia i koperkiem 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Krupnik z kaszą jaglaną na wywarze jarzynowym z natką pietruszki i ziemniakami 400ml Udko z kurczaka pieczone 100g Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Krupnik z kaszą jaglaną na wywarze jarzynowym z natką pietruszki i ziemniakami 400ml Udko z kurczaka pieczone 100g Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Krupnik z kaszą jaglaną na wywarze jarzynowym z natką pietruszki i ziemniakami 400ml Udko z kurczaka pieczone 100g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty z kukurydzą i papryką z olejem rzepakowym z I tłoczenia i koperkiem 150g Kompot wieloowocowy 200ml
Kolacja	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Pieczeń drobiowa 50g (gluten pszenny, jaja) Ogórek kiszony 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka konserwowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka konserwowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Pieczeń drobiowa 50g (gluten pszenny, jaja) Ogórek kiszony 100g Herbata 200ml
PN	Legumina mleczna z sosem truskawkowym 150g (mleko)	Legumina mleczna z sosem truskawkowym 150g (mleko)	Legumina mleczna z sosem truskawkowym 150g (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.

DCZP ŚRODA 15.10.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml (gluten pszenney, mleko) Paprykarz firmowy 100g (ryby) 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 1000g (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 1000g (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) Paprykarz firmowy 100g (ryby) 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	Barszczyk ukraiński z fasolą Jaś i z ziemniakami na wywarze jarzynowym z natką pietruszki 400ml (seler) Gulasz drobiowy z papryką i marchewką 150g (gluten pszenney) Kasza jęczmienna 200g (gluten jęczmienny) Surówka z marchewki tartej i selera, skropiona oliwą 150g (seler) Kompot wieloowocowy 200ml	Barszczyk ukraiński z ziemniakami na wywarze jarzynowym z natką pietruszki 400ml (seler) Gulasz drobiowy z marchewką 150g (gluten pszenney) Kasza jęczmienna 200g (gluten jęczmienny) Kalafior gotowany 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Barszczyk ukraiński z ziemniakami na wywarze jarzynowym z natką pietruszki 400ml (seler) Gulasz drobiowy z marchewką 150g (gluten pszenney) Kasza jęczmienna 200g (gluten jęczmienny) Kalafior gotowany 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Barszczyk ukraiński z fasolą Jaś i z ziemniakami na wywarze jarzynowym z natką pietruszki 400ml (seler) Gulasz drobiowy z papryką i marchewką 150g (gluten pszenney) Kasza jęczmienna 200g (gluten jęczmienny) Surówka z marchewki tartej i selera, skropiona oliwą 150g (seler) Kompot wieloowocowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml
PN	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Sok pomidorowy 150ml, 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, banan, arbuz, nektarynka.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP CZWARTEK 16.10.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Szynka od szwagra 50g Ogórek 80g, sałata 20g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Szynka od szwagra 50g Pomidor 80g, sałata 20g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Szynka od szwagra 50g Pomidor 80g, sałata 20g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Szynka od szwagra 50g Ogórek 80g, sałata 20g 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 ze świeżym koperkiem i ziemniakami na wywarze jarzynowym 400ml (mleko) Placki ziemniaczane 300g/3szt. (jaja) Polewa jogurtowa 80ml (mleko) Surówka z buraczków gotowanych z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa brokułowa ze świeżym koperkiem i ziemniakami na wywarze jarzynowym 400ml (mleko) Kąski drobiowe z warzywami 150g Ziemniaki 200g Surówka z buraczków gotowanych z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa brokułowa ze świeżym koperkiem i ziemniakami na wywarze jarzynowym 400ml (mleko) Kąski drobiowe z warzywami 150g Ziemniaki 200g Surówka z buraczków gotowanych z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa brokułowa ze świeżym koperkiem i ziemniakami na wywarze jarzynowym 400ml (mleko) Kąski drobiowe z warzywami 150g Ziemniaki 200g Surówka z buraczków gotowanych z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 150g (gluten pszenney, żytni) 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 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) Pomidor 100g Herbata 200ml
PN	Budyń na mleku 150ml, biszkopcik 10g (gluten pszenney, jaja, mleko)	Budyń na mleku 150ml, biszkopcik 10g (gluten pszenney, jaja, mleko)	Budyń na mleku 150ml, biszkopcik 10g (gluten pszenney, jaja, mleko)	Salatka z winegretem 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, banan, arbuż, nektarynka.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

