

DCZP CZWARTEK 06.11.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Parówki 100g/2szt. Ketchup 20g Ogórek 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) Parówki 100g/2szt. Ketchup 20g 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) Parówki 100g/2szt. Ketchup 20g 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	Zupa krem z białych warzyw (biała fasola, kalafior, pietruszka) z natką pietruszki i grzankami pszennymi 400ml (gluten pszenny) Bitka wieprzowa w sosie własnym 100g/60ml (gluten pszenny) Kasza gryczana 200g Surówka z buraczków gotowanych, skropiona oliwą extra virgin 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa krem z białych warzyw (kalafior, pietruszka) z natką pietruszki i grzankami pszennymi 400ml (gluten pszenny) Bitka wieprzowa w sosie własnym 100g/60ml (gluten pszenny) Kasza bulgur 200g (gluten pszenny) Surówka z buraczków gotowanych, skropiona oliwą extra virgin 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa krem z białych warzyw (kalafior, pietruszka) z natką pietruszki i grzankami pszennymi 400ml (gluten pszenny) Bitka wieprzowa w sosie własnym 100g/60ml (gluten pszenny) Kasza bulgur 200g (gluten pszenny) Surówka z buraczków gotowanych, skropiona oliwą extra virgin 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa krem z białych warzyw (biała fasola, kalafior, pietruszka) z natką pietruszki i grzankami pszennymi 400ml (gluten pszenny) Bitka wieprzowa w sosie własnym 100g/60ml (gluten pszenny) Kasza gryczana 200g Surówka z buraczków gotowanych, skropiona oliwą extra virgin 150g Kompot wieloowocowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 150g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka od szwagra 50g Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka od szwagra 50g pomidor 80g, sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka od szwagra 50g pomidor 80g, sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka od szwagra 50g pomidor 80g, sałata 20g Herbata 200ml
PN	Jogurt naturalny z jabłkiem prażonym 150g (mleko)	Jogurt naturalny z jabłkiem prażonym 150g (mleko)	Jogurt naturalny z jabłkiem prażonym 150g (mleko)	Jogurt naturalny z jabłkiem prażonym 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 wyżej wymienione alergeny. Ze względu na sezonowość wymiennie podawane są owoce: jabłko, gruszką, 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 07.11.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA b/tłuszczowa	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Twarożek ze szczypiorkiem 100g (mleko) Ogórek 100g 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) Twarożek ziołowy 100g (mleko) 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) Twarożek ziołowy 100g (mleko) 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) Twarożek ze szczypiorkiem 100g (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	Barszcz ukraiński z fasolą z ziemniakami zabieleny śmietanką roślinną 400ml (seler) Ryż paraboliczny z prażonym jabłkiem i cynamonem 300g Polewa jogurtowo - owocowa 80ml (mleko) Surówka z marchewki tartęj ze śmietaną i orzechami 150g (mleko, orzechy) Kompot wieloowocowy 200ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami zabieleny śmietanką roślinną 400ml (seler) Ryż paraboliczny z prażonym jabłkiem i cynamonem 300g Polewa jogurtowo - owocowa 80ml (mleko) Marchewka gotowana 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami zabieleny śmietanką roślinną 400ml (seler) Ryż paraboliczny z prażonym jabłkiem i cynamonem 300g Polewa jogurtowo - owocowa 80ml (mleko) Marchewka gotowana 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Barszcz ukraiński z fasolą z ziemniakami zabieleny śmietanką roślinną 400ml (seler) Ryż brązowy z prażonym jabłkiem i cynamonem 300g Polewa jogurtowa 80ml (mleko) Surówka z marchewki tartęj ze śmietaną i orzechami 150g (mleko, orzechy) Kompot wieloowocowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 100g (mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Ser żółty 100g (mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml
PN	Sałatka makaronowa z tuńczykiem i groszkiem zielonym 150g (jaja, gorczyca, ryby, gluten pszenney)	Sałatka makaronowa z szynką i warzywami 150g (jaja, gorczyca, gluten pszenney)	Sałatka makaronowa z szynką i warzywami 150g (jaja, gorczyca, gluten pszenney)	Sałatka makaronowa z tuńczykiem i groszkiem zielonym 150g (jaja, gorczyca, ryby, gluten pszenney)
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 wyżej wymienione alergen. Ze względu na sezonowość wymiennie podawane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, banan, arbuz, nektarynka.

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP SOBOTA 08.11.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA lekko strawna z ograniczeniem tłuszczów	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Szynka z indyka 50g Ogórek 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) 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	Zupa grysikowa z ziemniaczkami na wywarze jarzynowym z natką pietruszki 400ml (seler, gluten jęczmienny) Kociółek chłopski z kiełbaską wieprzową, ziemniakami i papryką czerwoną 300g (gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa grysikowa z ziemniaczkami na wywarze jarzynowym z natką pietruszki 400ml (seler, gluten jęczmienny) Kociółek chłopski z mięsem z indyka, fasolką i ziemniakami 300g (gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa grysikowa z ziemniaczkami na wywarze jarzynowym z natką pietruszki 400ml (seler, gluten jęczmienny) Kociółek chłopski z mięsem z indyka, fasolką i ziemniakami 300g (gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa grysikowa z ziemniaczkami na wywarze jarzynowym z natką pietruszki 400ml (seler, gluten jęczmienny) Kociółek chłopski z kiełbaską wieprzową, ziemniakami i papryką czerwoną 300g(gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo pszenne żytnie 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Paszтет z formy 50g (gluten pszenny, jaja) Ogórek kiszony 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) Paszтет z formy 50g (gluten pszenny, jaja) Ogórek kiszony 100g Herbata 200ml
PN	Serek homogenizowany waniliowy 150g (mleko)	Serek homogenizowany waniliowy 150g (mleko)	Serek homogenizowany waniliowy 150g (mleko)	Serek homogenizowany naturalny 150g (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal; 2052 Białko 72 Tłuszcz 63, nkt 9 Węglowodany 302 Błonnik 19 Sól 2,3	Kcal; 2052 Białko 72 Tłuszcz 63, nkt 9 Węglowodany 302 Błonnik 19 Sól 2,3	Kcal; 2052 Białko 72 Tłuszcz 63, nkt 9 Węglowodany 302 Błonnik 19 Sól 2,3	Kcal; 2052 Białko 72 Tłuszcz 63, nkt 9 Węglowodany 302 Błonnik 19 Sól 2,3

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny. Ze względu na sezonowość wymieniane 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 09.11.2025

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) Ogórek 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, gluten 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) 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	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Udko z kurczaka w sosie curry 100g/80ml (gluten pszenny) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty białej z marchewką z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Udko z kurczaka w sosie curry 100g/80ml (gluten pszenny) Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Udko z kurczaka w sosie curry 100g/80ml (gluten pszenny) Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Udko z kurczaka w sosie curry 100g/80ml (gluten pszenny) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty białej z marchewką z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka konserwowa 50g Ogórek kiszony 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka konserwowa 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka konserwowa 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka konserwowa 50g Ogórek kiszony 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 wyżej wymienione alergeny. Ze względu na sezonowość wymienienne podawane są owoce: jabłko, gruszką, 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 10.11.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml (mleko, gluten pszenney) Pieczeń kanapkowa 50g (gluten pszenney) 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 (mleko, gluten pszenney) Szynka kanapkowa 50g Sałata 20g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml (mleko, gluten pszenney) Szynka kanapkowa 50g Sałata 20g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml (mleko, gluten pszenney) Pieczeń kanapkowa 50g (gluten pszenney) 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 z kalafiorowa z ziemniakami zabelana śmietana roślinną 400ml Indyk w kawałkach z marchewką dynią i pomidorami z mlekiem kokosowym 150g (gluten pszenney) Ryż paraboliczny z kurkumą 200g Surówka z kapusty białej z kolorową papryką, zielonym groszkiem i oliwą extra virgin 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa z kalafiorowa z ziemniakami zabelana śmietana roślinną 400ml Indyk w kawałkach z marchewką dynią i pomidorami z mlekiem kokosowym 150g (gluten pszenney) Ryż paraboliczny z kurkumą 200g Brokuł gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa z kalafiorowa z ziemniakami zabelana śmietana roślinną 400ml Indyk w kawałkach z marchewką dynią i pomidorami z mlekiem kokosowym 150g (gluten pszenney) Ryż paraboliczny z kurkumą 200g Brokuł gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa z kalafiorowa z ziemniakami zabelana śmietana roślinną 400ml Indyk w kawałkach z marchewką dynią i pomidorami z mlekiem kokosowym 150g (gluten pszenney) Ryż brązowy z kurkumą 200g Surówka z kapusty białej z kolorową papryką, zielonym groszkiem i oliwą extra virgin 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
Kolacja	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka babuni 50g Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka babuni 50g Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g(gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Szynka babuni 50g Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka babuni 50g Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 200ml
PN	Koktajl truskawkowy na kefirze z nasionami chia 150ml (mleko)	Koktajl truskawkowy na kefirze z nasionami chia 150ml (mleko)	Koktajl truskawkowy na kefirze z nasionami chia 150ml (mleko)	Koktajl truskawkowy na kefirze z nasionami chia b/cukru 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 wyżej wymienione alergeny. Ze względu na sezonowość wymienienie podawane są owoce: jabłko, gruszką, 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 11.11.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Parówki 100g Ketchup 20g Ogórek 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) Parówki 100g Ketchup 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) 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 jęczmienne na mleku 400ml (mleko, gluten jęczmienny) Parówki 100g Ketchup 20g 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	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (gluten pszenny, seler) Udko pieczone 100g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty czerwonej z koperkiem z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (gluten pszenny, seler) Udko pieczone 100g Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (gluten pszenny, seler) Udko pieczone 100g Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (gluten pszenny, seler) Udko pieczone 100g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty czerwonej z koperkiem z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 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 Pomidor 100g Herbata 200ml
PN	Budyń na mleku z sokiem malinowym 150g (mleko), herbatnik maślan 10g (gluten pszenny, jaja, mleko)	Budyń na mleku z sokiem malinowym 150g (mleko), herbatnik maślan 10g (gluten pszenny, jaja, mleko)	Budyń na mleku z sokiem malinowym 150g (mleko), herbatnik maślan 10g (gluten pszenny, jaja, mleko)	Twarożek z warzywami 150g (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal; 2298 Białko 90 Tłuszcz 80, nkt 11 Węglowodany 311 Błonnik 20 Sól 2,9	Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299 Błonnik 20 Sól 2,2	Kcal; 2136 Białko 87 Tłuszcz 66 nkt 11 Węglowodany 299 Błonnik 20 Sól 2,2	Kcal; 2258 Białko 92 Tłuszcz 72, nkt 11 Węglowodany 308 Błonnik 20 Sól 2,9

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny. Ze względu na sezonowość wymiennie podawane są owoce: jabłko, gruszką, mandarynka, banan, arbuz, nektarynka.

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

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP ŚRODA 12.11.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny) Pasta mięsna z porem 100g (gluten pszenny, jaja) Ogórek kiszony 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) Pasta warzywna 100g Pomidor 100g 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) Pasta warzywna 100g 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) Pasta mięsna z porem 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 krem ziemniaczany z ciecierzycą i natką pietruszki na wywarze jarzynowym posypana pestkami słonecznika 400ml (seler) Placki ziemniaczane 300g (jaja, gluten pszenny) Polewa jogurtowo – ziołowa 80ml (mleko) Surówka szwedzka z ogórka kiszzone z papryką z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa krem ziemniaczany z natką pietruszki na wywarze jarzynowym posypana grzankami (seler) Kąski drobiowe z warzywami mieszanymi 150g (gluten pszenny) Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa krem ziemniaczany z natką pietruszki na wywarze jarzynowym grzankami 400ml (seler) Kąski drobiowe z warzywami mieszanymi 150g (gluten pszenny) Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa krem ziemniaczany z ciecierzycą i natką pietruszki na wywarze jarzynowym posypana pestkami słonecznika 400ml (seler) Kąski drobiowe z warzywami mieszanymi 150g Ziemniaki 200g Surówka szwedzka z ogórka kiszzone z papryką z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka sopocka 50g Ogórek 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka sopocka 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka sopocka 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Szynka sopocka 50g Ogórek 100g Herbata 200ml
PN	Ciasteczka zbożowe 2szt. (gluten pszenny, jaja, mleko)	Ciasteczka zbożowe 2szt. (gluten pszenny, jaja, mleko)	Ciasteczka zbożowe 2szt. (gluten pszenny, jaja, mleko)	Sałatka z winogretem 150g
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 wyżej wymienione alergeny. Ze względu na sezonowość wymienienie podawane są owoce: jabłko, gruszką, 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 13.11.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml (mleko, gluten pszenny) Serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko)- Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza manna 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	Kasza manna 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	Kasza manna 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	Delikatna grochówka z ziemniakami i natką pietruszki na wywarze jarzynowym 400ml Pulpecik wieprzowo -wołowy z dodatkiem soi w sosie pieczeniowym 100g/60ml (gluten pszenny, jaja) Mix kasz jęczmiennej i gryczanej 200g (gluten jęczmienny) Surówka z marchewki i selera z jogurtem naturalnym 150g (seler, mleko) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ziemniaczana natką pietruszki na wywarze jarzynowym 400ml Pulpecik wieprzowo -wołowy w sosie pieczeniowym 100g/60ml (gluten pszenny, jaja) Kasza jęczmienna 200g (gluten jęczmienny) Marchewka gotowana 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ziemniaczana natką pietruszki na wywarze jarzynowym 400ml Pulpecik wieprzowo -wołowy w sosie pieczeniowym 100g/60ml (gluten pszenny, jaja) Kasza jęczmienna 200g (gluten jęczmienny) Marchewka gotowana 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Delikatna grochówka z ziemniakami i natką pietruszki na wywarze jarzynowym 400ml Pulpecik wieprzowo -wołowy z dodatkiem soi w sosie pieczeniowym 100g/60ml (gluten pszenny, jaja) Mix kasz jęczmiennej i gryczanej 200g (gluten jęczmienny) Surówka z marchewki i selera z jogurtem naturalnym 150g (seler, mleko) Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Pieczeń drobiowa 50g (gluten pszenny) Pomidor 50g, ogórek 50g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka gotowana 50g Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenny) Masło 20g (mleko) Szynka gotowana 50g Pomidor 80g, sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Pieczeń drobiowa 50g (gluten pszenny) Pomidor 50g, ogórek 50g Herbata 200ml
PN	Salatka gyros z kurczakiem pieczonym 150g (jaja gorczyca)	Salatka gyros z kurczakiem pieczonym 150g (jaja gorczyca)	Salatka gyros z kurczakiem pieczonym 150g (jaja gorczyca)	Salatka gyros z kurczakiem pieczonym 150g (jaja gorczyca)
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 wyżej wymienione alergeny. Ze względu na sezonowość wymienione 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 PIĄTEK 14.11.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Twaróg 50g (mleko) Dżem 20g Ogórek 100g Pieczywo pszenno żytnie 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Twaróg 50g (mleko) Dżem 20g pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Twaróg 50g (mleko) Dżem 20g pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (mleko) Twaróg 70g (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 ogórkowa z ryżem białym i natką pietruszki (80g warzyw), zabilana śmietanką roślinną 400ml Ryba – morszczuk, smażona w panierce 100g (ryby, gluten pszenney, jaja) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, skropiona oliwą extra virgin 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml Pulpet rybny w sosie pomidorowym 100g/80ml (ryby, gluten pszenney, jaja) Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml Pulpet rybny w sosie pomidorowym 100g/80ml (ryby, gluten pszenney, jaja) Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ogórkowa z ryżem białym i natką pietruszki (80g warzyw), zabilana śmietanką roślinną 400ml Pulpet rybny w sosie pomidorowym 100g/80ml (ryby, gluten pszenney, jaja) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, skropiona oliwą extra virgin 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
Kolacja	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Paprykarz firmowy 100g (ryby) Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Pasta warzywna 100g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Pasta warzywna 100g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (gluten pszenney, żytni) Masło 20g (mleko) Paprykarz firmowy 100g (ryby) Pomidor 100g Herbata 200ml
PN	Serek homogenizowany 150g (mleko)	Serek homogenizowany 150g (mleko)	Serek homogenizowany 150g (mleko)	Sok pomidorowy 150g (mleko), 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 wyżej wymienione alergeny. Ze względu na sezonowość wymiennie podawane są owoce: jabłko, gruszką, mandarynka, banan, arbuz, nektarynka.

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP SOBOTA 15.11.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Ryż na mleku z cynamonem 400ml (mleko) Paszтет z formy 50g (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	Ryż na mleku z cynamonem 400ml (mleko) Szynka z indyka 50g Sałata 20g 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 Sałata 20g Pieczywo pszenne 100g (gluten pszenney) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Ryż na mleku z cynamonem 400ml (mleko) Paszтет z formy 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 jarzynowa z kolorową fasolką szparagową i ziemniaczkami zabelana śmietanką roślinną 400ml (seler) Risotto z mięsem z indyka w sosie pomidorowym z zielonym groszkiem 300g (gluten pszenney) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa jarzynowa z kolorową fasolką szparagową i ziemniaczkami zabelana śmietanką roślinną 400ml (seler) Risotto z mięsem z indyka w sosie pomidorowym z cukinią 300g (gluten pszenney) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa jarzynowa z kolorową fasolką szparagową i ziemniaczkami zabelana śmietanką roślinną 400ml (seler) Risotto z mięsem z indyka w sosie pomidorowym z cukinią 300g (gluten pszenney) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa jarzynowa z kolorową fasolką szparagową i ziemniaczkami zabelana śmietanką roślinną 400ml (seler) Risotto z ryżu brązowego z mięsem z indyka w sosie pomidorowym z zielonym groszkiem 300g (gluten pszenney) 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	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	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 wyżej wymienione alergeny. 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

