

DCZP SOBOTA 06.12.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (zawiera gluten jęczmienny) Szynka wiejska 50g Ogórek 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (zawiera gluten jęczmienny) Szynka wiejska 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (zawiera gluten jęczmienny) Szynka wiejska 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza jęczmienna na mleku 400ml (zawiera gluten jęczmienny) Szynka wiejska 50g Ogórek 100g Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenne, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
II ŚNIADANIE	Pieczywo żytnio – pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), twaróg 40g (zawiera mleko), owoc sezonowy 100g	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), , twaróg 40g (zawiera mleko), owoc sezonowy 100g	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), , twaróg 40g (zawiera mleko), owoc sezonowy 100g	Pieczywo graham 50g (zawiera gluten pszenne, żytni), masło 20g (zawiera mleko), twaróg 40g (zawiera mleko), owoc sezonowy 100g
OBIAD	Zupa grysikowa z ziemniaczkami na wywarze warzywnym 400ml (zawiera gluten pszenne) Risotto z mięsem z indyka i zielonym groszkiem 300g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa grysikowa z ziemniaczkami na wywarze warzywnym 400ml (zawiera gluten pszenne) Risotto z mięsem z indyka i cukinią 300g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa grysikowa z ziemniaczkami na wywarze warzywnym 400ml (zawiera gluten pszenne) Risotto z mięsem z indyka i cukinią 300g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa grysikowa z ziemniaczkami na wywarze warzywnym 400ml (zawiera gluten pszenne) Risotto z ryżu brązowego z mięsem z indyka i zielonym groszkiem 300g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Pieczeń kanapkowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenne, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Pieczeń kanapkowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml
PN	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	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 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 NIEDZIELA 07.12.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml Paszтет z formy 100g (zawiera gluten pszenney, jaja) Ogórek kiszony 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 400ml Twaróg 50g (zawiera mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 400ml Twaróg 50g (zawiera mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 400ml Paszтет z formy 100g (zawiera gluten pszenney, jaja) Ogórek kiszony 100g Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenney, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
II ŚNIADANIE	Pieczywo żytnio – pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), szynka 40g, pomidor 100g	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), szynka 40g, pomidor 100g	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), szynka 40g pomidor 100g	Pieczywo graham 50g (zawiera gluten pszenney, żytni), masło 20g (zawiera mleko), szynka 40g, pomidor 100g
OBIAD	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenney) Pieczeń wieprzowa w sosie 100g/80ml (zawiera gluten pszenney) Ziemniaki 200g Surówka wielowarzywna z kukurydzą i z olejem rzepakowym z l tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenney) Pieczeń wieprzowa w sosie 100g/80ml (zawiera gluten pszenney) Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenney) Pieczeń wieprzowa w sosie 100g/80ml (zawiera gluten pszenney) Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenney) Pieczeń wieprzowa w sosie 100g/80ml (zawiera gluten pszenney) Ziemniaki 200g Surówka wielowarzywna z kukurydzą i z olejem rzepakowym z l tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka drobiowa 50g Ogórek 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka drobiowa 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka drobiowa 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenney, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka drobiowa 50g Ogórek 100g Herbata 200ml
PN	Ciasteczka zbożowe bez cukru 2szt. (zawiera gluten pszenney, jaja, mleko)	Ciasteczka zbożowe bez cukru 2szt. (zawiera gluten pszenney, jaja, mleko)	Ciasteczka zbożowe bez cukru 2szt. (zawiera gluten pszenney, jaja, mleko)	Ciasteczka zbożowe bez cukru 2szt. (zawiera gluten pszenney, jaja, 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 PONIEDZIAŁEK 08.12.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA b/tłuszczowa	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Ryż na mleku 400ml Serek kanapkowy 50g (zawiera mleko) Pomidor 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Ryż na mleku 400ml Serek kanapkowy 50g (zawiera mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Ryż na mleku 400ml Serek kanapkowy 50g (zawiera mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Ryż na mleku 400ml Serek kanapkowy 50g (zawiera mleko) Pomidor 100g Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenney, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
II ŚNIADANIE	Pieczywo żytnio – pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), szynka 50g, owoc sezonowy 100g	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), szynka 50g, owoc sezonowy 100g	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), owoc sezonowy 100g	Pieczywo graham 50g (zawiera gluten pszenney, żytni), masło 20g (zawiera mleko), owoc sezonowy 100g
OBIAD	Zupa brokułowa z ziemniakami, zabelana mlekiem roślinnym 400ml (zawiera seler) Delikatny gulasz z kurczaka w kawałku z kalafiolem, papryką w sosie maślano – pomidorowym z mlekiem kokosowym 150g (zawiera gluten pszenney, mleko) Ryż z kurkumą 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa brokułowa z ziemniakami, zabelana mlekiem roślinnym 400ml (zawiera seler) Delikatny gulasz z kurczaka w kawałku z kalafiolem w sosie pomidorowym z mlekiem kokosowym 150g (zawiera gluten pszenney, mleko) Ryż z kurkumą 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa brokułowa z ziemniakami, zabelana mlekiem roślinnym 400ml (zawiera seler) Delikatny gulasz z kurczaka w kawałku z kalafiolem w sosie pomidorowym z mlekiem kokosowym 150g (zawiera gluten pszenney, mleko) Ryż z kurkumą 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa brokułowa z ziemniakami, zabelana mlekiem roślinnym 400ml (zawiera seler) Delikatny gulasz z kurczaka w kawałku z kalafiolem, papryką w sosie maślano – pomidorowym z mlekiem kokosowym 150g (zawiera gluten pszenney, mleko) Ryż brązowy z kurkumą 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka sopocka 50g Ogórek kiszony 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka sopocka 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka sopocka 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenney, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka sopocka 50g Ogórek kiszony 100g Herbata 200ml
PN	Smoothie mango na kefirze 150g (zawiera mleko)	Smoothie mango na kefirze 150g (zawiera mleko)	Smoothie mango na kefirze 150g (zawiera mleko)	Smoothie mango na kefirze 150g (zawiera 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 wyżej wymienione alergeny. Ze względu na sezonowość wymieniane podawane są owoce: jabłko, gruszką, mandarynka, banan, arbuz, nektarynka.

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP WTOREK 09.12.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA lekko strawna z ograniczeniem tłuszczów	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku (zawiera gluten pszenney) Parówki 100g/2szt. Ketchup 20g Pomidor 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza manna na mleku (zawiera gluten pszenney) Parówki 100g/2szt. Ketchup 20g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza manna na mleku (zawiera gluten pszenney) Szynka z indyka 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza manna na mleku (zawiera gluten pszenney) Parówki 100g/2szt. Ketchup 20g Pomidor 100g Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenney, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
II ŚNIADANIE	Pieczywo żytnio – pszenne 50g , masło 20g (zawiera mleko), twaróg 40g (zawiera mleko), ogórek 100g	Pieczywo pszenne 50g , masło 20g (zawiera mleko), , twaróg 40g (zawiera mleko), pomidor 100g	Pieczywo pszenne 50g , masło 20g (zawiera mleko), , twaróg 40g (zawiera mleko), pomidor 100g	Pieczywo graham 50g (zawiera gluten pszenney, żytni), masło 20g (zawiera mleko), twaróg 40g (zawiera mleko), ogórek 100g
OBIAD	Jesienny krem z dyni pieczonej z sokiem pomarańczowym i kaszą jaglaną posypyany grzankami pszennymi 400ml (zawiera gluten) Kotlet schabowy panierowany 100g (zawiera gluten pszenney, jaja) Ziemniaki 200g Surówka z ogórka kiszzonego z papryką i marchewką z olejem rzepakowym z l tł. 100g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Jesienny krem z dyni pieczonej z sokiem pomarańczowym i kaszą jaglaną posypyany grzankami pszennymi 400ml (zawiera gluten) Schab pieczony 100g Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Jesienny krem z dyni pieczonej z sokiem pomarańczowym i kaszą jaglaną posypyany grzankami pszennymi 400ml (zawiera gluten) Schab pieczony 100g Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Jesienny krem z dyni pieczonej z sokiem pomarańczowym i kaszą jaglaną posypyany grzankami pszennymi 400ml (zawiera gluten) Schab pieczony 100g Ziemniaki 200g Surówka z ogórka kiszzonego z papryką i marchewką z olejem rzepakowym z l tł. 100g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Twaróg 50g (zawiera mleko) Dżem 20g Ogórek 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Twaróg 50g (zawiera mleko) Dżem 20g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Twaróg 50g (zawiera mleko) Dżem 20g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenney, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Twaróg 70g (zawiera mleko) Ogórek 100g Herbata 200ml
PN	Salatka gyros z kurczakiem pieczonym i fasolą czerwoną 150g (zawiera jaja, gorczyca)	Salatka gyros z kurczakiem pieczonym 150g (zawiera jaja, gorczyca)	Salatka gyros z kurczakiem pieczonym 150g (zawiera jaja, gorczyca)	Salatka gyros z kurczakiem pieczonym i fasolą czerwoną 150g (zawiera jaja, gorczyca)
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 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 ŚRODA 10.12.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (zawiera gluten) Ser żółty 50g (zawiera mleko) Pomidor 80g, sałata 20g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (zawiera gluten) Serek kanapkowy 50g (zawiera mleko) Pomidor 80g, sałata 20g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (zawiera gluten) Serek kanapkowy 50g (zawiera mleko) Pomidor 80g, sałata 20g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (zawiera gluten) Ser żółty 50g (zawiera mleko) Pomidor 80g, sałata 20g Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenney, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
II ŚNIADANIE	Pieczywo żytnio – pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), szynka 40g, owoc sezonowy 1szt.	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), szynka 40g, owoc sezonowy 1szt.	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), szynka 40g, owoc sezonowy 1szt.	Pieczywo graham 50g (zawiera gluten pszenney, żytni), masło 20g (zawiera mleko), szynka 40g, owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa meksykańska z ryżem fasolą czerwoną, papryką, pomidorami z natką pietruszki 400ml Makaron z serem białym 300g (zawiera gluten pszenney, mleko) Polewa truskawkowo - jogurtowa 80ml (zawiera mleko) Surówka z marchewki tartej i ananasa skropiona oliwą z oliwek 100g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa meksykańska z ryżem, cukinią, marchewką i pomidorami z natką pietruszki 400ml Makaron z serem białym 300g (zawiera gluten pszenney, mleko) Polewa truskawkowo - jogurtowa 80ml (zawiera mleko) Marchewka gotowana 100g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa meksykańska z ryżem, cukinią, marchewką i pomidorami z natką pietruszki 400ml Makaron z serem białym 300g (zawiera gluten pszenney, mleko) Polewa truskawkowo - jogurtowa 80ml (zawiera mleko) Marchewka gotowana 100g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa meksykańska z ryżem fasolą czerwoną, papryką, pomidorami z natką pietruszki 400ml Makaron pełnoziarnisty z serem białym 300g (zawiera gluten pszenney, mleko) Polewa jogurtowa 80ml (zawiera mleko) Surówka z marchewki tartej i ananasa skropiona oliwą z oliwek 100g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka drobiowa 50g Ogórek 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka drobiowa 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka drobiowa 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenney, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka drobiowa 50g Ogórek 100g Herbata 200ml
PN	Jogurt owocowy 100ml (zawiera mleko)	Jogurt owocowy 100ml (zawiera mleko)	Jogurt owocowy 100ml (zawiera mleko)	Jogurt naturalny 100ml (zawiera 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 wyżej wymienione alergeny. Ze względu na sezonowość wymienienie 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 11.12.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 20g/200ml (zawiera gluten) Pasta mięsna z porem 100g (zawiera gluten pszenney, jaja) Ogórek kiszony 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza jęczmienna na mleku 20g/200ml (zawiera gluten) Pasta warzywna 100g pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza jęczmienna na mleku 20g/200ml (zawiera gluten) Pasta warzywna 100g pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza jęczmienna na mleku 20g/200ml (zawiera gluten) Pasta mięsna z porem 100g (zawiera gluten pszenney, jaja) Ogórek kiszony 100g Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenney, żytni) Masło 20g mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
II ŚNIADANIE	Pieczywo żytnio – pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), ser żółty 40g (zawiera mleko), ogórek 100g	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), ser żółty 40g (zawiera mleko), ogórek 100g	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), ser żółty 40g (zawiera mleko), ogórek 100g	Pieczywo graham 50g (zawiera gluten pszenney, żytni), masło 20g (zawiera mleko), ser żółty 40g (zawiera mleko), ogórek 100g
Obiad	Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty z natką pietruszki 400ml Gołąbki z mięsem mielonym wieprzowym bez zawijania 250g/2szt.(zawiera jaja) Sos pomidorowy 80ml (zawiera gluten pszenney) Ziemniaki 100g Surówka z buraczków gotowanych z prażonym słonecznikiem 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ziemniaczana na wywarze jarzynowym z koperkiem 40ml Pulpety wieprzowe z dodatkiem ryżu gotowanego/2szt. 150g (zawiera jaja) Sos pomidorowy 80ml (zawiera gluten pszenney) Ziemniaki 100g Surówka z buraczków gotowanych 150g	Zupa ziemniaczana na wywarze jarzynowym z koperkiem 40ml Pulpety wieprzowe z dodatkiem ryżu gotowanego/2szt. 150g (zawiera jaja) Sos pomidorowy 80ml (zawiera gluten pszenney) Ziemniaki 100g Surówka z buraczków gotowanych 150g	Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty z natką pietruszki 400ml Gołąbki z mięsem mielonym wieprzowym bez zawijania 250g/2szt.(zawiera jaja) Sos pomidorowy 80ml (zawiera gluten pszenney) Ziemniaki 100g Surówka z buraczków gotowanych z prażonym słonecznikiem 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
Kolacja	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka od szwagra 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka od szwagra 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka od szwagra 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenney, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka od szwagra 50g Pomidor 100g Herbata 200ml
gurt PN	Ciasto drożdżowe z owocami – wyrób Eko Katering 50g (zawiera gluten pszenney, jaja, mleko)	Ciasto drożdżowe z owocami – wyrób Eko Katering 50g (zawiera gluten pszenney, jaja, mleko)	Ciasto drożdżowe z owocami – wyrób Eko Katering 50g (zawiera gluten pszenney, 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 wyżej wymienione alergeny. Ze względu na sezonowość wymienione podawane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, banan, arbuz, nektarynka. ***Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011.***

DCZP PIĄTEK 12.12.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Ryż na mleku 400ml Twarożek ze szczypiorkiem 100g (zawiera mleko) ogórek 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Ryż na mleku 400ml Twarożek ziołowy 100g (zawiera mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Ryż na mleku 400ml Twarożek ziołowy 100g (zawiera mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Ryż na mleku 400ml Twarożek ze szczypiorkiem 100g (zawiera mleko) ogórek 100g Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenney, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
II ŚNIADANIE	Pieczywo żytnio – pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko) , szynka 40g, owoc sezonowy 1szt.	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko) , szynka 40g, owoc sezonowy 1szt.	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko) , szynka 40g, owoc sezonowy 1szt.	Pieczywo graham 50g (zawiera gluten pszenney, żytni) , masło 20g (zawiera mleko) , szynka 40g, owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa ogórkowa z ziemniaczkami na wywarze jarzynowym, zabelana śmietaną roślinną 400ml Kakaowe naleśniki z serkiem waniliowym 300g/3szt. (zawiera gluten pszenney, mleko, jaja) Polewa jogurtowo – brzoskwiniowa 80ml (zawiera mleko) Surówka z marchewki tartej i jabłka skropiona oliwą extra virgin 150g	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml Kakaowe naleśniki z serkiem waniliowym 300g/3szt. (zawiera gluten pszenney, mleko, jaja) Polewa jogurtowo – brzoskwiniowa 80ml (zawiera mleko) Marchewka gotowana 150g	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml Kakaowe naleśniki z serkiem waniliowym 300g/3szt. (zawiera gluten pszenney, mleko, jaja) Polewa jogurtowo – brzoskwiniowa 80ml (zawiera mleko) Marchewka gotowana 150g	Klasyczny barszcz ukraiński z fasolą, zabelany śmietanką roślinną na wywarze jarzynowym 400ml Udko z kurczaka pieczone 100g Ziemniaki 200g Surówka z marchewki tartej i jabłka skropiona oliwą extra virgin 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Ser żółty 50g (zawiera mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Serek kanapkowy 50g (zawiera mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Serek kanapkowy 50g (zawiera mleko) Pomidor 100g	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenney, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Ser żółty 50g (zawiera mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml
PN	Salatka makaronowa z tuńczykiem, groszkiem zielonym i kukurydzą 150g (zawiera ryby, gluten pszenney, jaja, gorczycę)	Salatka makaronowa z szynką i warzywami 150g (gluten pszenney, jaja, gorczycę)	Salatka makaronowa z szynką i warzywami 150g (gluten pszenney, jaja, gorczycę)	Salatka makaronowa z tuńczykiem, groszkiem zielonym i kukurydzą 150g (zawiera ryby, gluten pszenney, jaja, gorczycę)
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, 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 SOBOTA 13.12.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml (zawiera gluten pszenny) Szynka sopocka 50g ogórek 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (zawiera gluten pszenny) Szynka sopocka 50g Sałata 20g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (zawiera gluten pszenny) Szynka sopocka 50g Sałata 20g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki owsiane na mleku 400ml (zawiera gluten pszenny) Szynka sopocka 50g ogórek 100g Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenny, żytni) Masło 20g (mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
II ŚNIADANIE	Pieczywo żytnio – pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), twaróg 40g (zawiera mleko), owoc sezonowy 1szt.	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), twaróg 40g (zawiera mleko), owoc sezonowy 1szt.	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), twaróg 40g (zawiera mleko), owoc sezonowy 1szt.	Pieczywo graham 50g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło 20g (zawiera mleko), twaróg 40g (zawiera mleko), owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami dodatkiem mleka roślinnego 400ml (zawiera seler) Łazanki z kielbaską wieprzową, kapustą kiszoną i pieczarkami 300g (zawiera gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami dodatkiem mleka roślinnego 400ml (zawiera seler) Łazanki z mięsem wieprzowym mielonym i warzywami mieszanymi 300g (zawiera gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami dodatkiem mleka roślinnego 400ml (zawiera seler) Łazanki z mięsem wieprzowym mielonym i warzywami mieszanymi 300g (zawiera gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami dodatkiem mleka roślinnego 400ml (zawiera seler) Makaron razowy z kielbaską wieprzową, kapustą kiszoną i pieczarkami 300g (zawiera gluten pszenny) Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Pasztet pieczony (zawiera gluten pszenny, jaja) Ogórek kiszony 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka drobiowa 50g pomidor 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka drobiowa 50g pomidor 20g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenny, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Pasztet pieczony (zawiera gluten pszenny, jaja) Ogórek kiszony 100g Herbata 200ml
PN	Kisiel owocowy 150g, biszkopeciki 10g (zawiera gluten pszenny, jaja)	Kisiel owocowy 150g, biszkopeciki 10g (zawiera gluten pszenny, jaja)	Kisiel owocowy 150g, biszkopeciki 10g (zawiera gluten pszenny, jaja)	Sok pomidorowy 150ml, wafle ryżowe wysokobłonnikowe 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 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 NIEDZIELA 14.12.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml (zawiera gluten pszenny) Twaróg 50g (zawiera mleko) Dżem 20g ogórek 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko)- Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml (zawiera gluten pszenny) Twaróg 50g (zawiera mleko) Dżem 20g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml (zawiera gluten pszenny) Twaróg 50g (zawiera mleko) Dżem 20g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Kasza manna na mleku 400ml (zawiera gluten pszenny) Twaróg 50g (zawiera mleko) ogórek 70g Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenny, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
II ŚNIADANIE	Pieczywo żytnio – pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), szynka 40g, owoc sezonowy 1szt.	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), szynka 40g, owoc sezonowy 1szt.	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), szynka 40g, owoc sezonowy 1szt.	Pieczywo graham 50g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło 20g (zawiera mleko), szynka 40g, owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Gulasz wieprzowy 150g Ziemniaki 200g Surówka wielowarzywna z papryką i marchewką z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Gulasz wieprzowy 150g Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Gulasz wieprzowy 150g Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Gulasz wieprzowy 150g Ziemniaki 200g Surówka wielowarzywna z papryką i marchewką z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot wieloowocowy 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Pieczeń kanapkowa 50g (zawiera gluten pszenny, jaja) Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka kanapkowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka kanapkowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenny, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Pieczeń kanapkowa 50g (zawiera gluten pszenny, jaja) Pomidor 100g Herbata 200ml
PN	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Jogurt naturalny 100ml (zawiera 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 wyżej wymienione alergeny. Ze względu na sezonowość wymiennie podawane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, banan, arbuz, nektarynka., truskawki

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

DCZP PONIEDZIAŁEK 15.12.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (zawiera gluten jęczmienny) Szynka wiejska 50g Ogórek 100g Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (zawiera gluten jęczmienny) Szynka wiejska 50g pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (zawiera gluten jęczmienny) Szynka wiejska 50g pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (zawiera gluten jęczmienny) Szynka wiejska 50g ogórek 100g Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenney, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml
II ŚNIADANIE	Pieczywo żytnio – pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), ser żółty 40g (zawiera mleko), owoc sezonowy 1szt.	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), szynka 40g (zawiera mleko), owoc sezonowy 1szt.	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), szynka 40g (zawiera mleko), owoc sezonowy 1szt.	Pieczywo graham 50g (zawiera gluten pszenney, żytni), masło 20g (zawiera mleko), ser żółty 40g (zawiera mleko), owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa krem z warzyw zielonych z grzankami na wywarze jarzynowym 400ml (zawiera gluten pszenney) Chili con carne z mięsem wieprzowym mielonym, fasolą czerwoną i kukurydzą 150g (gluten pszenney) Ryż paraboliczny 200g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa krem z warzyw zielonych z grzankami na wywarze jarzynowym 400ml (zawiera gluten pszenney) Chili con carne z mięsem wieprzowym mielonym, marchewką i cukinią 150g (gluten pszenney) Ryż paraboliczny 200g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa krem z warzyw zielonych z grzankami na wywarze jarzynowym 400ml (zawiera gluten pszenney) Chili con carne z mięsem wieprzowym mielonym, marchewką i cukinią 150g (gluten pszenney) Ryż paraboliczny 200g Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa krem z warzyw zielonych z grzankami na wywarze jarzynowym 400ml (zawiera gluten pszenney) Chili con carne z mięsem wieprzowym mielonym, fasolą czerwoną i kukurydzą 150g (gluten pszenney) Ryż brązowy 200g Kompot wieloowocowy 200ml
Kolacja	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Serek kanapkowy 50g (zawiera mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Serek kanapkowy 50g (zawiera mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Serek kanapkowy 50g (zawiera mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenney, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Serek kanapkowy 50g (zawiera mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml
PN	Smoothie malina – brzoskwinia na jogurcie greckim 150g (mleko)	Smoothie malina – brzoskwinia na jogurcie greckim 150g (mleko)	Smoothie malina – brzoskwinia na jogurcie greckim 150g (mleko)	Smoothie malina – brzoskwinia na jogurcie greckim 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 wyżej wymienione alergeny. Ze względu na sezonowość wymiennie podawane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, banan, arbuz, nektarynka. Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

