

DCZP PIĄTEK II DZIEŃ ŚWIAT 26.12.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml Szynka myśliwska 50g pomidor 100g Pieczywo żytnie i pszenne 100g (zawiera gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 250 ml (zawiera gluten żytni, gluten z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml Szynka myśliwska 50g Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten pszenenny) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 250ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml Szynka myśliwska 50g pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten pszenenny) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 250ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml Szynka myśliwska 50g pomidor 100g Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 250ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 250ml
II ŚNIADANIE	Pieczywo żytnio – pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), serek kanapkowy 50g(zawiera mleko), pomidor 100g	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), serek kanapkowy 50g(zawiera mleko), pomidor 100g	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), serek kanapkowy 50g(zawiera mleko), pomidor 100g	Pieczywo graham 50g (zawiera gluten pszenenny, żytni), masło 20g (zawiera mleko), serek kanapkowy 50g(zawiera mleko), pomidor 100g
OBIAD	Żurek królewski z kiełbaską podsuszaną, jajeczkiem i ziemniakami 400ml (zawiera gluten żytni, jaja) Kotlet drobiowy zapiekany z ananasem i serem 100g (zawiera mleko) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty czerwonej i papryki z olejem rzepakowym z l tł. 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml Kotlet drobiowy zapiekany 100g Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml Kotlet drobiowy zapiekany 100g Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Żurek królewski z kiełbaską podsuszaną, jajeczkiem i ziemniakami 400ml (zawiera gluten żytni, jaja) Kotlet drobiowy zapiekany z ananasem i serem 100g (zawiera mleko) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty czerwonej i papryki z olejem rzepakowym z l tł. 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Galaretką drobiowa 50g Szynka wiejska 50g Ogórek kiszony 100g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Galaretką drobiowa 50g Szynka wiejska 50g pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Galaretką drobiowa 50g Szynka wiejska 50g pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Galaretką drobiowa 50g Szynka wiejska 50g Ogórek kiszony 100g Herbata 250 ml
PN	Sernik tradycyjny 50g (zawiera gluten pszenenny, jaja, mleko)	Sernik tradycyjny 50g (zawiera gluten pszenenny, jaja, mleko)	Sernik tradycyjny 50g (zawiera gluten pszenenny, jaja, mleko)	Salatka z wędliną i jajkiem 150g (zawiera jaja)
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 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 SOBOTA 27.12.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml (zawiera gluten pszenny) Serek kanapkowy 50g (zawiera mleko) ogórek 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 400ml (zawiera gluten pszenny) 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	Kasza manna na mleku 400ml (zawiera gluten pszenny) 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	Kasza manna na mleku 400ml (zawiera gluten pszenny) Serek kanapkowy 50g (zawiera mleko) ogórek 100g 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), 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 brokułowa 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 brokułowa 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 brokułowa 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 brokułowa 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) Pieczeń drobiowa 50g (zawiera gluten pszenny, jaja) Ogórek kiszony 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szyńka drobiowa 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szyńka drobiowa 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenny, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) jaja) Ogórek kiszony 100g Herbata 200ml
PN	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	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 wymieniane 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 28.12.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza gryczana na mleku 400ml 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 gryczana na mleku 400ml 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 gryczana na mleku 400ml 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 gryczana na mleku 400ml Twaróg 70g (zawiera mleko) ogórek 100g 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) Udko z kurczaka pieczone 150g Ziemniaki 200g Surówka wielowarzywna z groszkiem zielonym i koperkiem z oliwą extra virgin 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Udko z kurczaka pieczone 150g Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Udko z kurczaka pieczone 150g Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Udko z kurczaka pieczone 150g Ziemniaki 200g Surówka wielowarzywna z groszkiem zielonym i koperkiem z oliwą extra virgin 150g Kompot wieloowocowy 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) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka kanapkowa 50g(zawiera mleko) Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenny, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Ser żółty 50g (zawiera mleko) Pomidor 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 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 PONIEDZIAŁEK 29.12.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku 400ml (zawiera gluten) Paszтет pieczony z formy 50g (zawiera gluten pszen ny, 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 jęczmienne na mleku 400ml (zawiera gluten) Szynka konserwowa 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) Szynka konserwowa 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) Paszтет pieczony z formy 50g (zawiera gluten pszen ny, jaja) Ogórek kiszony 100g Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszen ny, 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 pszen ny, żytni), masło 20g (zawiera mleko), ser żółty 40g (zawiera mleko), owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa szpinakowa z ryżem na wywarze warzywnym 400ml Sos bolognese z mięsem wieprzowym mielonym 150g (zawiera gluten pszen ny) Makaron z pszenicy durum 200g (zawiera gluten pszen ny) Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa szpinakowa z ryżem na wywarze warzywnym 400ml Sos bolognese z mięsem wieprzowym mielonym 150g (zawiera gluten pszen ny) Makaron z pszenicy durum 200g (zawiera gluten pszen ny) Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa szpinakowa z ryżem na wywarze warzywnym 400ml Sos bolognese z mięsem wieprzowym mielonym 150g (zawiera gluten pszen ny) Makaron z pszenicy durum 200g (zawiera gluten pszen ny) Kompot wieloowocowy 200ml	Zupa szpinakowa z ryżem na wywarze warzywnym 400ml Sos bolognese z mięsem wieprzowym mielonym 150g (zawiera gluten pszen ny) Makaron brązowy 200g (zawiera gluten pszen ny) Kompot wieloowocowy 200ml
Kolacja	Pieczywo żytnio - 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 pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszen ny, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka drobiowa 50g Pomidor 100g Herbata 200ml
PN	Koktajl malinowo- buraczkowy na maśle 150ml (zawiera mleko)	Koktajl malinowo- buraczkowy na maśle 150ml (zawiera mleko)	Koktajl malinowo- buraczkowy na maśle 150ml (zawiera mleko)	Koktajl malinowo- buraczkowy na maśle 150ml (zawiera 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 wymieniane podawane są owoce: jabłko, gruszka, mandarynka, banan, arbuz, nektarynka. Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP WTOREK 30.12.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Ryż na mleku z cynamonem 400ml Parówki 100g/2szt. Ketchup 20g Ogórek kiszony 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 z cynamonem 400ml Parówki 100g/2szt. Ketchup 20g Ogórek kiszony 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 200ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) Herbata 200ml	Ryż na mleku z cynamonem 400ml Szyunka 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	Ryż na mleku z cynamonem 400ml Parówki 100g/2szt. Ketchup 20g Ogórek kiszony 100g 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), twaróg 40g (zawiera mleko), pomidor 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 pszenny, żytni), masło 20g (zawiera mleko), twaróg 40g (zawiera mleko), pomidor 100g
OBIAD	Krem z warzyw białych posypyany grzankami z dodatkiem śmietanki roślinnej 400ml (zawiera gluten pszenny) Gulasz drobiowy z marchewką 150g (zawiera gluten pszenny, jaja) Kasza bulgur 200g (zawiera gluten pszenny) Surówka z kapusty białej z porem i olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Krem z warzyw białych posypyany grzankami z dodatkiem śmietanki roślinnej 400ml (zawiera gluten pszenny) Gulasz drobiowy z marchewką 150g (zawiera gluten pszenny, jaja) Kasza bulgur 200g (zawiera gluten pszenny) Fasolka szparagowa 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Krem z warzyw białych posypyany grzankami z dodatkiem śmietanki roślinnej 400ml (zawiera gluten pszenny) Gulasz drobiowy z marchewką 150g (zawiera gluten pszenny, jaja) Kasza bulgur 200g (zawiera gluten pszenny) Fasolka szparagowa 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Krem z warzyw białych posypyany grzankami z dodatkiem śmietanki roślinnej 400ml (zawiera gluten pszenny) Gulasz drobiowy z marchewką 150g (zawiera gluten pszenny, jaja) Kasza bulgur 200g (zawiera gluten pszenny) Surówka z kapusty białej z porem i olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Paprykarz 100g (zawiera seler, ryba) ogórek 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Pasta warzywna 100g (zawiera jaja, gorczycę) pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Pasta warzywna 100g (zawiera jaja, gorczycę) pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenny, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Paprykarz 100g (zawiera seler, ryba) ogórek 100g Herbata 200ml
PN	Budyń na mleku 150g (zawiera mleko), herbatnik maślany 10g (zawiera gluten pszenny, jaja, mleko)	Budyń na mleku 150g (zawiera mleko), herbatnik maślany 10g (zawiera gluten pszenny, jaja, mleko)	Budyń na mleku 150g (zawiera mleko), herbatnik maślany 10g (zawiera gluten pszenny, jaja, mleko)	Salatka z winogretem 150g
Wartości odżywcze	Kcal; 2272 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 309 Błonnik 20,5 Sól 3,1	Kcal; 2260 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 311 Błonnik 23 Sól 3,1	Kcal; 2260 Białko 98 Tłuszcz 74, nkt 15 Węglowodany 311 Błonnik 23 Sól 3,1	Kcal; 2272 Białko 98 Tłuszcz 71, nkt 15 Węglowodany 309 Błonnik 20,5 Sól 3,4

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać 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 ŚRODA 31.12.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml (zawiera gluten pszenenny, mleko) Twarożek ziołowy 100g (zawiera mleko) ogórek 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten pszenenny) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 250 ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml (zawiera gluten pszenenny, mleko) Twarożek ziołowy 100g (zawiera mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten pszenenny) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 250 ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml (zawiera gluten pszenenny, mleko) Twarożek ziołowy 100g (zawiera mleko) Pomidor 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten pszenenny) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 250 ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml (zawiera gluten pszenenny, mleko) Twarożek ziołowy 100g (zawiera mleko) Ogórek b 100g Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenenny, żytni) Masło 20g mleko) Kawa zbożowa 250 ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml
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 pszenenny, żytni), masło 20g (zawiera mleko), szynka 40g, owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Barszcz biały z kiełbaską wieprzową i ziemniaczkami 400ml (zawiera gluten pszenenny) Rolada drobiowa zapiekana ze szpinakiem 100g Ziemniaki 200g Coleslaw z kapusty czerwonej i białej ze śmietaną 150g (zawiera mleko) Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ziemniaczana na wywarze warzywnym 400ml Rolada drobiowa zapiekana ze szpinakiem 100g Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa ziemniaczana na wywarze warzywnym 400ml Rolada drobiowa zapiekana ze szpinakiem 100g Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Barszcz biały z kiełbaską wieprzową i ziemniaczkami 400ml (zawiera gluten pszenenny) Rolada drobiowa zapiekana ze szpinakiem 100g Ziemniaki 200g Coleslaw z kapusty czerwonej i białej ze śmietaną 150g (zawiera mleko) Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (zawiera gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka wiejska 50g Ogórek kiszony 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g(zawiera gluten pszenenny) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka wiejska 50g Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenne 100g(zawiera gluten pszenenny) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka wiejska 50g Pomidor 100g Herbata 250 ml	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenenny, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka wiejska 50g Ogórek kiszony 100g Herbata 250ml
PN	Salatka makaronowa z szynką drobiową i warzywami 150g (zawiera gluten pszenenny, jaja, gorczyca)	Salatka makaronowa z szynką drobiową i warzywami 150g (zawiera gluten pszenenny, jaja, gorczyca)	Salatka makaronowa z szynką drobiową i warzywami 150g (zawiera gluten pszenenny, jaja, gorczyca)	Salatka makaronem razowym z szynką drobiową i warzywami 150g (zawiera gluten pszenenny, jaja, gorczyca)
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 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 01.01.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA b/tłuszczowa	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml Pieczeń drobiowa 50g Ogórek 100g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten pszenney) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 250 ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml Szyńka drobiowa 50g Sałata 20g Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 250 ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml Szyńka drobiowa 50g Sałata 20g Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten pszenney) Masło 20g (zawiera mleko) Kawa zbożowa 250 ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml Pieczeń drobiowa 50g Ogórek 100g Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenney, żytni) Masło 20g mleko) Kawa zbożowa 250 ml (zawiera gluten żytni, z jęczmienia, mleko) herbata 250ml
II ŚNIADANIE	Pieczywo żytnio – pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), twarożek 40g (zawiera mleko), owoc sezonowy 1szt.	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), twarożek 40g (zawiera mleko), owoc sezonowy 1szt.	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), twarożek 40g (zawiera mleko), owoc sezonowy 1szt.	Pieczywo graham 50g (zawiera gluten pszenney, żytni), masło 20g (zawiera mleko), twarożek 40g (zawiera mleko), owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (zawiera gluten pszenney, seler) Schab pieczony w sosie kurkowym 100g/80g (zawiera gluten pszenney) Ziemniaki 200g Surówka porowa z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (zawiera gluten pszenney, seler) Schab pieczony w sosie kurkowym 100g/80g (zawiera gluten pszenney) Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (zawiera gluten pszenney, seler) Schab pieczony w sosie 100g/80g Schab pieczony w sosie kurkowym 100g/80g (zawiera gluten pszenney) Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 400ml (zawiera gluten pszenney, seler) Schab pieczony w sosie kurkowym 100g/80g (zawiera gluten pszenney) Ziemniaki 200g Surówka porowa z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnie i pszenne 100g (zawiera gluten pszenney, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Paszтет pieczony z indyka 50g (zawiera gluten pszenney, jaja) Ogórek kiszony 100g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten pszenney) Masło 20g (zawiera mleko) Szyńka z indyka 50g Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten pszenney) Masło 20g (zawiera mleko) Szyńka z indyka 50g Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenney, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Paszтет pieczony z indyka 50g (zawiera gluten pszenney, jaja) Ogórek kiszony 100g Herbata 250ml
PN	Jogurt owocowy 100ml (zawiera mleko)	Jogurt owocowy 100ml (zawiera mleko)	Jogurt owocowy 100ml (zawiera mleko)	Jogurt naturalny 100ml (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 wymiennie podawane są owoce: jabłko, gruszką, mandarynka, banan, arbuz, nektarynka.

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr Weronika Kosińska

DCZP PIĄTEK 02.01.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA lekko strawna z ograniczeniem tłuszczów	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza gryczana na mleku 400ml Ser żółty 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	Kasza gryczana 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	Kasza gryczana 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	Kasza gryczana na mleku 400ml Ser żółty 50g (zawiera mleko) Pomidor 100g 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 sez. 1szt.	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), t szynka 40g, owoc sez. 1szt.	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), szynka 40g, owoc sez. 1szt.	Pieczywo graham 50g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło 20g (zawiera mleko) szynka 40g, owoc sez. 1szt.
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem, zabelana śmietaną roślinną z natką pietruszki 400ml (zawiera gluten pszenny) Ryba – mintaj, panierowana 100g (zawiera gluten pszenny, jaja) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem kminku i oliwy extra virgin 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem, zabelana śmietaną roślinną z natką pietruszki 400ml (zawiera gluten pszenny) Ryba – mintaj, parowana w piecu konwekcyjnym 100g (zawiera gluten pszenny, jaja) Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem, zabelana śmietaną roślinną z natką pietruszki 400ml (zawiera gluten pszenny) Ryba – mintaj, parowana w piecu konwekcyjnym 100g (zawiera gluten pszenny, jaja) Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem, zabelana śmietaną roślinną z natką pietruszki 400ml (zawiera gluten pszenny) Ryba – mintaj, parowana w piecu konwekcyjnym 100g (zawiera gluten pszenny, jaja) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem kminku i oliwy extra virgin 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka z indyka 50g Ogórek 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka z indyka 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka z indyka 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenny, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka z indyka 50g Ogórek 100g Herbata 200ml
PN	Kisiel z owocami 150ml, herbatniki 10g (zawiera gluten pszenny, jaja, mleko)	Kisiel z owocami 150ml, herbatniki 10g (zawiera gluten pszenny, jaja, mleko)	Kisiel z owocami 150ml, herbatniki 10g (zawiera gluten pszenny, jaja, mleko)	Sok pomidorowy 200ml, wafle ryżowe 2szt.
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, 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 SOBOTA 03.01.2026

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKO STRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml 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	Płatki owsiane na mleku 400ml 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	Płatki owsiane na mleku 400ml 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	Płatki owsiane na mleku 400ml Twaróg 70g (zawiera mleko) Pomidor 100g 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), ser żółty 40g (zawiera mleko), 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), ser żółty 40g (zawiera mleko), owoc sezonowy 1szt.
OBIAD	Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym ze śmietanką roślinną Bigos z kapusty kiszonej ze śliwką suszoną 150g Ziemniaki 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym ze śmietanką roślinną Kąski drobiowe z warzywami mieszanymi 150g Ziemniaki 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym ze śmietanką roślinną Kąski drobiowe z warzywami mieszanymi 150g Ziemniaki 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym ze śmietanką roślinną Bigos z kapusty kiszonej ze śliwką suszoną 150g Ziemniaki 200g Kompot z owoców mieszanych 200ml
KOLACJA	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka gotowana 50g pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka gotowana 50g pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka gotowana 50g pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenny, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Szynka gotowana 50g pomidor 100g Herbata 200ml
PN	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Salatka ziemniaczana z jajkiem 150g (zawiera 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 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 04.01.2025

Posiłki	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 20g/200ml (zawiera gluten) 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	Kasza jęczmienna na mleku 20g/200ml (zawiera gluten) 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	Kasza jęczmienna na mleku 20g/200ml (zawiera gluten) 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	Kasza jęczmienna na mleku 20g/200ml (zawiera gluten) Serek kanapkowy 50g (zawiera mleko) Pomidor 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), szynka 40g (zawiera mleko), ogórek kiszony 100g	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), szynka 40g (zawiera mleko), pomidor 100g	Pieczywo pszenne 50g, masło 20g (zawiera mleko), szynka 40g (zawiera mleko), pomidor 100g	Pieczywo graham 50g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło 20g (zawiera mleko), szynka 40g (zawiera mleko), ogórek kiszony 100g
Obiad	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Tradycyjny kotlet mielony pieczony w piecu konwekcyjnym 100g (zawiera gluten pszenny, jaja) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Tradycyjny kotlet mielony pieczony w piecu konwekcyjnym 100g (zawiera gluten pszenny, jaja) Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Tradycyjny kotlet mielony pieczony w piecu konwekcyjnym 100g (zawiera gluten pszenny, jaja) Ziemniaki 200g Kalafior gotowany 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml	Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem i natką pietruszki 400ml (seler, gluten pszenny) Tradycyjny kotlet mielony pieczony w piecu konwekcyjnym 100g (zawiera gluten pszenny, jaja) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym z I tłoczenia 150g Kompot z owoców mieszanych 200ml
Kolacja	Pieczywo żytnio - pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Polędwica sopocka 50g Ogórek 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Polędwica sopocka 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (zawiera gluten) Masło 20g (zawiera mleko) Polędwica sopocka 50g Pomidor 100g Herbata 200ml	Pieczywo graham 100g (zawiera gluten pszenny, żytni) Masło 20g (zawiera mleko) Polędwica sopocka 50g Pomidor 100g Herbata 200ml
PN	Ciasteczko zbożowe bez cukru 2szt. (zawiera gluten pszenny, jaja, mleko)	Ciasteczko zbożowe bez cukru 2szt. (zawiera gluten pszenny, jaja, mleko)	Ciasteczko zbożowe bez cukru 2szt. (zawiera gluten pszenny, jaja, mleko)	Ciasteczko zbożowe bez cukru 2szt. (zawiera gluten pszenny, jaja, 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, gorczyce, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny. Ze względu na sezonowość wymienienne 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

