

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	<p>makaron na mleku 250ml (1P, 3, 7), skład: mleko 2%, makaron, sól wędlina drobiowa 50g, ser żółty 50g (7), mix maślany 11g (7), chleb pszenny 2 kromki (1P), chleb razowy 1 kromka (1Ż), herbata 250ml pomidor 70g sałata 12g</p>	<p>makaron na mleku 250ml (1P, 3, 7), skład: mleko 2%, makaron, sól wędlina drobiowa 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), kawiarka 4 kromki (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</p>	<p>makaron na mleku 250ml (1P, 3, 7), skład: mleko 2%, makaron, sól wędlina drobiowa 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), chleb razowy 3 kromki (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</p>
ŚNIADANIE II	banan 150g	banan 150g	banan 150g
OBIAD	<p>zupa chłopska z zacierką 350ml (1P, 3, 9), skład: bulion drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, ziemianki, natka pietruszki, makaron zacierkowy, sól, pieprz (60g warzyw bez ziemniaków) pulpety rybne w sosie koperkowym 120g/80g (1P, 3, 4) skład: filet z ryby, bułka tarta, jajko, mąka pszenna, sól, pieprz, koperek ziemniaki 200g surówka z kapusty kiszonej 90g herbata owocowa 250ml</p>	<p>zupa chłopska z zacierką 350ml (1P, 3, 9), skład: bulion drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, ziemianki, makaron zacierkowy, sól, pieprz, natka pietruszki (60g warzyw bez ziemniaków) pulpety rybne w sosie koperkowym 120g/80g (1P, 3, 4) skład: filet z ryby, bułka tarta, jajko, mąka pszenna, sól, pieprz, koperek ziemniaki 200g marchewka gotowana 90g herbata owocowa 250ml</p>	<p>zupa chłopska z zacierką 350ml (1P, 3, 9), skład: bulion drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, ziemianki, makaron zacierkowy, sól, pieprz, natka pietruszki (60g warzyw bez ziemniaków) pulpety rybne w sosie koperkowym 120g/80g (1P, 3, 4) skład: filet z ryby, bułka tarta, jajko, mąka pszenna, sól, pieprz, koperek surówka z kapusty kiszonej 90g herbata owocowa 250ml</p>
KOLACJA	<p>Sałatka jarzynowa 100g (3, 9), skład: ziemniaki, marchewka, pietruszka, natka pietruszki, seler, jajko, sól, pieprz, majonez (35g warzyw bez ziemniaków) wędlina wieprzowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny 2 kromki (1P), chleb razowy 1 kromka (1Ż), herbata 250ml ogórek 50g sałata 12g</p>	<p>Sałatka jarzynowa 100g (3, 9), skład: ziemniaki, marchewka, pietruszka, natka pietruszki, seler, jajko, sól, pieprz, majonez (35g warzyw bez ziemniaków) wędlina wieprzowa 50g, mix maślany 11g (7), kawiarka 4 kromki (1P), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g</p>	<p>Sałatka jarzynowa 100g (3, 9), skład: ziemniaki, marchewka, pietruszka, natka pietruszki, seler, jajko, sól, pieprz, majonez (35g warzyw bez ziemniaków) wędlina wieprzowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 3 kromki (1Ż), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g</p> <p>Dodatek cukrzycowy: jabłko 100g</p>
KOLACJA II	wafle ryżowe 30g	wafle ryżowe 30g	wafle ryżowe 30g

Dobowa wartość energetyczna i odżywcza	Wartość energetyczna: 2312,9 kcal Białko: 111,8 g Węglowodany: 304,9 g Tłuszcze: 84,5 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 24,3g Błonnik pokarmowy:34,69g sól: 5,08g	Wartość energetyczna: 2163,4 kcal Białko: 109,7 g Węglowodany: 301,3 g Tłuszcze: 79,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 22,8g Błonnik pokarmowy: 32,45g sól: 4,98g	Wartość energetyczna: 2031,8 kcal Białko: 107,4 g Węglowodany: 292,1 g Tłuszcze: 74,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 21,4g Błonnik pokarmowy:30,47g sól: 4,96g
---	--	--	--

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	kawa zbożowa Inka 250ml (1,7), skład: mleko 2%, kawa zbożowa, cukier wędlina drobiowa 50g, ser topiony 50g (7), mix maślany 11g (7), chleb pszenny 2 kromki (1P), chleb razowy 1 kromka (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g	kawa zbożowa Inka 250ml (1,7), skład: mleko 2%, kawa zbożowa, cukier wędlina drobiowa 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), kawiarka 4 kromki (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g	kawa zbożowa Inka 250ml (1,7), skład: mleko 2%, kawa zbożowa, cukier wędlina drobiowa 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), chleb razowy 3 kromki (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g
ŚNIADANIE II	mandarynka 80g	mandarynka 80g	mandarynka 80g
OBIAD	Pomidorowa z makaronem 350ml (1,3,7,9), skład: bulion drobiowy, marchew, pomidory, koncentrat pomidorowy, pietruszka, seler, por, makaron, mleko 2%, sól, pieprz (60g warzyw) leczo z cieciorką 200g (1P,9) skład: kiełbasa wieprzowa, cukinia, marchewka, pietruszka, seler, cieciorka, pieczarki, cebula, pomidory, mąka pszenna, sól, pieprz (100g warzyw) ryż 200g herbata owocowa 250ml	Pomidorowa z makaronem 350ml (1,3,7,9), skład: bulion drobiowy, marchew, pomidory, koncentrat pomidorowy, pietruszka, seler, por, makaron, mleko 2%, sól, pieprz (60g warzyw) leczo z cieciorką 200g (1P,9) skład: kiełbasa wieprzowa, cukinia, marchewka, pietruszka, seler, cieciorka, pieczarki, cebula, pomidory, mąka pszenna, sól, pieprz (100g warzyw) ryż 200g herbata owocowa 250ml	Pomidorowa z makaronem 350ml (1,3,7,9), skład: bulion drobiowy, marchew, pomidory, koncentrat pomidorowy, pietruszka, seler, por, makaron, mleko 2%, sól, pieprz (60g warzyw) leczo z cieciorką 200g (1P,9) skład: kiełbasa wieprzowa, cukinia, marchewka, pietruszka, seler, cieciorka, pieczarki, cebula, pomidory, mąka pszenna, sól, pieprz (100g warzyw) ryż 200g herbata owocowa 250ml
KOLACJA	jajko gotowane 1 szt. (3), wędlina wieprzowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny 2 kromki (1P), chleb razowy 1 kromka (1Ż), herbata 250ml ogórek 50g sałata 12g	jajko gotowane 1 szt. (3), wędlina wieprzowa 50g, mix maślany 11g (7), kawiarka 4 kromki (1P), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g	jajko gotowane 1 szt. (3), wędlina wieprzowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 3 kromki (1Ż), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g Dodatek cukrzycowy: kiełbasa Śląska 40g
KOLACJA II	sok warzywny 300 ml	sok warzywny 300 ml	sok warzywny 300 ml
Dobowa wartość	Wartość energetyczna: 2083,7 KCAL	Wartość energetyczna: 2075,8 KCAL	Wartość energetyczna: 2069,4 KCAL

energetyczna i odżywcza 2083,7 KCAL	Białko: 103,4g Węglowodany: 254,1g Tłuszcze: 73,3g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 22,6g Błonnik pokarmowy: 32,1g sól: 5,84g	Białko: 101,7g Węglowodany: 249,3g Tłuszcze: 67,9g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 21,5g Błonnik pokarmowy: 31,8g sól: 5,25g	Białko: 98,5g Węglowodany: 253,6g Tłuszcze: 65,3g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,8g Błonnik pokarmowy: 30,9g sól: 5,03g
--	--	--	---

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać **śladowe ilości alergenów**: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	<i>kakao na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, kakao, cukier parówka 1 szt., ketchup łagodny 20g, twarożek 80g (7), mix maślany 11g (7), chleb pszenny 2 kromki (1P), chleb razowy 1 kromka (1Ż) herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</i>	<i>kakao na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, kakao, cukier parówka 1 szt., ketchup łagodny 20g, twarożek 80g (7), mix maślany 11g (7), kawiarka 4 kromki (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</i>	<i>kakao na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, kakao parówka 1 szt., ketchup łagodny 20g, twarożek 80g (7), mix maślany 11g (7), chleb razowy 3 kromki (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</i>
ŚNIADANIE	<i>jabłko 150g</i>	<i>jabłko 150g</i>	<i>jabłko 150g</i>
OBIAD	<i>Rosół z grysiem 350ml (1P,9), skład: bulion drobiowy, seler, por, marchew, pietruszka, sól, pieprz, kasza manna (20g warzyw) kurczak z pieca 120g, ziemniaki 200g surówka z białej kapusty 100g skład: kapusta biała, marchew, olej, sól, pieprz herbata owocowa 250ml</i>	<i>Rosół z grysiem 350ml (1P,9), skład: bulion drobiowy, seler, por, marchew, pietruszka, sól, pieprz, kasza manna (20g warzyw) kurczak z pieca 120g, ziemniaki 200g bukiet warzyw gotowanych 100g skład: marchew, brokuł, kalafior herbata owocowa 250ml</i>	<i>Rosół z grysiem 350ml (1P,9), skład: bulion drobiowy, seler, por, marchew, pietruszka, sól, pieprz, kasza manna (20g warzyw) kurczak z pieca 120g, ziemniaki 200g surówka z białej kapusty 100g skład: kapusta biała, marchew, olej, sól, pieprz herbata owocowa 250ml</i>
KOLACJA	<i>wędlina wieprzowa 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), chleb pszenny 2 kromki (1P), chleb razowy 1 kromka (1Ż) herbata 250ml, ogórek 60g sałata 12g</i>	<i>wędlina wieprzowa 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), kawiarka 4 kromki (1P), herbata 250ml, ogórek 60g sałata 12g</i>	<i>wędlina wieprzowa 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), chleb razowy 3 kromki (1Ż), herbata 250ml, ogórek 60g sałata 12g Dodatek cukrzycowy: jajko gotowane 1 szt. (3),</i>
KOLACJA II	<i>jogurt naturalny 100ml (7)</i>	<i>jogurt naturalny 100ml (7)</i>	<i>jogurt naturalny 100ml (7)</i>
Dobowa wartość energetyczna i odżywcza	<i>Wartość energetyczna: 2125,8 KCAL Białko: 131,2g Węglowodany: 218,7 g Tłuszcze: 82,5g w tym</i>	<i>Wartość energetyczna: 2121,4 KCAL Białko: 128,9 g Węglowodany: 192,4g Tłuszcze: 83,2g w tym</i>	<i>Wartość energetyczna: 2109,3 KCAL Białko: 126,2 g Węglowodany: 189,7g Tłuszcze: 82,4g w tym</i>

	nasycone kwasy tłuszczowe 26,1g Błonnik pokarmowy: 32,56g sól: 5,21g	nasycone kwasy tłuszczowe 25,8g Błonnik pokarmowy: 31,87g sól: 5,15g	nasycone kwasy tłuszczowe 24,7g Błonnik pokarmowy: 31,79g sól: 4,71g
--	--	--	---

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać **śladowe ilości alergenów**: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	<i>Kasza manna na mleku 250ml (1,7), skład: mleko 2%, kasza manna, sól dżem 50g, wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny 2 kromki (1P), chleb razowy 1 kromka (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</i>	<i>Kasza manna na mleku 250ml (1,7), skład: mleko 2%, kasza manna, sól dżem 50g, wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), kawiarka 4 kromki (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</i>	<i>Kasza manna na mleku 250ml (1,7), skład: mleko 2%, kasza manna, sól twaróg 50g (7), wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 3 kromki (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</i>
ŚNIADANIE II	<i>banan 150g</i>	<i>banan 150g</i>	<i>banan 150g</i>
OBIAD	<i>Biały barszcz z jajkiem 350ml (1Ż,7,3,9), skład: bulion drobiowy, zakwas żytni, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, jajko, sól, kiełbasa wieprzowa, zioła (60 g warzyw bez ziemniaków) Pulpety w sosie 100g/50g (1P,3,.) skład: mięso wieprzowe, jajko, bułka tarta, sól, pieprz, kasza gryczana 200g surówka z buraków 100g herbata owocowa 250ml</i>	<i>Biały barszcz z jajkiem 350ml (1Ż,7,3,9), skład: bulion drobiowy, zakwas żytni, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, jako, sól, kiełbasa wieprzowa, zioła (60 g warzyw bez ziemniaków) Pulpety w sosie 100g/50g (1P,3,.) skład: mięso wieprzowe, jajko, bułka tarta, sól, pieprz, kasza gryczana 200g surówka z buraków 100g herbata owocowa 250ml</i>	<i>Biały barszcz z jajkiem 350ml (1Ż,7,3,9), skład: bulion drobiowy, zakwas żytni, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, jajko, sól, kiełbasa wieprzowa, zioła (60 g warzyw bez ziemniaków) Pulpety w sosie 100g/50g (1P,3,.) skład: mięso wieprzowe, jajko, bułka tarta, sól, pieprz, kasza gryczana 200g surówka z buraków 100g herbata owocowa 250ml</i>
KOLACJA	<i>Pasztet 50g, Twarożek z pietruszką 100g (7), skład: twaróg, pietruszka, sól mix maślany 11g (7), chleb pszenny 2 kromki (1P), chleb razowy 1 kromka (1Ż), (1P), herbata 250ml, sałata 12g ogórek 50g</i>	<i>Pasztet 50g, Twarożek z pietruszką 100g (7), skład: twaróg, pietruszka, sól mix maślany 11g (7), kawiarka 4 kromki (1P), herbata 250ml, sałata 12g ogórek 50g</i>	<i>Pasztet 50g, Twarożek z pietruszką 100g (7), skład: twaróg, pietruszka, sól mix maślany 11g (7), chleb razowy 3 kromki (1Ż), herbata 250ml, sałata 12g ogórek 50g Dodatek cukrzycowy: jabłko 150g</i>

KOLACJA II	<i>jogurt owocowy 100ml (7)</i>	<i>jogurt owocowy 100ml (7)</i>	<i>jogurt naturalny 100ml (7)</i>
Dobowa wartość energetyczna i odżywcza	Wartość energetyczna: 2274,2 kcal Białko: 103,9 g Węglowodany: 339,9g Tłuszcze: 57,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,5g Błonnik pokarmowy: 34,11g sól: 5,97g	Wartość energetyczna: 2235,7 kcal Białko: 101,2 g Węglowodany: 315,4 g Tłuszcze: 55,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,3g Błonnik pokarmowy: 33,53g sól: 5,63g	Wartość energetyczna: 2189,4 kcal Białko: 102,3 g Węglowodany: 297,8g Tłuszcze: 50,3g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,2g Błonnik pokarmowy: 32,84g sól: 5,23g

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne,

11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorzycy.

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	<p>płatki owsiane na mleku 250ml (1,7), skład: mleko 2%, płatki owsiane, sól wędlina drobiowa 50g, pasta jajeczna 50g (7) skład: jajka, szczypior, majonez, sól, pieprz mix maślany 11g (7), chleb pszenny 2 kromki (1P), chleb razowy 1 kromka (1Ż), herbata 250ml pomidor 70g sałata 12g</p>	<p>płatki owsiane na mleku 250ml (1,7), skład: mleko 2%, płatki owsiane, sól wędlina drobiowa 50g, pasta jajeczna 50g (7), skład: jajka, szczypior, majonez, sól, pieprz mix maślany 11g (7), kawiarka 4 kromki (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</p>	<p>płatki owsiane na mleku 250ml (1,7), skład: mleko 2%, płatki owsiane, sól wędlina drobiowa 50g, pasta jajeczna 50g (7), skład: jajka, szczypior, majonez, sól, pieprz mix maślany 11g (7), chleb razowy 3 kromki (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</p>
ŚNIADANIE II	mus owocowy 100g	mus owocowy 100g	mus owocowy 100g
OBIAD	<p>Zupa fasolowa 350ml (9), skład: bulion drobiowy, fasola, marchewka, ziemniaki, seler, por, pietruszka (60g warzyw bez ziemniaków) potrawka z kurczaka i warzywami 100/100g (1P,9), skład: kurczak, marchewka, natka pietruszki, mąka pszenna, sól, pieprz (30g warzyw) ryż 200g, herbata owocowa 250ml</p>	<p>Zupa ziemniaczanka 350ml (9), skład: bulion drobiowy, marchewka, ziemniaki, seler, por, pietruszka (60g warzyw bez ziemniaków) potrawka z kurczaka i warzywami 100/100g (1P,9), skład: kurczak, marchewka, natka pietruszki, mąka pszenna, sól, pieprz (30g warzyw) ryż 200g, herbata owocowa 250ml</p>	<p>Zupa fasolowa 350ml (9), skład: bulion drobiowy, fasola, marchewka, ziemniaki, seler, por, pietruszka (60g warzyw bez ziemniaków) potrawka z kurczaka i warzywami 100/100g (1P,9), skład: kurczak, marchewka, natka pietruszki, mąka pszenna, sól, pieprz (30g warzyw) ryż 200g, herbata owocowa 250ml</p>
KOLACJA	<p>ser żółty 50g (7), wędlina wieprzowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny 2 kromki (1P), chleb razowy 1 kromka (1Ż), herbata 250ml ogórek 50g sałata 12g</p>	<p>wędlina drobiowa 50g, wędlina wieprzowa 50g, mix maślany 11g (7), kawiarka 4 kromki (1P), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g</p>	<p>wędlina drobiowa 50g, wędlina wieprzowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 3 kromki (1Ż) herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g Dodatek cukrzycowy: twaróg 40g (7)</p>
KOLACJA II	sok warzywny 300ml	sok warzywny 300ml	sok warzywny 300ml
Dobowa wartość	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna: 2245,9

energetyczna i odżywcza	2371,2 kcal Białko: 112,3g Węglowodany: 351,4 g Tłuszcze: 62,6g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 21,8 g Błonnik pokarmowy: 36,5g sól: 5,21g	2301,3 kcal Białko: 104,5g Węglowodany: 326,1g Tłuszcze: 58,4g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 20,2g Błonnik pokarmowy: 35,3g sól: 5,02g	kcal Białko: 102,6g Węglowodany: 304,7g Tłuszcze: 56,3g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,9g Błonnik pokarmowy: 34,8g sól: 4,71g
--------------------------------	---	---	---

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	<i>kasza kukurydziana na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, kasza kukurydziana, sól parówka 50g, ketchup łagodny 20g, dżem 50g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny 2 kromki (1P), chleb razowy 1 kromka (1Ż), herbata 250 ml, papryka 60g sałata 12g</i>	<i>kasza kukurydziana na mleku 250ml (1,7), skład: mleko 2%, kasza kukurydziana, sól parówka 50g, ketchup łagodny 20g, dżem 50g, mix maślany 11g (7), kawiarka 4 kromki (1P), herbata 250 ml, pomidor 60g, sałata 12g</i>	<i>kasza kukurydziana na mleku 250ml (1,7), skład: mleko 2%, kasza kukurydziana, sól parówka 50g, ketchup łagodny 20g, wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 3 kromki (1Ż), herbata 250 ml, papryka 60g sałata 12g</i>
ŚNIADANIE II	<i>mandarynka 80g</i>	<i>mandarynka 80g</i>	<i>mandarynka 80g</i>
OBIAD	<i>zupa barszcz czerwony 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, seler, por, marchew, ziemniaki, buraki, pietruszka, sól, pieprz, mleko 2%, zioła gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 120g (1P,3,7), skład: mięso wieprzowe, ryż, kapusta biała, sól, pieprz, jako, kasza manna, pomidory, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana 12% ziemniaki 200g herbata owocowa 250ml</i>	<i>zupa barszcz czerwony 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, seler, por, marchew, ziemniaki, buraki, pietruszka, sól, pieprz, mleko 2%, zioła gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 120g (1P,7), skład: mięso wieprzowe, ryż, kapusta biała, sól, pieprz, jako, kasza manna, pomidory, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana 12% ziemniaki 200g herbata owocowa 250ml</i>	<i>zupa barszcz czerwony 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, seler, por, marchew, ziemniaki, buraki, pietruszka, sól, pieprz, mleko 2%, zioła gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 120g (1,7), skład: mięso wieprzowe, ryż, kapusta biała, sól, pieprz, jako, kasza manna, pomidory, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana 12% ziemniaki 200g herbata owocowa 250ml</i>
KOLACJA	<i>paprykarz 100g (4), skład: ryż, marchew, filet z makreli w sosie pomidorowym, koncentrat pomidorowy, szczypior, sól, pieprz wędlina wieprzowa 30g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny 2 kromki (1P), chleb razowy 1 kromka (1Ż), herbata 250ml ogórek 50g sałata 12g</i>	<i>paprykarz 100g (4), skład: ryż, marchew, filet z makreli w sosie pomidorowym, koncentrat pomidorowy, szczypior, sól, pieprz wędlina wieprzowa 30g, mix maślany 11g (7), kawiarka 4 kromki (1P), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g</i>	<i>paprykarz 100g (4), skład: ryż, marchew, filet z makreli w sosie pomidorowym, koncentrat pomidorowy, szczypior, sól, pieprz wędlina wieprzowa 30g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 3 kromki (1Ż), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g Dodatek cukrzycowy: kiełbasa Śląska 40 g</i>
KOLACJA II	<i>kefir 150ml (7)</i>	<i>kefir 150ml (7)</i>	<i>kefir 150ml (7)</i>

Dobowa wartość energetyczna i odżywcza	Wartość energetyczna: 2407,1 kcal	Wartość energetyczna: 2365,4 kcal	Wartość energetyczna: 2201,9 kcal
	Białko: 137,6g Węglowodany: 343,1g Tłuszcze: 72,3g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 24,5g Błonnik pokarmowy: 36,10g sól: 5,15g	Białko: 131,3g Węglowodany: 323,7g Tłuszcze: 68,2g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 21,2g Błonnik pokarmowy: 35,48g sól: 4,59g	Białko: 125,4g Węglowodany: 301,9g Tłuszcze: 67,6g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 20,7g Błonnik pokarmowy: 33,02g sól: 4,55g

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE	ryż na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, ryż, sól jajko gotowane 1 szt. (3), wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny 2 kromki (1P), chleb razowy 1 kromka (1Ż), herbata 250ml ogórek 50g sałata 12g	ryż na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, ryż, sól jajko gotowane 1 szt. (3), wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), kawiarka 120g (1P), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g	ryż na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, ryż, sól jajko gotowane 1 szt. (3), wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 3 kromki (1Ż), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g
ŚNIADANIE II	jabłko 150g	jabłko 150g	jabłko 150g
OBIAD	zupa brokułowa 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, ziemniaki, brokuły, marchew, seler, por, pietruszką, sól, pieprz, mleko 2% (60g warzyw bez ziemniaków) gulasz wieprzowy 150 ml (1P), skład: mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, sól, pieprz makaron pełnoziarnisty 200g (1Ż, 3) surówka z ogórków kiszonych i marchwi 100g, herbata owocowa 250ml	zupa brokułowa 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, ziemniaki, brokuły, marchew, seler, por, pietruszka, sól, pieprz, mleko 2% (60g warzyw bez ziemniaków) gulasz wieprzowy 150 ml (1P), skład: mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, sól, pieprz makaron pełnoziarnisty 200g (1Ż, 3) marchewka gotowana 100g, herbata owocowa 250ml	zupa brokułowa 350ml (7,9) skład: bulion drobiowy, ziemniaki, brokuły, marchew, seler, por, pietruszką, sól, pieprz, mleko 2% (60g warzyw bez ziemniaków) gulasz wieprzowy 150 ml (1P), skład: mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, sól, pieprz makaron pełnoziarnisty 200g (1Ż, 3) surówka z ogórków kiszonych i marchwi 100g, herbata owocowa 250ml
KOLACJA	Sałatka z szynką z makaronem i warzywami 120g (1Ż, 3) skład: makaron żytni, szynka wieprzowa, ogórek, kukurydza, marchew, majonez, sól, pieprz, natka pietruszką (40g warzyw) wędlina wieprzowa 40g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny 2 kromki (1P), chleb razowy 1 kromka (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g	Sałatka z szynką z makaronem i warzywami 120g (1Ż, 3) skład: makaron żytni, szynka wieprzowa, ogórek, kukurydza, marchew, majonez, sól, pieprz, natka pietruszką (40g warzyw) wędlina wieprzowa 40g, mix maślany 11g (7), kawiarka 4 kromki (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g	Sałatka z szynką z makaronem i warzywami 120g (1Ż, 3) skład: makaron żytni, szynka wieprzowa, ogórek, kukurydza, marchew, majonez, sól, pieprz, natka pietruszką (40g warzyw) wędlina wieprzowa 40g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 3 kromki (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g Dodatek cukrzycowy: jabłko pieczone 150g

<i>KOLACJA II</i>	<i>wafle ryżowe 30g</i>	<i>wafle ryżowe 30g</i>	<i>wafle ryżowe 30g</i>
<i>Dobowa wartość energetyczna i odżywcza</i>	<i>Wartość energetyczna:</i> 2402,7kcal <i>Białko:</i> 153,6g <i>Węglowodany:</i> 336,0g <i>Tłuszcze:</i> 63,6 g <i>w tym nasycone kwasy tłuszczowe</i> 19,08g <i>Błonnik pokarmowy:</i> 36,04g <i>sól:</i> 5,67g	<i>Wartość energetyczna:</i> 2399,3 kcal <i>Białko:</i> 147,8g <i>Węglowodany:</i> 327,4g <i>Tłuszcze:</i> 59,7g w tym <i>nasycone kwasy tłuszczowe</i> 18,8g <i>Błonnik pokarmowy:</i> 35,98g <i>sól:</i> 5,23g	<i>Wartość energetyczna:</i> 2375,5 kcal <i>Białko:</i> 162,2 g <i>Węglowodany:</i> 299,7g <i>Tłuszcze:</i> 61,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,6g <i>Błonnik pokarmowy:</i> 35,63g <i>sól:</i> 5,08g

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne, 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne, 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki, 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać **śladowe ilości alergenów:** glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.