

Wtorek  
30 Grudnia 2025 r.

Ustrzyki

Dieta Podstawowa(1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, soja) szynka z pasieki 50g pomidor 50g, mix sałat 10g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350 ml, (zboża zawierające gluten, gorczyca, łubin, mleko, jaja, soja, seler, orzechy ), makaron 200g, (zboża zawierające gluten, gorczyca, łubin, soja), łopatką wieprzową mieloną, duszoną, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten) Sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100 g (mleko) , kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy )	Pasta z ryby z twarogiem 70g (zboża zawierające gluten, ryba , soja, seler, mleko, gorczyca ) ogórek świeży 50g, masło 10g (mleko) chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten) kakao 250ml ( mleko) Jabłko 100g

Dieta Łatwostrawna(2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, soja) szynka z pasieki 50g pomidor 50g, mix sałat 10g, masło 20g (mleko) , chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, (zboża zawierające gluten, gorczyca, łubin, mleko, jaja, soja, seler, orzechy ), makaron 200g, (zboża zawierające gluten, gorczyca, łubin, soja), łopatką wieprzową mieloną, duszoną, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), Sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100 g (mleko) , kompot 250 ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy )	Pasta z ryby z twarogiem 70g (zboża zawierające gluten, ryba , soja, seler, mleko, gorczyca ) pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), kakao 250ml ( mleko) Jabłko 100g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa(6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Szynka z pasieki 80g Pomidor 50g, mix sałat 10g, masło 10g (mleko) chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350 ml, (zboża zawierające gluten, gorczyca, łubin, mleko, jaja, soja, seler, orzechy ), makaron pełno ziarnisty 200g, (zboża zawierające gluten, gorczyca, łubin, soja), łopatką wieprzową mieloną, duszoną, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), Sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100 g (mleko) herbata 250ml,	Pasta z ryby z twarogiem 70g (zboża zawierające gluten, ryba , soja, seler, mleko, gorczyca ) ogórek świeży 50g, masło 10g (mleko) chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, Jabłko 100g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 5 posiłkowa(6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
szynka z pasieki 80g, mix sałat 10g, pomidor 50g, masło ( mleko) 10g, szynka z pasieki 80g, chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350 ml, (zboża zawierające gluten, gorczyca, łubin, mleko, jaja, soja, seler, orzechy ), makaron pełnoziarnisty 200g, (zboża zawierające gluten, gorczyca, łubin, soja), łopatką wieprzową mieloną, duszoną, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100 g (mleko) herbata 250ml, kanapka z twarogiem, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, mleko)	Pasta z ryby z twarogiem 80g (zboża zawierające gluten, ryba , soja, seler, mleko, gorczyca ), masło ( mleko) 10g , chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), ogórek świeży 50g, herbata 250ml Jabłko 100g

Dieta ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6 posiłkowa

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
szynka z pasieki 80g, mix sałat 10g, pomidor 50g, masło ( mleko) 10g, szynka z pasieki 80g, chleb 100g razowy (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350 ml, (zboża zawierające gluten, gorczyca, łubin, mleko, jaja, soja, seler, orzechy ), makaron pełnoziarnisty 200g, (zboża zawierające gluten, gorczyca, łubin, soja), łopatką wieprzową mieloną, duszoną, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko) herbata 250ml, kanapka z twarogiem, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, mleko)	Pasta z ryby z twarogiem 80g (ryba , mleko) (zboża zawierające gluten, ryba , soja, seler, mleko, gorczyca ) masło ( mleko) 10g , chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), , ogórek świeży 50g, herbata 250ml Jabłko 100g kanapka z tuńczykiem sałatą zieloną, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, ryba)

Dieta bogato białkowa (9)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, soja), pomidor 50g, mix sałat 10g, masło 10g (mleko), szynka z pasieki 80g, bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml jogurt naturalny 100g (mleko)	Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350 ml, (zboża zawierające gluten, gorczyca, łubin, mleko, jaja, soja, seler, orzechy ), makaron pełnoziarnisty 200g, (zboża zawierające gluten, gorczyca, łubin, soja), łopatką wieprzową mieloną, duszoną, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko) herbata 250ml, kanapka z twarogiem, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, mleko, jaja),	Pasta z ryby z twarogiem 70g (zboża zawierające gluten, ryba , soja, seler, mleko, gorczyca ) masło 10g (mleko), pomidor 50g, bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), kakao 250ml (mleko) Jabłko 100g

## Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (zboża zawierające gluten ,mleko ,soja), pomidor 50g, mix sałat 10g,margarynaRAMA 100% roślinna 15g, szynka z pasieki 80g, chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, (zboża zawierające gluten ,gorczyca ,lubin, mleko, jaja ,soja, seler ,orzeczy ), makaron 200g, (zboża zawierające gluten, gorczyca ,lubin, soja), łyżeczka wieprzowa mielona , duszona w sosie warzywno - pomidorowym 150g (90g/60g) (zboża zawierające gluten), Sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100 g(mleko) , kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy )	Pasta z ryby z twarogiem70g (zboża zawierające gluten, ryba , soja, seler, mleko, gorczyca ) pomidor 50 g margaryna RAMA 100% roślinna 15g chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), kakao 250ml (mleko) Jabłko 100g

## Dieta bezmleczna(11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z kaszą kukurydzianą 350ml, szynka z pasieki 50g,pomidor 30g, sałata zielona 10g, margaryna mis kromeczeki 15g, Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten),Herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami bez zabielenia 350 ml, (seler), makaron 200g, (zboża zawierające gluten, gorczyca ,lubin, soja), łyżeczka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata lodowa z warzywami z dodatkiem oleju roślinnego 80g, herbata 250ml	Szynka z pasieki 50g pomidor 50g, margaryna mis kromeczeki 15g, chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml Jabłko 100g

## Dieta papkowata(12)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z kaszą kukurydzianą 350ml , filet drobiowy gotowany 80g, masło 10g(mleko), bułka pszenna 80g (zboża zawierające gluten),Herbata 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, (zboża zawierające gluten, gorczyca ,lubin, mleko, jaja, soja, seler, orzechy ), makaron 200g, (zboża zawierające gluten, gorczyca ,lubin, soja), łyżeczka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), kompot 250 ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy )	Zupa gryskowa(zboża zawierające gluten, seler),filet drobiowy gotowany50g,masło 10g (mleko), bułka pszenna 80g (zboża zawierające gluten, kakao 250ml(zboża zawierające gluten, soja,mleko) mus 100g

## Dieta o zmniejszonej konsystencji – płynna wzmocniona(14)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z kaszą kukurydzianą 350ml, filet drobiowy gotowany 100g, masło 10g(mleko), bułka pszenna 80g (zboża zawierające gluten),Herbata 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, (zboża zawierające gluten, gorczyca, lubin, mleko, jaja, soja, seler, orzechy ), makaron 200g, (zboża zawierające gluten, gorczyca ,lubin, soja), łyżeczka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (90g/70g) (zboża zawierające gluten), kompot 250 ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy )	Zupa gryskowa(zboża zawierające Gluten ,seler),filet drobiowy gotowany100g, masło10g (mleko), bułka pszenna 80g (zboża zawierające gluten), kakao 250ml (mleko) mus 100g

## Dieta bezglutenowa(11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (mleko), pomidor 50g, mix sałat 10g, masło 10g (mleko) szynka z pasieki 50g, chleb bezglutenowy100g, herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, (mleko, seler), makaron bezglutenowy 200g, łyżeczka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g), Sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100 g (mleko), herbata 250 ml	Szynka z pasieki 50g masło 10g (mleko),ogórek świeży 50g,chleb bezglutenowy 100g, mus, kakao 250ml (mleko) Jabłko 100g

## Dieta Podstawowa dzieci(P1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (zboża zawierające gluten,mleko,soja),pomidor50g,mix sałat 10g, masło 10g (mleko), szynka z pasieki 50g, bułka pszenna 100g(zboża zawierające gluten), herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350 ml, (zboża zawierające gluten,gorczyca,lubin, mleko, jaja,soja, seler,orzeczy ), makaron 200g, (zboża zawierające gluten, gorczyca ,lubin, soja), łyżeczka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), Sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 80 g(mleko), kompot 250 ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy )	Pasta z ryby z twarogiem70g (zboża zawierające gluten, ryba , soja, seler, mleko, gorczyca ) masło 10g(mleko),ogórek świeży 50g,chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), kakao 250ml (mleko) Jabłko 100g

## Dieta Podstawowa dzieci 70%(P1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 245ml(zboża zawierające gluten,mleko,soja),pomidor35g,mix sałat 7g, masło 7g (mleko), szynka z pasieki 35g, bułka pszenna 70g(zboża zawierające gluten), herbata175ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 245 ml, (zboża zawierające gluten,gorczyca,lubin, mleko, jaja,soja, seler,orzeczy ), makaron 140g, (zboża zawierające gluten, gorczyca ,lubin, soja), łyżeczka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 105g (56g/49g) (zboża zawierające gluten), Sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 56g(mleko), kompot 175ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Pasta z ryby z twarogiem49g (zboża zawierające gluten, ryba , soja, seler, mleko, gorczyca ) ogórek świeży 35g,masło 7g(mleko),chleb pszenno-żytni 70g (zboża zawierające gluten), kakao 175ml (mleko) Jabłko 70g

## Dieta Podstawowa dzieci 50%(P1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
------------------------	--------------------	-----------------------

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 175ml (zboża zawierające <b>gluten,mleko,soja</b> ),pomidor25g,mix sałat 5g, masło 5g ( <b>mleko</b> ), szynka z pasieki 25g, bułka pszenna 50g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), herbata125ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 175 ml, (zboża zawierające <b>gluten,gorczyca,lubin, mleko, jaja,soja, seler,orzechy</b> ), makaron 100g, (zboża zawierające <b>gluten, gorczyca ,lubin, soja</b> ), łopatką wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 75g (40g/35g) (zboża zawierające <b>gluten</b> Sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 40g( <b>mleko</b> ), kompot 125 ml (zboża zawierające <b>gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Pasta z ryby z twarogiem35g (zboża zawierające <b>gluten, ryba , soja, seler, mleko, gorczyca</b> ) masło 5g( <b>mleko</b> ), ogórek świeży 25g,chleb pszenno-żytni 50g (zboża zawierające <b>gluten</b> ), kakao 125ml ( <b>mleko</b> )  Jabłko 50g
--	--	--

**Dieta Łatwostrawna dzieci(P2)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (zboża zawierające <b>gluten,mleko,soja</b> ),pomidor50g,mix sałat 10g, masło 10g ( <b>mleko</b> ), szynka z pasieki 60g bułka pszenna 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, (zboża zawierające <b>gluten,gorczyca,lubin, mleko, jaja,soja, seler,orzechy</b> ), makaron 200g, (zboża zawierające <b>gluten, gorczyca ,lubin, soja</b> ), łopatką wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające <b>gluten</b> ), Sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 80g( <b>mleko</b> ), kompot 250 ml (zboża zawierające <b>gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Pasta z ryby z twarogiem70g (zboża zawierające <b>gluten, ryba , soja, seler, mleko, gorczyca</b> ) masło 10g ( <b>mleko</b> ), pomidor 50g,bułka pszenna 100g (zboża zawierające <b>gluten</b> ), 100g, kakao 250ml ( <b>mleko</b> )  Jabłko 100g

**Dieta Łatwostrawna dzieci 70%(P2)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 245ml (zboża zawierające <b>gluten,mleko,soja</b> ), pomidor 35g, mix sałat7g,masło7g( <b>mleko</b> ), szynka z pasieki bułka pszenna 70g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), herbata175ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 245 ml, (zboża zawierające <b>gluten,gorczyca,lubin, mleko, jaja,soja, seler, orzechy</b> ), makaron 140g, (zboża zawierające <b>gluten, gorczyca ,lubin, soja</b> ), łopatką wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 105g (56g/49g) (zboża zawierające <b>gluten</b> ) Sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym , 56g( <b>mleko</b> ), kompot 175 ml (zboża zawierające <b>gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Pasta z ryby z twarogiem49g (zboża zawierające <b>gluten, ryba , soja, seler, mleko, gorczyca</b> ) Masło 7g ( <b>mleko</b> ) pomidor 35g,bułka pszenna 70g (zboża zawierające <b>gluten</b> ), kakao 175ml ( <b>mleko</b> )  Jabłko 70g

**Dieta Łatwostrawna dzieci 50%(P2)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 175ml (zboża zawierające <b>gluten,mleko,soja</b> ), pomidor 25g, mix sałat5g,masło5g( <b>mleko</b> ), szynka z pasieki 25g, bułka pszenna 50g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), herbata125ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 175 ml, (zboża zawierające <b>gluten,gorczyca,lubin, mleko, jaja,soja, seler,orzechy</b> ), makaron 100g, (zboża zawierające <b>gluten, gorczyca ,lubin, soja</b> ), łopatką wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 75g (40g/35g) (zboża zawierające <b>gluten</b> Sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 40g( <b>mleko</b> ), kompot 125 ml (zboża zawierające <b>gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy</b> )	Pasta z ryby z twarogiem35g (zboża zawierające <b>gluten, ryba , soja, seler, mleko, gorczyca</b> ) Masło 5g ( <b>mleko</b> ),pomidor 35g,bułka pszenna 50g (zboża zawierające <b>gluten</b> ), , kakao 125ml ( <b>mleko</b> )  Jabłko 50g

**Dieta Bezmleczna Dzieci(P15)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z kaszą kukurydzianą 350ml, szynka z pasieki 50g,pomidor50g,mix sałat 10g, margaryna mis kromeczeki 15g, bułka pszenna 100g (zboża zawierające <b>gluten</b> ), herbata 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami bez zabielenia 350 ml, ( <b>seler</b> ), makaron 200g, (zboża zawierające <b>gluten, gorczyca ,lubin, soja</b> ), łopatką wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające <b>gluten</b> Sałata lodowa z warzywami z olejem roślinnym 80g herbata 250 ml	Szynka z pasieki 50g , pomidor 50g,margaryna mis kromeczeki 15g,bułka pszenna 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), herbata 250ml  Jabłko 100g

**Dieta Bezmleczna Dzieci 70%(P15)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z kaszą kukurydzianą 245ml, szynka z pasieki 35g,pomidor35g,mix sałat 7g, margaryna mis kromeczeki 10,5g, bułka pszenna 70g (zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 175ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami bez zabielenia 245 ml, ( <b>seler</b> ), makaron 140g, (zboża zawierające <b>gluten, gorczyca ,lubin, soja</b> ), łopatką wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 105g (56g/49g) (zboża zawierające <b>gluten</b> ), Sałata lodowa z warzywami i olejem roślinnym 56g herbata 175 ml	Szynka z pasieki 35g , pomidor 35g,margarynamis kromeczeki 10,5g, bułka pszenna 70g (zboża zawierające <b>gluten</b> ), , herbata 175ml  Jabłko 70g

**Dieta Bezmleczna Dzieci 50%(P15)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z kaszą kukurydzianą 175ml , szynka z pasieki 25g, pomidor25g,mix sałat 5g, margaryna mis kromeczeki 7,5g, bułka pszenna 50g (zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 125ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami bez zabielenia 175 ml, ( <b>seler</b> ), makaron 100g, (zboża zawierające <b>gluten, gorczyca ,lubin, soja</b> ), łopatką wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 75g (40g/35g) (zboża zawierające <b>gluten</b> ), Sałata lodowa z warzywami i dodatkiem oleju roślinnego 40g herbata 125 ml	Szynka z pasieki 25g , pomidor 25g, margaryna mis kromeczeki 7,5g, bułka pszenna 50g (zboża zawierające <b>gluten</b> ), herbata 125ml  Jabłko 50g

**Dieta Bezglutenowa Dzieci(P11)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml ( <b>mleko</b> ), pomidor 50g, mix sałat 10g, masło 10g ( <b>mleko</b> ), szynka z pasieki 50g, chleb bezglutenowy 100g, herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, ( <b>mleko, seler</b> ), makaron bezglutenowy 200g, łopatką wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g), Sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100 g( <b>mleko</b> ) , herbata 250 ml	Szynka z pasieki 50g masło 10g( <b>mleko</b> ),ogórek świeży 50g,chleb bezglutenowy 100g, kakao 250ml ( <b>mleko</b> )  Jabłko 100g

**Dieta Bezglutenowa Dzieci70%(P11)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
------------------------	--------------------	-----------------------

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 245ml (mleko), pomidor 35g, mix sałat 7g, masło 7g (mleko), szynka z pasieki 35g, chleb bezglutenowy 70g, herbata 175ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, (mleko, seler), makaron bezglutenowy 200g, łyżka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g), Sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100 g(mleko), herbata 250 ml	Szynka z pasieki 35 g 49g, masło 7g(mleko), ogórek świeży 35g, chleb bezglutenowy 70g, kakao 125ml (mleko) Jabłko 70g
--	---	--

**Dieta Bezglutenowa Dzieci 50%(P11)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 175ml(mleko), pomidor 25g, mix sałat 5g, masło 5g (mleko), szynka z pasieki 25g, chleb bezglutenowy 50g, herbata 125ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 175 ml, (mleko, seler), makaron bezglutenowy 100g, łyżka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 75g (40g/35g), Sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 50g(mleko), herbata 125 ml	Szynka z pasieki 25g 35g masło 5g(mleko), ogórek świeży 25g, chleb bezglutenowy 50g, kakao 125ml (mleko) Jabłko 50g

**Dieta Łatwostrawna osób starszych**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, soja), pomidor 50g, mix sałat 10g, masło 10g (mleko), szynka z pasieki 50g, chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml, (zboża zawierające gluten, gorczyca, lubin, mleko, jaja, soja, seler, orzechy), makaron 200g, (zboża zawierające gluten, gorczyca, lubin, soja), łyżka wieprzowa mielona, duszona, z sosem warzywno - pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), sałata zielona z warzywami i jogurtem naturalnym 100g(mleko), kompot 250 ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Pasta z ryby z twarogiem 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca) masło 10g (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), pomidor 50g, kakao 250ml (mleko) mus 100g,

**Dieta Wegetariańska**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, soja), ser żółty 50g(mleko), Mix sałat 10g, Pomidor 50g Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, lubin, mleko, jaja, soja, seler, orzechy), Makaron ze szpinakiem i fetą 300 g (zboża zawierające gluten, jaja, mleko), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Pasta z ryby z twarogiem 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca) pomidor 50g, masło 10g(mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kakao 250 ml (mleko) Jabłko 100g

**Dieta Podstawowa(1)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy Tłuszczowe Nasycone (SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
2063,91	87,43	30,78	1772,28	5,53	68,97	275,01	6,74	22,43	44,33	244,82

**Dieta Łatwostrawna(2)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy Tłuszczowe Nasycone (SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany Przewidywalne [g]
2009,61	82,15	25,92	1972,33	6,03	64,91	277,03	7,31	22,08	46,91	251,61

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa(6)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy Tłuszczowe Nasycone (SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany Przewidywalne [g]
1874,92	78,47	34,85	1162,35	4,67	73,45	223,64	5,21	14,41	26,59	189,21

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 5 posiłkowa węglowodanów(6)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy Tłuszczowe Nasycone (SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany Przewidywalne [g]
2040,96	94,49	31,94	1511,47	5,53	68,94	261,51	5,32	14,99	30,03	222,66

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6 posiłkowa**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy Tłuszczowe Nasycone (SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany Przewidywalne [g]
2029,01	93,71	38,72	1585,47	5,73	70,77	255,07	5,44	15,13	29,17	216,77

**Dieta bogato białkowa(9)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy Tłuszczowe Nasycone (SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany Przewidywalne [g]
2189,81	98,49	33,83	2076,58	6,95	75,12	295,8	6,25	23,7	48,86	262,39

**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy Tłuszczowe Nasycone (SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany Przewidywalne [g]
1916,89	90,94	26,11	1946,45	6,65	51,08	276,6	7,58	10,68	41,75	250,99

**Dieta bezmleczna(11)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe Nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany Przewidywalne [g]
1850,63	75,11	26,96	1515,71	6,45	59,55	257,01	5,36	13,37	30,82	229,38

**Dieta papkowata(12)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy Tłuszczowe Nasycone (SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany Przewidywalne [g]
1972,48	90,46	20,32	961,2	2,39	60,36	275,02	5,12	22,26	42,78	254,7

**Dieta o zmniejszonej konsystencji- płynna wzmocniona(14)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy Tłuszczowe nasycone (SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany Przewidywalne [g]
2078,68	114,13	20,32	1004,4	2,5	61,62	275,02	5,12	22,53	42,78	254,7

**Dieta bezglutenowa(11)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy[g]	Sód[mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy Tłuszczowe Nasycone (SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany Przewidywalne [g]
1774,97	74,36	31,5	1855,36	5,65	63	241,46	6,7	21,58	54,88	210,04

**Dieta Podstawowa dzieci(P1)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy Tłuszczowe Nasycone (SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany Przewidywalne [g]
2004,05	85,14	22,66	1960,51	4,96	67,65	273,58	7,29	26,81	50,53	251

**Dieta Łatwostrawna dzieci(P2)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy Tłuszczowe Nasycone (SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany Przewidywalne [g]
2039,52	79,94	26,44	1838,09	5,64	71,15	277,31	5,7	32,38	51,1	248,15

**Dieta Bezmleczna Dzieci(P15)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy Tłuszczowe Nasycone (SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany Przewidywalne [g]
1850,63	75,11	26,96	1515,71	6,45	59,55	257,01	5,36	13,37	30,82	229,38

**Dieta Bezglutenowa Dzieci(P11)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy Tłuszczowe Nasycone (SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany Przewidywalne [g]
1774,97	74,36	31,5	1855,36	5,65	63	241,46	6,7	21,58	54,88	210,04

**Dieta Łatwostrawna osób starszych**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy Tłuszczowe nasycone(SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany przewidywalne[g]
1274,29	66,55	24,84	958,69	4,15	46	146,39	3,19	10,27	14,62	

**Dieta Wegetariańska**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik Pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy Tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przewidywalne[g]
2095,53	76,94	32,83	2378,22	5,9	71,23	292,57	6,38	36,34	49,96	259,82

