

D. łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu										
	Niedziela 02.08.2026 r.	Poniedziałek 03.08.2026 r.	Wtorek 04.08.2026 r.	Środa 05.08.2026 r.	Czwartek 06.08.2026 r.	Piątek 07.08.2026 r.	Sobota 08.08.2026 r.	Niedziela 09.08.2026 r.	Poniedziałek 10.07.2026 r.	Wtorek 11.08.2026r.
Śniadanie// Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko), galaretka drobiowa 150g, cytryna 10g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, margaryna miss kromeczki 15g, chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (zboża zawierające gluten, soja, mleko), polędwica z pasieki 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, margaryna miss kromeczki 15g, chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250 ml	Zupa mleczna z Patkami kukurydzianymi 350ml (zboża zawierające gluten, soja, mleko), szynka z pasieki 80g, pomidor 50g, sałata masłowa10g, margaryna miss kromeczki 15g, chleb pszenno-żytni 100g(zboże zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną350ml (zboża zawierające gluten, mleko), schab z kija 80g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, margaryna miss kromeczki 15g , chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), szynka z pasieki 50g pomidor 50g, sałata masłowa 10g, margaryna miss kromeczki 15g, chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 350ml (mleko), sałatka jarzynowa 100g, (seler, gorczyca mleko, jaja), sałata masłowa 10g, margaryna miss kromeczki 15g, chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (zboża zawierające gluten, soja, mleko), schab z kija 80g sałata masłowa 10g, pomidor 50g margaryna miss kromeczki 15g, chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), pierś z indyka 80g (mleko, soja), sałata masłowa 10g, pomidor 50g, margaryna miss kromeczki 15g, chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), herbata 250m	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), polędwica z pasieki 80g, pomidor 50g, sałata masłowa 10g,margaryna miss kromeczki 15g, chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Pierś z indyka 80g (mleko, soja), sałata masłowa 10g, pomidor 50g, margaryna miss kromeczki 15g, chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja) mięso drobiowe), pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g (mleko, seler), sałata lodowa 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy), ryż z jabłkami prażonymi i cynamonem z dodatkiem oleju roślinnego 300g (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzeszki ziemne), sos budyniowy 100ml (zboża zawierające gluten, mleko, soja), kompot 250 ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy), mandarynka 70g	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g (110g/40g)(zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g,sałata lodowa 10g, Kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, lubin, seler, jaja, orzechy), wieprzowina duszona w sosie własnym z warzywami 180g (80g/100g) (zboża zawierające gluten, seler, mleko), sałata lodowa 10g,kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Pomidorowa z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, orzechy), ryba pieczona100 g warzywa po grecku 100g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, sałata lodowa 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, orzechy), ryba pieczona100 g warzywa po grecku 100g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, sałata lodowa 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Zupa jarzynowa z ziemniakami i 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, soja, seler, orzechy), łopatka wieprzowa, mielona, duszona z sosem warzywno pomidoro wym 150g (80g/70g)(zboża zawierające gluten), makaron dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, jaja, soja), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), Kompot	Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), schab pieczony 130g(90g/40g) (zboża zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g (mleko, seler) sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Zupa krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy), gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 150g(90g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), kompot 250ml zboża zawierające gluten, gorczyca, jaja, mleko, orzechy)	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy), gulasz wieprzowy gotowany 150g (90g/60g)(zboża zawierające gluten), Kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), surówka z buraka i jabłka 120g, sałata lodowa 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)

					soja, seler, jaja, mleko, orzechy)		250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)			
Kolacja/ II Kolacja	połędwica z pasieki 80g, pomidor 50g, margaryna miss kromeczki 15g, Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), kakao 250ml (mleko), mandarynka 80g	Pierś z indyka 80g, pomidor 50g, margaryna miss kromeczki 15g, chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g (mleko)	Schab z kija 80g Pomidor 50g, margaryna miss kromeczki 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g	pasta z sera i makreli w pomidorach 70g zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca , pomidor 50g, margaryna miss kromeczki 15g, Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), Kawa zabielenana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g	galaretka drobiowa 150g (seler), cytryna 10g, sałata masłowa 10g, margaryna miss kromeczki 15g, chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabielenana 250ml (mleko, zboża zawierające), mandarynka 80g	twaróg w plastrach 50g (mleko), pomidor 50g, margaryna miss kromeczki 15g, Chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten) kakao 250ml (mleko) arbuz 70g	pasta z ryby z twarogiem 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca), pomidor 50g, miss kromeczki 15g, chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), kakao 250 ml (mleko) jabłko 100g	Pasta z szynki i białka jaj 70g (mleko, jaja, gorczyca), pomidor 50g, margaryna miss kromeczki 15g, chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabielenana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), arbuz 70g	szynka z pasieki 80g, pomidor 50g margaryna miss kromeczki 15g, chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabielenana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) pomarańcza 80g	Polędwica z pasieki 80g, pomidor 50g, margaryna miss kromeczki 15g, chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, Jogurt owocowy 100g(mleko)

* substancje lub produkty powodujące alergię lub reakcje nietolerancji zaznaczono pogrubionym drukiem w odniesieniu do załącznika

* możliwe odchylenia +/- 10 %

*kuchnia zastrzega sobie prawo do możliwości wymiany potrawy, składnika lub produktu z powodu przyczyn niezależnych od niej – sytuacje losowe

DIETETYK
Katarzyna Ciosek

mgr Inż.
MARIOLA BUDYŃ-WORZAŃSKA
DIETETYK