

JADŁOSPIS
20 sierpnia 2026, czwartek
Ustrzyki Dolne

Dieta podstawowa (1)

Śniadanie/II śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Polędwica z pasieki 50g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Koperkowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz drobiowy gotowany 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z kapusty czerwonej z olejem roślinnym 120g, Sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta z tuńczyka i twarogu 70g(ryba, seler, soja, mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kakao 250ml(zboża zawierające gluten, soja, mleko), Jabłko 100g

Dieta łatwostrawna (2)

Śniadanie/II śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Polędwica z pasieki 50g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Koperkowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz drobiowy gotowany 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 120g, Sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta z tuńczyka i twarogu 70g(ryba, seler, soja, mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kakao 250ml(zboża zawierające gluten, soja, mleko), Jabłko 100g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posiłek nocny
Polędwica z pasieki 80g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Margaryna miss kromeczeki 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz drobiowy gotowany 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Ryż brązowy z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z kapusty czerwonej z dodatkiem oleju roślinnym 120g, Sałata lodowa 10g, Herbata 250ml	Pasta z tuńczyka i twarogu 80g(ryba, seler, mleko, soja), Pomidor 50g, Margaryna miss kromeczeki 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jabłko 100g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 5 posiłkowa (6)

Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Polędwica z pasieki 80g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Margaryna miss kromeczeki 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Koperkowa z jarzynami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz drobiowy gotowany 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, mleko), Ryż brązowy z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z kapusty czerwonej z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Sałata lodowa 10g, Herbata 250ml, Kanapka z jajkiem gotowanym, wędliną drobiową, sałatą zieloną i margaryną 110g(zboża zawierające gluten, jaja)	Pasta z tuńczyka i twarogu 80g(ryba, seler, soja, mleko, Pomidor 50g, Margaryna miss kromeczeki 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jabłko 100g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6 posiłkowa (6)

Śniadanie	Obiad	Kolacja
Polędwica z pasieki 80g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Margaryna miss kromeczeki 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Koperkowa z jarzynami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz drobiowy gotowany 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, mleko), Ryż brązowy z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z kapusty czerwonej z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Sałata lodowa 10g, Herbata 250ml, Kanapka z jajkiem gotowanym, wędliną drobiową, sałatą zieloną i margaryną 60g(zboża zawierające gluten, jaja)	Pasta z tuńczyka i twarogu 80g(ryba, seler, soja, mleko, Pomidor 50g, Margaryna miss kromeczeki 15g, Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jabłko 100g, Kanapka z jajkiem gotowanym, wędliną drobiową, sałatą zieloną i margaryną 60g(zboża zawierające gluten, jaja)

Dieta bogatobiałkowa (9)

Śniadanie/II śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Polędwica z pasieki 80g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Margaryna miss kromeczeki 15g, Bułka grahamka 90g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Koperkowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, seler, soja, gorczyca, łubin), Gulasz drobiowy gotowany 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, mleko), Ryż brązowy z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 1220g, Sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler), Kanapka z wędliną drobiową, sałatą zieloną i margaryną 80g(zboża zawierające gluten)	Pasta z tuńczyka i twarogu 80g(ryba, seler, soja, mleko), Pomidor 50g, Margaryna miss kromeczeki 15g, Bułka grahamka 90g(zboża zawierające gluten), Kakao 250ml(zboża zawierające gluten, soja, mleko), Jabłko 100g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

Śniadanie/II śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Polędwica z pasieki 50g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Margaryna miss kromeczeki 10g, Chleb pszenno-żytni 120g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Koperkowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, seler), Gulasz drobiowy gotowany 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, mleko), Ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120g (mleko), Sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta z tuńczyka i twarogu 70g(ryba, seler, soja, mleko), Pomidor 50g, Margaryna miss kromeczeki 10g, Chleb pszenno-żytni 130g(zboża zawierające gluten), Kakao 250ml(zboża zawierające gluten, soja, mleko), Jabłko 100g

Dieta bezmleczna (11)		
Śniadanie/II śniadanie Zupa z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Polędwica z pasieki 50g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Margaryna miss kromeczki 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Obiad/Podwieczorek Koperkowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Gulasz drobiowy gotowany 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, seler), Ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 120g, Sałata lodowa 10g, Kompot z jabłek 250ml	Kolacja/Posilek nocny Szynka z kija 50g, Pomidor 50g, Margaryna miss kromeczki 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jabłko 100g
Dieta papkowata (12)		
Śniadanie Zupa z ryżem 350ml(zboża zawierające gluten, seler, soja, mleko), Schab gotowany 100g, Masło 10g(mleko), Bułka pszenna 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Obiad Koperkowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz drobiowy gotowany 110g(70g/40g)(zboża zawierające gluten, mleko), Ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Kolacja Zupa ziemniaczana 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Mięso z ud kurczaka gotowane 70g, Masło 10g(mleko), Bułka pszenna 100g(zboża zawierające gluten), Kakao 250ml(zboża zawierające gluten, soja, mleko)
Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji - płynna wzmocniona (14)		
Śniadanie Zupa z ryżem 350ml(zboża zawierające gluten, seler, soja, mleko), Schab gotowany 100g, Masło 10g(mleko), Bułka pszenna 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Obiad Koperkowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Filet drobiowy gotowany bez sosu 80g, Ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Kolacja Zupa ziemniaczana 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Mięso z ud kurczaka gotowane 110g, Masło 10g(mleko), Bułka pszenna 100g(zboża zawierające gluten), Kakao 250ml(zboża zawierające gluten, soja, mleko)
Dieta bezglutenowa (11)		
Śniadanie/II śniadanie Zupa mleczna z ryżem 350ml(mleko), Polędwica z pasieki 50g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca jasny 120g(soja, sezam), Herbata 250ml	Obiad/Podwieczorek Koperkowa z ziemniakami 350ml(seler, mleko), Gulasz drobiowy gotowany 150g(100g/50g)(mleko), Ryż z dodatkiem oleju roślinnego 250g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Sałata lodowa 10g, Kompot z jabłek 250ml	Kolacja/Posilek nocny Pasta z tuńczyka i twarogu 70g(ryba, mleko, seler), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca jasny 120g(soja, sezam), Herbata 250ml, Jabłko 100g
Dieta wegetariańska (11)		
Śniadanie/II śniadanie Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Jajko gotowane 50g(jaja), Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Obiad/Podwieczorek Koperkowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Kotlety sojowe smażone 90g((zboża zawierające gluten, soja, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka na jogurcie 120g(seler, mleko), Sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Kolacja/Posilek nocny Pasta z twarogu 70g(mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Kakao 250ml(zboża zawierające gluten soja, mleko), Jabłko 100g
Dieta podstawowa dzieci (P1)		
Śniadanie Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Polędwica z pasieki 50g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Obiad Koperkowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz drobiowy gotowany 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z kapusty czerwonej z olejem roślinnym 120g, Sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Kolacja/Posilek nocny Pasta z tuńczyka i twarogu 70g(ryba, seler, soja, mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kakao 250ml(zboża zawierające gluten, soja, mleko), Jabłko 100g
Dieta podstawowa dzieci (P1) 70%		
Śniadanie Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 245ml(zboża zawierające gluten, mleko), Polędwica z pasieki 35g, Pomidor 35g, Sałata lodowa 7g, Masło 7g(mleko), Chleb razowy 70g(zboża zawierające gluten), Herbata 175ml	Obiad Koperkowa z ziemniakami 245ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz drobiowy gotowany 105g(70g/35g)(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Ryż z dodatkiem oleju roślinnego 140g(zboża zawierające gluten), Surówka z kapusty czerwonej z olejem roślinnym 84g, Sałata lodowa 7g, Kompot 175ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Kolacja/Posilek nocny Pasta z tuńczyka i twarogu 49g(ryba, seler, soja, mleko), Pomidor 35g, Masło 7g(mleko), Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające gluten), Kakao 175ml(zboża zawierające gluten, soja, mleko), Jabłko 70g
Dieta podstawowa dzieci (P1) 50%		
Śniadanie Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 175ml(zboża zawierające gluten, mleko), Polędwica z pasieki 25g, Pomidor 25g, Sałata lodowa 5g, Masło 5g(mleko), Chleb razowy 50g(zboża zawierające gluten), Herbata 125ml	Obiad Koperkowa z ziemniakami 175ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz drobiowy gotowany 75g(50g/25g)(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Ryż z dodatkiem oleju roślinnego 100g(zboża zawierające gluten), Surówka z kapusty czerwonej z olejem roślinnym 60g, Sałata lodowa 5g, Kompot 125ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Kolacja/Posilek nocny Pasta z tuńczyka i twarogu 35g(ryba, seler, soja, mleko), Pomidor 25g, Masło 5g(mleko), Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające gluten), Kakao 125ml(zboża zawierające gluten, soja, mleko), Jabłko 50g
Dieta łatwostrawna dzieci (P2)		
Śniadanie Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Polędwica z pasieki 50g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Obiad Koperkowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz drobiowy gotowany 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z marchwi i jabłka z	Kolacja/Posilek nocny Pasta z tuńczyka i twarogu 70g(ryba, seler, soja, mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kakao 250ml(zboża zawierające gluten, soja, mleko), Jabłko 100g

	olejem roślinnym 120g, Sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	
Dieta łatwostrawna dzieci (P2) 70%		
Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 245ml(zboża zawierające gluten, mleko), Polędwica z pasieki 35g, Pomidor 35g, Sałata lodowa 7g, Masło 7g(mleko), Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające gluten), Herbata 175ml	Koperkowa z ziemniakami 245ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz drobiowy gotowany 105g(70g/35g)(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Ryż z dodatkiem oleju roślinnego 140g(zboża zawierające gluten), Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 84g, Sałata lodowa 7g, Kompot 175ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta z tuńczyka i twarogu 49g(ryba, seler, soja, mleko), Pomidor 35g, Masło 7g(mleko), Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające gluten), Kakao 175ml(zboża zawierające gluten, soja, mleko), Jabłko 70g
Dieta łatwostrawna dzieci (P2) 50%		
Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 175ml(zboża zawierające gluten, mleko), Polędwica z pasieki 25g, Pomidor 25g, Sałata lodowa 5g, Masło 5g(mleko), Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające gluten), Herbata 125ml	Koperkowa z ziemniakami 175ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz drobiowy gotowany 75g(50g/25g)(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Ryż z dodatkiem oleju roślinnego 100g(zboża zawierające gluten), Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 60g, Sałata lodowa 5g, Kompot 125ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta z tuńczyka i twarogu 35g(ryba, seler, soja, mleko), Pomidor 25g, Masło 5g(mleko), Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające gluten), Kakao 125ml(zboża zawierające gluten, soja, mleko), Jabłko 50g
Dieta bezmleczna dzieci (P15)		
Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Polędwica z pasieki 50g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Margaryna miss kromeczki 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Koperkowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Gulasz drobiowy gotowany 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, seler), Ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 120g, Sałata lodowa 10g, Kompot z jabłek 250ml	Szynka z kija 50g, Pomidor 50g, Margaryna miss kromeczki 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jabłko 100g
Dieta bezmleczna dzieci (P15) 70%		
Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa z kaszą manną 245ml(zboża zawierające gluten, seler), Polędwica z pasieki 35g, Pomidor 35g, Sałata lodowa 7g, Margaryna miss kromeczki 10,5g, Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające gluten), Herbata 175ml	Koperkowa z ziemniakami 245ml(zboża zawierające gluten, seler), Gulasz drobiowy gotowany 105g(70g/35g)(zboża zawierające gluten, seler), Ryż z dodatkiem oleju roślinnego 140g(zboża zawierające gluten), Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 84g, Sałata lodowa 7g, Kompot z jabłek 175ml	Szynka z kija 35g, Pomidor 35g, Margaryna miss kromeczki 10,5g, Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające gluten), Herbata 175ml, Jabłko 70g
Dieta bezmleczna dzieci (P15) 50%		
Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa z kaszą manną 175ml(zboża zawierające gluten, seler), Polędwica z pasieki 25g, Pomidor 25g, Sałata lodowa 5g, Margaryna miss kromeczki 7,5g, Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające gluten), Herbata 125ml	Koperkowa z ziemniakami 175ml(zboża zawierające gluten, seler), Gulasz drobiowy gotowany 75g(50g/25g)(zboża zawierające gluten, seler), Ryż z dodatkiem oleju roślinnego 100g(zboża zawierające gluten), Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 60g, Sałata lodowa 5g, Kompot z jabłek 125ml	Szynka z kija 25g, Pomidor 25g, Margaryna miss kromeczki 7,5g, Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające gluten), Herbata 125ml, Jabłko 50g
Dieta bezglutenowa dzieci (P11)		
Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa mleczna z ryżem 350ml(mleko), Polędwica z pasieki 50g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca jasny 120g(soja, sezam), Herbata 250ml	Koperkowa z ziemniakami 350ml(seler, mleko), Gulasz drobiowy gotowany 150g(100g/50g)(mleko), Ryż z dodatkiem oleju roślinnego 250g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Sałata lodowa 10g, Kompot z jabłek 250ml	Pasta z tuńczyka i twarogu 70g(ryba, mleko, seler), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca jasny 120g(soja, sezam), Herbata 250ml, Jabłko 100g
Dieta bezglutenowa dzieci (P11) 70%		
Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa mleczna z ryżem 245ml(mleko), Polędwica z pasieki 35g, Pomidor 35g, Sałata lodowa 7g, Masło 7g(mleko), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca jasny 84g(soja, sezam), Herbata 175ml	Koperkowa z ziemniakami 245ml(seler, mleko), Gulasz drobiowy gotowany 105g(70g/35g)(mleko), Ryż z dodatkiem oleju roślinnego 175g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 84g, Sałata lodowa 7g, Kompot z jabłek 175ml	Pasta z tuńczyka i twarogu 49g(ryba, mleko, seler), Pomidor 35g, Masło 7g(mleko), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca jasny 84g(soja, sezam), Herbata 175ml, Jabłko 70g
Dieta bezglutenowa dzieci (P11) 50%		
Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa mleczna z ryżem 175ml(mleko), Polędwica z pasieki 25g, Pomidor 25g, Sałata lodowa 5g, Masło 5g(mleko), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca jasny 60g(soja, sezam), Herbata 125ml	Koperkowa z ziemniakami 175ml(seler, mleko), Gulasz drobiowy gotowany 75g(50g/25g)(mleko), Ryż z dodatkiem oleju roślinnego 125g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 60g, Sałata lodowa 5g, Kompot z jabłek 125ml	Pasta z tuńczyka i twarogu 35g(ryba, mleko, seler), Pomidor 25g, Masło 5g(mleko), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca jasny 60g(soja, sezam), Herbata 125ml, Jabłko 50g
Dieta łatwostrawna osób starszych (2)		
Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Polędwica z pasieki 50g, Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Koperkowa z ziemniakami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Gulasz drobiowy gotowany 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g(zboża zawierające gluten), Surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 120g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko ,	Pasta z tuńczyka i twarogu 70g(ryba, seler, soja, mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kakao 250ml(zboża zawierające gluten, soja, mleko), Mus z jabłek 100g

	seler)	
--	---------------	--

Wartości odżywcze:

Dieta podstawowa

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2039,86	82,34	67,67	20,79	270,58	243,44	60,12	27,16	1994,1	4,96

Dieta łatwostrawna

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2033,55	80,92	67,55	20,76	273,05	248,68	53,38	24,37	2229,37	5,54

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1732,5	76,02	69,98	10,79	197,7	167,12	25,31	30,57	1771,45	4,41

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 5 posiłkowa

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1948,3	87,99	75,69	12,36	224,7	190,26	26,2	34,44	2297,85	5,72

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6 posiłkowa

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1975,6	88,06	78,7	13,25	224,86	190,36	26,27	34,51	2304,05	5,75

Dieta bogatobiałkowa

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2070,25	98,79	62,87	16,2	279,2	245,3	50,85	33,9	2534,57	6,32

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1989,2	86,97	34,99	10,37	327,99	299,54	64,84	28,43	2618,27	6,52

Dieta bezmleczna

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1974,1	74,03	63,73	9,31	279,11	256,37	56,65	22,73	2206,25	5,5

Dieta papkowata

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1971,25	79,64	67,09	22,07	260,06	240,87	33,24	19,17	1619,57	4,03

Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji - płynna wzmocniona

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1976,55	98,13	63,23	20,38	251,41	233,25	32,48	18,15	1666,62	4,16

Dieta bezglutenowa

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2006,1	71,73	65,69	19,03	280,25	254,27	56,11	25,97	2077,4	5,16

Dieta wegetariańska

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy	Sód [mg]	Sól [g]
--	----------------	------------	--------------	------------------	-------------------------	--------------	-----------	-------------------	----------	---------

				nasycone [g]		przyswajalne [g]		[g]		
Suma	1974,15	86,84	59,47	21,83	263,94	220,52	58,28	43,41	1410,87	3,51

Dieta podstawowa dzieci

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2039,86	82,34	67,67	20,79	270,58	243,44	60,12	27,16	1994,1	4,96

Dieta podstawowa dzieci 70%

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1427,9	57,64	47,37	14,55	189,41	170,41	42,08	19,01	1395,87	3,47

Dieta podstawowa dzieci 50%

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1019,93	41,17	33,84	10,39	135,29	121,72	30,06	13,58	997,05	2,48

Dieta łatwostrawna dzieci

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2033,55	80,92	67,55	20,76	273,05	248,68	53,38	24,37	2229,37	5,54

Dieta łatwostrawna dzieci 70%

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1423,48	56,64	47,28	14,53	191,14	174,08	37,37	17,06	1560,56	3,88

Dieta łatwostrawna dzieci 50%

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1016,78	40,46	33,78	10,38	136,52	124,34	26,69	12,19	1114,68	2,77

Dieta bezmleczna dzieci

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1974,1	74,03	63,73	9,31	279,11	256,37	56,65	22,73	2206,25	5,5

Dieta bezmleczna dzieci 70%

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1381,87	51,82	44,61	6,52	195,38	179,46	39,65	15,91	1544,37	3,85

Dieta bezmleczna dzieci 50%

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	987,05	37,02	31,86	4,65	139,56	128,18	28,32	11,37	1103,12	2,75

Dieta bezglutenowa dzieci

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2006,1	71,73	65,69	19,03	280,25	254,27	56,11	25,97	2077,4	5,16

Dieta bezglutenowa dzieci 70%

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	1404,27	50,21	45,98	13,32	196,18	177,99	39,28	18,18	1454,18	3,61

Dieta bezglutenowa dzieci 50%

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodan y ogółem [g]	Węglowodan y przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
--	----------------	------------	--------------	-------------------------------	-------------------------	-------------------------------	-----------	-----------------------	----------	---------

						[g]				
Suma	1003,05	35,86	32,84	9,52	140,12	127,14	28,06	12,99	1038,7	2,58

Dieta łatwostrawna osób starszych

	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcze [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany przyswajalne [g]	Cukry [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]
Suma	2009,25	80,14	67,31	20,64	270,2	243,01	58,25	27,19	2235,87	5,56

- substancje lub produkty powodujące alergie 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