

JADŁOSPIS
21 sierpnia 2026, piątek
Ustrzyki Dolne

Dieta podstawowa (1)

Śniadanie/II śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, mleko), Sałatka jarzynowa 100g(seler, mleko), Pomidor 50g, Sałata masłowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa fasolowa z warzywami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Kotlet z ryby pieczony 100g(zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta jajeczna 70g(jaja, mleko), Papryka 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 100g

Dieta latwostrawna (2)

Śniadanie/II śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, mleko), Pasta z tuńczyka i twarogu 70g(ryba, soja, mleko), Pomidor 50g, Sałata masłowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Kotlet z ryby pieczony 100g(zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta pomidorowo-twarogowa 70g(mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabieleną 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 100g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posiłek nocny
Sałatka jarzynowa 100g(seler, mleko), Jajko gotowane 50g(jaja), Pomidor 50g, Sałata masłowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Kotlet z ryby pieczony 100g(zboża zawierające gluten, jaja, ryba), Sos grecki 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Sałata lodowa 10g, Herbata 250ml	Pasta jajeczna 70g(mleko), Papryka 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/Posiłek nocny
Sałatka jarzynowa 100g(seler, mleko), Jajko gotowane 50g(jaja), Pomidor 50g, Sałata masłowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Kotlet z ryby pieczony 100g(zboża zawierające gluten, jaja, ryba), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Sałata lodowa 10g, Herbata 250ml, Kanapka z twarogiem i pomidorem 120g(zboża zawierające gluten, mleko)	Pasta jajeczna 70g(jaja, mleko), Papryka 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jabłko 100g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6 posiłkowa (6)

Śniadanie	Obiad	Kolacja
Sałatka jarzynowa 100g(seler, mleko), Jajko gotowane 50g(jaja), Pomidor 50g, Sałata masłowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Kotlet z ryby pieczony 100g(zboża zawierające gluten, jaja, ryba), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Sałata lodowa 10g, Herbata 250ml, Kanapka z twarogiem i pomidorem 60g(zboża zawierające gluten, mleko)	Pasta jajeczna 70g(jaja, mleko), Papryka 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jabłko 100g, Kanapka z twarogiem i pomidorem 60g(zboża zawierające gluten, mleko)

Dieta bogatobiałkowa (9)

Śniadanie/II śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, mleko), Sałatka jarzynowa 100g(seler, mleko), Jajko gotowane 50g(jaja), Pomidor 50g, Sałata masłowa 10g, Margaryna miss kromeczki 10g, Bułka grahamka 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Kotlet z ryby pieczony 100g(zboża zawierające gluten, jaja, ryba), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler), Kanapka z twarogiem, pomidorem i margaryną 100g(zboża zawierające gluten, mleko)	Pasta pomidorowo-twarogowa 70g(mleko), Pomidor 50g, Margaryna miss kromeczki 10g, Bułka grahamka 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jabłko 100g

Dieta latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

Śniadanie/II śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, mleko), Sałatka jarzynowa 100g(seler, mleko), Pomidor 50g, Sałata masłowa 10g, Margaryna Roślinna 10g, Chleb pszenno-żytni 120g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Kotlet z ryby pieczony 100g(zboża zawierające gluten, jaja, ryba), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki 200g, Sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta pomidorowo-twarogowa 70g(mleko), Pomidor 50g, Margaryna miss kromeczki 10g, Chleb pszenno-żytni 120g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko), Jabłko 100g

Dieta bezmleczna (11)

Śniadanie/II śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, seler), Szynka z kija 50g Pomidor 50g, Sałata masłowa 10g, Margaryna miss kromeczki 20g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Kotlet z ryby pieczony 100g(zboża zawierające gluten, jaja, ryba), Sos grecki 110g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Sałata lodowa 10g, Kompot z jabłek 250ml	Zupa ziemniaczana 350g(zboża zawierające gluten , Polędwica z pasieki 50g, Pomidor 50g, Margaryna miss kromeczki 20g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jabłko 100g

Dieta papkowata (12)

Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, seler), Filet z piersi kurczaka gotowany 60g, Masło 10g(mleko), Bułka pszenna 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Kotlet z ryby pieczony 100g(zboża zawierające gluten, jaja, ryba), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Zupa ziemniaczana 350g(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Łopatka wieprzowa gotowana 70g, Masło 10g(mleko), Bułka pszenna 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml

Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji - płynna wzmocniona (14)

Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, seler), Filet z piersi kurczaka gotowany 120g, Masło 10g(mleko), Bułka pszenna 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Pulpet z ryby gotowany 100g(zboża zawierające gluten, jaja, ryba), Sos grecki 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Zupa ziemniaczana 350g(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Schab gotowany 60g, Łopatka wieprzowa gotowana 60g, Masło 10g(mleko), Bułka pszenna 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml

Dieta bezglutenowa (11)

Śniadanie/II śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem bezglutenowym 350ml(mleko), Sałatka jarzynowa 100g(seler, mleko), Pomidor 50g, Sałata masłowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb bezglutenowy, ciemny 120g(soja, sezam), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(seler), Filet z ryby gotowany 100g(ryba), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Sałata lodowa 10g, Kompot z jabłek 250ml	Pasta pomidorowo-twarogowa 70g(mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb bezglutenowy, ciemny 120g(soja, sezam), Herbata 250ml, Jabłko 100g

Dieta wegetariańska (11)

Śniadanie/II śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, mleko), Sałatka jarzynowa 100g(seler, mleko), Pomidor 50g, Sałata masłowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Leczo z warzywami i ciecierzycą z dodatkiem oleju roślinnego 250g(zboża zawierające gluten, seler), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta pomidorowo-twarogowa 70g(mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko), Jabłko 100g

Dieta podstawowa dzieci (P1)

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, mleko), Sałatka jarzynowa 100g(seler, mleko), Pomidor 50g, Sałata masłowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa fasolowa z warzywami 350ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Kotlet z ryby pieczony 100g(zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta jajeczna 70g(jaja, mleko), Papryka 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 100g

Dieta podstawowa dzieci (P1) 70%

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem 245ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, mleko), Sałatka jarzynowa 70g(seler, mleko), Pomidor 35g, Sałata masłowa 7g, Masło 7g(mleko), Chleb razowy 70g(zboża zawierające gluten), Herbata 175ml	Zupa fasolowa z warzywami 245ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Kotlet z ryby pieczony 70g(zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 70g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, Sałata lodowa 7g, Kompot 175ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta jajeczna 49g(jaja, mleko), Papryka 35g, Masło 7g(mleko), Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 175ml(zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 70g

Dieta podstawowa dzieci (P1) 50%

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem 175ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, mleko), Sałatka jarzynowa 50g(seler, mleko), Pomidor 25g, Sałata masłowa 5g, Masło 5g(mleko), Chleb razowy 50g(zboża zawierające gluten), Herbata 125ml	Zupa fasolowa z warzywami 175ml(zboża zawierające gluten, seler, mleko), Kotlet z ryby pieczony 50g(zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 50g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, Sałata lodowa 5g, Kompot 125ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta jajeczna 35g(jaja, mleko), Papryka 25g, Masło 5g(mleko), Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenia 125ml(zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 50g

Dieta łatwostrawna dzieci (P2)

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, mleko), Sałatka jarzynowa 100g(seler, mleko), Pomidor 50g, Sałata masłowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Kotlet z ryby pieczony 100g(zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta pomidorowo-twarogowa 70g(mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 100g

Dieta łatwostrawna dzieci (P2) 70%

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem 245ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, mleko), Sałatka jarzynowa 70g(seler, mleko), Pomidor 35g, Sałata masłowa 7g, Masło 7g(mleko), Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające gluten), Herbata 175ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 245ml(zboża zawierające gluten, seler), Kotlet z ryby pieczony 70g(zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 70g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, Sałata lodowa 7g, Kompot 175ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta pomidorowo-twarogowa 49g(mleko), Pomidor 35g, Masło 7g(mleko), Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenana 175ml(zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 70g

Dieta łatwostrawna dzieci (P2) 50%

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem 175ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, mleko), Sałatka jarzynowa 50g(seler, mleko), Pomidor 25g, Sałata masłowa 5g, Masło 5g(mleko), Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające gluten), Herbata 125ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 175ml(zboża zawierające gluten, seler), Kotlet z ryby pieczony 50g(zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 50g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, Sałata lodowa 5g, Kompot 125ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta pomidorowo-twarogowa 35g(mleko), Pomidor 25g, Masło 5g(mleko), Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające gluten), Kawa zabielenana 125ml(zboża zawierające gluten, mleko), Jabłko 50g

Dieta bezmleczna dzieci (P15)

Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, seler), Szyunka z kija 50g Pomidor 50g, Sałata masłowa 10g, Margaryna miss kromeczki 20g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Kotlet z ryby pieczony 100g(zboża zawierające gluten, jaja, ryba), Sos grecki 110g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Sałata lodowa 10g, Kompot z jabłek 250ml	Półdewica z pasieki 50g, Pomidor 50g, Margaryna miss kromeczki 20g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jabłko 100g

Dieta bezmleczna dzieci (P15) 70%

Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa z makaronem 245ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, seler), Szyunka z kija 35g Pomidor 35g, Sałata masłowa 7g, Margaryna miss kromeczki 14g, Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające gluten), Herbata 175ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 245ml(zboża zawierające gluten, seler), Kotlet z ryby pieczony 70g(zboża zawierające gluten, jaja, ryba), Sos grecki 77g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, Sałata lodowa 7g, Kompot z jabłek 175ml	Półdewica z pasieki 35g, Pomidor 35g, Margaryna miss kromeczki 14g, Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające gluten), Herbata 175ml, Jabłko 70g

Dieta bezmleczna dzieci (P15) 50%

Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa z makaronem 175ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, seler), Szyunka z kija 25g Pomidor 25g, Sałata masłowa 5g, Margaryna miss kromeczki 10g, Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające gluten), Herbata 125ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 175ml(zboża zawierające gluten, seler), Kotlet z ryby pieczony 50g(zboża zawierające gluten, jaja, ryba), Sos grecki 55g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, Sałata lodowa 5g, Kompot z jabłek 125ml	Półdewica z pasieki 25g, Pomidor 25g, Margaryna miss kromeczki 10g, Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające gluten), Herbata 125ml, Jabłko 100g

Dieta bezglutenowa dzieci (P11)

Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa mleczna z makaronem bezglutenowym 350ml(mleko), Sałatka jarzynowa 100g(seler, mleko), Pomidor 50g, Sałata masłowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb bezglutenowy, ciemny 120g(soja, sezam), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml(seler), Filet z ryby gotowany 100g(ryba), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Sałata lodowa 10g, Kompot z jabłek 250ml	Pasta pomidorowo-twarogowa 70g(mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb bezglutenowy, ciemny 120g(soja, sezam), Herbata 250ml, Jabłko 100g

Dieta bezglutenowa dzieci (P11) 70%

Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa mleczna z makaronem bezglutenowym 245ml(mleko), Sałatka jarzynowa 70g(seler, mleko), Pomidor 35g, Sałata masłowa 7g, Masło 7g(mleko), Chleb bezglutenowy, ciemny 84g(soja, sezam), Herbata 175ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 245ml(seler), Filet z ryby gotowany 70g(ryba), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 70g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, Sałata lodowa 7g, Kompot z jabłek 175ml	Pasta pomidorowo-twarogowa 49g(mleko), Pomidor 35g, Masło 7g(mleko), Chleb bezglutenowy, ciemny 84g(soja, sezam), Herbata 175ml, Jabłko 70g

Dieta bezglutenowa dzieci (P11) 50%

Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa mleczna z makaronem bezglutenowym 175ml(mleko), Sałatka jarzynowa 50g(seler, mleko), Pomidor 25g, Sałata masłowa 5g, Masło 5g(mleko), Chleb bezglutenowy, ciemny 60g(soja, sezam), Herbata 125ml	Zupa ryżowa bez zabielenia 175ml(seler), Filet z ryby gotowany 50g(ryba), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 50g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, Sałata lodowa 5g, Kompot z jabłek 125ml	Pasta pomidorowo-twarogowa 35g(mleko), Pomidor 25g, Masło 5g(mleko), Chleb bezglutenowy, ciemny 60g(soja, sezam), Herbata 125ml, Jabłko 50g

Dieta łatwostrawna osób starszych (2)

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem 350ml(zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca, mleko), Salátka jarzynowa 100g(seler, mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa ryżowa bez zabelania 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Kotlet z ryby pieczony 100g(zboża zawierające gluten, ryba, jaja), Sos grecki z dodatkiem oleju roślinnego 100g(seler, gorczyca), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta pomidorowo-twarogowa 70g(mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Kawa zabelana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), Sok owocowy 300g

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	2023,05	66,92	70,41	20,69	285,3	249,34	48,21	36,02	1592,82	3,94

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	1983,15	80,58	64,84	21,96	273,55	239,74	46,65	33,87	1734,72	4,29

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	1665,8	57,19	62,53	19,15	218,25	188,41	25,46	29,87	1339,7	3,33

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	1925,8	71,43	71,01	19,83	248,25	214,05	29,18	34,24	1581,85	3,92

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	1925,8	71,42	71	19,81	248,25	214,05	29,19	34,24	1581,85	3,91

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	2021,9	82,93	60,21	13,62	289,75	258,35	38,1	31,46	1734,37	4,3

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	1999,6	79,92	37,4	7,88	337,47	310,86	56,79	26,65	1988,1	4,95

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	1934,25	68,49	62,75	10,19	277,27	252,72	48,98	24,61	2358,2	5,87

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	1980,75	80,41	63,96	18,09	274,02	249,52	40,51	24,56	1789,82	4,45

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	2025,1	105,42	61,46	18,61	265,49	241,16	31,86	24,37	1855,22	4,61

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	1912,95	57,47	71,15	19,05	258,67	223,78	40,02	35,16	1791,8	4,42

Dieta wegetariańska

	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	1966,55	64,7	66	17,16	281,4	252,93	47,53	28,46	1634,07	4,03

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	2023,05	66,92	70,41	20,69	285,3	249,34	48,21	36,02	1592,82	3,94

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	1416,13	46,84	49,29	14,48	199,71	174,54	33,75	25,21	1114,97	2,76

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	1011,52	33,46	35,21	10,34	142,65	124,67	24,1	18,01	796,41	1,97

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	1996,05	62,39	66,89	20,18	287,24	260,82	50,08	26,48	1727,22	4,29

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	1397,23	43,67	46,82	14,13	201,07	182,57	35,06	18,54	1209,05	3

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	998,02	31,2	33,44	10,09	143,62	130,41	25,04	13,24	863,61	2,14

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	1934,25	68,49	62,75	10,19	277,27	252,72	48,98	24,61	2358,2	5,87

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	1353,98	47,94	43,92	7,13	194,09	176,9	34,29	17,23	1650,74	4,11

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	967,12	34,25	31,37	5,09	138,64	126,36	24,49	12,31	1179,1	2,93

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	1912,95	57,47	71,15	19,05	258,67	223,78	40,02	35,16	1791,8	4,42

Dieta bezglutenowa dzieci 70%

	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	1339,06	40,23	49,8	13,33	181,07	156,65	28,01	24,61	1254,26	3,09

Dieta bezglutenowa dzieci 50%

	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	956,47	28,74	35,58	9,52	129,34	111,89	20,01	17,58	895,9	2,21

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	2043,15	63,26	67,96	20,17	294,05	265,69	59,58	28,42	1819,82	4,53

- 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