

JADŁOSPIS
27 sierpnia 2026, czwartek
Lesko

Dieta podstawowa (1)

Śniadanie/II śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Dżem 50g, Jabłko 100g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100/50)(zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta z szynki i jajek 70g(jaja, mleko), Papryka 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)

Dieta latwostrawna (2)

Śniadanie/II śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Dżem 50g, Jabłko 100g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100/50)(zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta z szynki i jajek 70g(jaja, mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posiłek nocny
Szynka z pasieki 80g, Pomidor 50g, Sałata masłowa 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 120g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(110g/40g)(zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Sałata lodowa 10g, Herbata 250ml	Pasta z szynki i jajek 70g(jaja, mleko), Papryka 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 120g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 4 posiłkowa (6)

Śniadanie	Obiad	Kolacja
Szynka z pasieki 80g, Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100/50)(zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Sałata lodowa 10g, Herbata 250ml, Kanapka z szynką drobiową, twarogiem, pomidorem i margaryną 140g(zboża zawierające gluten, mleko)	Pasta z szynki i jajek 70g(jaja, mleko), Papryka 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)

Dieta latwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)

Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Szynka z pasieki 80g, Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 200ml	Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Herbata 250ml, Kanapka z szynką drobiową, pastą z twarogu, margaryną i pomidorem 130g(zboża zawierające gluten, mleko)	Pasta z szynki i jajek 70g(ryba, mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kwasów tłuszczowych (7)

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posiłek nocny
Szynka z pasieki 80g, Pomidor 50g, Sałata zielona 10g, Margaryna miss kromeczki 15g, Chleb razowy 120g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Herbata 250ml	Pasta z szynki i jajek 70g(jaja, mleko), Pomidor 50g, Margaryna miss kromeczki 15g, Chleb razowy 120g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)

Dieta bogatobiałkowa (9)

Śniadanie/II śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Szynka z pasieki 80g(mleko), Pomidor 50g, Sałata masłowa 10g, Masło 10g(mleko), Bułka grahamka 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Kanapka z jajkiem gotowanym, polędwicą z indyka, pomidorem i margaryną 100g(zboża zawierające gluten, jaja, soja, seler)	Pomidorowa z ryżem bez zabelania 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta z szynki i jajek 70g(jaja, mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Bułka grahamka 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)

Dieta latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

Śniadanie/II śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Dżem 50g, Jabłko 100g, Margaryna miss kromeczki 10g, Chleb pszenno-żytni 120g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem bez zabelania 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju	Pasta z szynki i białka jaja 70g(jaja, mleko), Pomidor 50g, Margaryna miss kromeczki 10g, Chleb pszenno-żytni 120g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)

	roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g(zboża zawierające gluten), Sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	
--	--	--

Dieta bezmleczna (11)

Śniadanie/II śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa ziemniaczana 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Dżem 50g, Jabłko 100g, Margaryna miss kromeczeki 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem bez zabelania 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Herbata 250ml	Pasta z szynki i jajek 70g(jaja), Pomidor 50g, Margaryna miss kromeczeki 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Pomarańcza 80g

Dieta papkowata (12)

Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa z kaszą manną 350g(zboża zawierające gluten, seler), Schab gotowany 50g, Masło 10g(mleko), Bułka pszenna 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(80g/70g)(zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Zupa z makaronem 350g(zboża zawierające gluten, jaja, seler), Mięso szynka gotowana 60g, Masło 10g(mleko), Bułka pszenna 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml

Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji - płynna wzmocniona (14)

Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa z kaszą manną 350g(zboża zawierające gluten, seler), Schab gotowany 100g, Masło 10g(mleko), Bułka pszenna 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(110g/40g)(zboża zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Zupa z makaronem 350g(zboża zawierające gluten, jaja, seler), Mięso szynka gotowana 100g, 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 płatkami kukurydzianymi bezglutenowymi 350ml(orzeszki ziemne, orzechy, mleko), Dżem 50g, Jabłko 100g, Masło 10g(mleko), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca ciemny 120g(soja, sezam), Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350ml(mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100g/50g)(mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 250g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Herbata 250ml	Pasta z szynki i jajek 70g(jaja, mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca ciemny 120g(soja, sezam), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)

Dieta niskobiałkowa (10)

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Dżem 50g, Jabłko 100g, Margaryna roślinna 10g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Pierogi z ziemniakami i z tłuszczem 250g(zboża zawierające gluten, mleko), Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pomidor 50g, Sałata lodowa 10g, Margaryna roślinna 10g, Chleb pszenno-żytni 110g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Pomarańcza 80g

Dieta wegetariańska (11)

Śniadanie/II śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Dżem 50g, Jabłko 100g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Kotlety sojowe smażone w sosie pietruszkowym 150g(50g/100g)(zboża zawierające gluten, soja, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta z twarogu i jajka 70g(jaja, mleko), Papryka 50g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)

Dieta ubogoenergetyczna 1200kcal (8)

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posilek nocny
Pasta z twarogu z wędliną 70g(mleko), Pomidor 50g, Margaryna roślinna 10g, Chleb razowy 60g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 160g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta z tuńczyka, twarogu i koperku 70g(ryba, soja, mleko), Pomidor 50g, Margaryna roślinna 10g, Chleb razowy 60g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)

Dieta podstawowa dzieci (P1)

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Dżem 50g, Jabłko 100g, Masło 10g(mleko), Chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100/50)(zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta z szynki i jaj 70g(jaja, mleko), Papryka 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)

Dieta podstawowa dzieci (P1) 70%

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 245ml(zboża zawierające gluten, mleko), Dżem 35g, Jabłko 70g, Masło 7g(mleko), Chleb razowy 70g(zboża zawierające gluten), Herbata 175ml	Pomidorowa z ryżem 245ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 105g(70/35)(zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 84g, Sałata lodowa 7g, Kompot 175ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta z szynki i jaj 49g(jaja, mleko), Papryka 35g, Masło 7g(mleko), Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające gluten), Herbata 175ml, Jogurt naturalny 70g(mleko)

Dieta podstawowa dzieci (P1) 50%

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 175ml(zboża zawierające gluten, mleko), Dżem 25g, Jabłko 50g, Masło 5g(mleko), Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające gluten), Herbata 125ml	Pomidorowa z ryżem 175ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 75g(50/25)(zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 60g, Sałata lodowa 5g, Kompot 125ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta z szynki i jaj 35g(jaja, mleko), Papryka 25g, Masło 5g(mleko), Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające gluten), Herbata 125ml, Jogurt naturalny 50g(mleko)

Dieta łatwostrawna dzieci (P2)

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Dżem 50g, Jabłko 100g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100/50)(zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta z szynki i jajek 70g(jaja, mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)

Dieta łatwostrawna dzieci (P2) 70%

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 245ml(zboża zawierające gluten, mleko), Dżem 35g, Jabłko 70g, Masło 7g(mleko), Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające gluten), Herbata 175ml	Pomidorowa z ryżem 245ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 105g(70/35)(zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 84g, Kompot 175ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta z szynki i jajek 49g(jaja, mleko), Pomidor 35g, Masło 7g(mleko), Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające gluten), Herbata 175ml, Jogurt naturalny 70g(mleko)

Dieta łatwostrawna dzieci (P2) 50%

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 175ml(zboża zawierające gluten, mleko), Dżem 25g, Jabłko 50g, Masło 5g(mleko), Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające gluten), Herbata 125ml	Pomidorowa z ryżem 175ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 75g(50/25)(zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 60g, Kompot 125ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta z szynki i jajek 35g(jaja, mleko), Pomidor 25g, Masło 5g(mleko), Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające gluten), Herbata 125ml, Jogurt naturalny 50g(mleko)

Dieta bezmleczna dzieci (P15)

Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa ziemniaczana 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Dżem 50g, Jabłko 100g, Margaryna miss kromeczeki 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem bez zabeliania 350ml(zboża zawierające gluten, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100g/50g)(zboża zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Herbata 250ml	Pasta z szynki i jajek 70g(jaja), Pomidor 50g, Margaryna miss kromeczeki 15g, Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Pomarańcza 80g

Dieta bezmleczna dzieci (P15) 70%

Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa ziemniaczana 245ml(zboża zawierające gluten, seler), Dżem 35g, Jabłko 70g, Margaryna miss kromeczeki 10,5g, Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające gluten), Herbata 175ml	Pomidorowa z ryżem bez zabeliania 245ml(zboża zawierające gluten, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 105g(70g/35g)(zboża zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 84g, Herbata 175ml	Pasta z szynki i jajek 49g(jaja), Pomidor 35g, Margaryna miss kromeczeki 10,5g, Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające gluten), Herbata 175ml, Pomarańcza 56g

Dieta bezmleczna dzieci (P15) 50%

Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa ziemniaczana 175ml(zboża zawierające gluten, seler), Dżem 25g, Jabłko 50g, Margaryna miss kromeczeki 7,5g, Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające gluten), Herbata 125ml	Pomidorowa z ryżem bez zabeliania 175ml(zboża zawierające gluten, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 75g(50g/25g)(zboża zawierające gluten), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 60g, Herbata 125ml	Pasta z szynki i jajek 35g(jaja), Pomidor 25g, Margaryna miss kromeczeki 7,5g, Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające gluten), Herbata 125ml, Pomarańcza 40g

Dieta bezglutenowa dzieci (P11)

Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi bezglutenowymi 350ml(orzeszki ziemne, orzechy, mleko), Dżem 50g, Jabłko 100g, Masło 10g(mleko), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca ciemny 120g(soja, sezam), Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350ml(mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100g/50g)(mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 250g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Herbata 250ml	Pasta z szynki i jajek 70g(jaja, mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca ciemny 120g(soja, sezam), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)

Dieta bezglutenowa dzieci (P11) 70%

Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi bezglutenowymi 245ml(orzeszki ziemne, orzechy, mleko), Dżem 35g, Jabłko 70g, Masło 7g(mleko), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca ciemny 84g(soja, sezam), Herbata 175ml	Pomidorowa z ryżem 245ml(mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 105g(70g/35g)(mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 175g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 84g, Herbata 175ml	Pasta z szynki i jajek 49g(jaja, mleko), Pomidor 35g, Masło 7g(mleko), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca ciemny 84g(soja, sezam), Herbata 175ml, Jogurt naturalny 70g(mleko)

Dieta bezglutenowa dzieci (P11) 50%

Śniadanie	Obiad	Kolacja
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi bezglutenowymi 175ml(orzeszki ziemne, orzechy, mleko), Dżem 25g, Jabłko 50g, Masło 5g(mleko), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca ciemny 60g(soja, sezam), Herbata 125ml	Pomidorowa z ryżem 175ml(mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 75g(50g/25g)(mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 125g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 60g, Herbata 125ml	Pasta z szynki i jajek 35g(jaja, mleko), Pomidor 25g, Masło 5g(mleko), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca ciemny 60g(soja, sezam), Herbata 125ml, Jogurt naturalny 50g(mleko)

Dieta latwostrawna osób starszych (2)

Śniadanie	Obiad	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), Dżem 50g, Jabłko 100g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające gluten, mleko, seler), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100/50)(zboża zawierające gluten, mleko), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler)	Pasta z szynki i jajek 70g(jaja, mleko), Pomidor 50g, Masło 10g(mleko), Chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko)

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	2035,25	74,77	65,48	22,48	284,78	256,02	64,46	28,76	1611,27	3,99

Dieta latwostrawna

	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	2041,1	73,75	65,68	22,93	288,35	263,42	63,52	24,93	1812,77	4,5

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	1791,2	85,13	58,48	18,77	226,31	196,8	27,9	29,5	2215,15	5,5

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 4 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	2047,55	101,27	71,14	22,38	245,71	215,75	29,67	29,96	2518,45	6,27

Dieta latwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

	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	1999,95	95,1	70,95	22,87	245,13	223,77	22,3	21,35	3044,5	7,58

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kwasów tłuszczowych

	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	1920,95	91,03	69,78	10,1	227,67	198,5	23,04	29,16	2134,55	5,33

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	2191,25	103,2	71,16	24,55	286,74	256,4	46,8	30,34	2620,77	6,53

Dieta latwostrawna 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	1960,65	88,95	33,23	7,67	324,12	296,12	62,32	27,99	2019,52	5

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	2025,05	66,47	63,59	9,12	301,67	274,95	65,47	26,72	1720,95	4,28

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	1999,15	81,8	60,19	23,39	285,68	267,1	49,97	18,56	1591,85	3,95

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	2022,8	105,59	59,28	18,89	269,82	253,24	48,17	16,58	1652,46	4,1

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	2082,4	70,55	68,27	21,44	291,51	258,05	62,14	33,79	2108	5,22

Dieta niskobiałkowa

	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	1905,45	41,43	54,83	12,82	308,44	284,49	72,23	23,95	1445,97	3,61

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	2074,45	77,19	62,56	21,73	291,92	251,03	70,07	40,89	1116,42	2,74

Dieta ubogoenergetyczna 1200kcal

	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	1269,3	68,66	43,41	11,92	150,2	130,13	29,72	20,07	1116,57	2,77

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	2035,25	74,77	65,48	22,48	284,78	256,02	64,46	28,76	1611,27	3,99

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	1424,67	52,34	45,84	15,74	199,35	179,21	45,12	20,13	1127,89	2,79

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	1017,62	37,38	32,74	11,24	142,39	128,01	32,23	14,38	805,64	2

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	2041,1	73,75	65,68	22,93	288,35	263,42	63,52	24,93	1812,77	4,5

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	1428,77	51,62	45,98	16,05	201,85	184,39	44,46	17,45	1268,94	3,15

Dieta łatwostrawna 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	1020,55	36,88	32,84	11,46	144,18	131,71	31,76	12,47	906,38	2,25

Dieta bezmleczna dzieci

	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	2025,05	66,47	63,59	9,12	301,67	274,95	65,47	26,72	1720,95	4,28

Dieta bezmleczna 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	1417,54	46,53	44,51	6,38	211,17	192,46	45,83	18,7	1204,66	3

Dieta bezmleczna 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	1012,52	33,23	31,8	4,56	150,84	137,48	32,74	13,36	860,48	2,14

Dieta bezglutenowa dzieci

	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	2082,4	70,55	68,27	21,44	291,51	258,05	62,14	33,79	2108	5,22

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	1457,68	49,38	47,79	15,01	204,06	180,63	43,5	23,65	1475,6	3,65

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	1041,2	35,27	34,14	10,72	145,76	129,02	31,07	16,9	1054	2,61

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	2041,1	73,75	65,68	22,93	288,35	263,42	63,52	24,93	1812,77	4,5

- 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