

**Dieta podstawowa (1)**

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

**Dieta łatwostrawna (2)**

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

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

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

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

| <b>Śniadanie/II śniadanie</b>                                                                                                                                                  | <b>Obiad/Podwieczorek</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Kolacja/Posiłek nocny</b>                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pasta z szynki i jaj 70g( <b>jaja, mleko</b> ), Papryka 50g, Sałata masłowa 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml | Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, seler</b> ), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100/50)(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), 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 <b>gluten, mleko</b> ) | Indyk z pasieki 80g, Pomidor 50g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g( <b>mleko</b> ) |

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

| <b>Śniadanie/II śniadanie</b>                                                                                                                                                  | <b>Obiad/Podwieczorek</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Kolacja/Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pasta z szynki i jaj 70g( <b>jaja, mleko</b> ), Papryka 50g, Sałata masłowa 10g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml | Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, seler</b> ), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100/50)(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), 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 70g(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ) | Indyk z pasieki 80g, Pomidor 50g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb razowy 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g( <b>mleko</b> ), Kanapka z szynką drobiową, twarogiem, pomidorem i margaryną 70g(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ) |

**Dieta bogatobiałkowa (9)**

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

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

| Śniadanie/II śniadanie                                                                                                                                                                                                                                   | Obiad/Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Kolacja/Posilek nocny                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Pasta z szynki i białka jaja 70g( <b>jaja, mleko</b> ), Pomidor 50g, Margaryna roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 120g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml | Pomidorowa z ryżem bez zabelania 350ml(zboża zawierające <b>gluten, seler</b> ), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100g/50g)(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Marchew zagęszczana 120g(zboża zawierające <b>gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, orzechy, seler</b> ), Sałata lodowa 10g, Kompot 250ml(zboża zawierające <b>gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler</b> ) | Dżem 50g(zboża zawierające <b>gluten, sezam</b> ), Pomidor 50g, Margaryna roślinna 15g, Chleb pszenno-żytni 120g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g( <b>mleko</b> ) |

### Dieta bezmleczna (11)

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

### Dieta papkowata (12)

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

### Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji - płynna wzmocniona (14)

| Śniadanie/II śniadanie                                                                                                                                                                | Obiad/Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Kolacja/Posilek nocny                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa z kaszą manną 350g(zboża zawierające <b>gluten, seler</b> ), Schab gotowany 100g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Bułka pszenna 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml | Pomidorowa z ryżem 350ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, seler</b> ), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(110g/40g)(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, Kompot 250ml(zboża zawierające <b>gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler</b> ) | Zupa z makaronem 350g(zboża zawierające <b>gluten, jaja, seler</b> ), Mięso szynka gotowana 100g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Bułka pszenna 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml |

### Dieta bezglutenowa (11)

| Śniadanie/II śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                             | Obiad/Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                      | Kolacja/Posilek nocny                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi bezglutenowymi 350ml( <b>orzeszki ziemne, orzechy, mleko</b> ), Pasta z szynki i jaj 70g( <b>jaja, mleko</b> ), Pomidor 50g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca ciemny 120g( <b>soja, sezam</b> ), Herbata 250ml | Pomidorowa z ryżem 350ml( <b>mleko, seler</b> ), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100g/50g)( <b>mleko</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 250g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Herbata 250ml | Indyk z pasieki 50g, Pomidor 50g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca ciemny 120g( <b>soja, sezam</b> ), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g( <b>mleko</b> ) |

### Dieta wegetariańska (11)

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

### Dieta podstawowa dzieci (P1)

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

#### Dieta podstawowa dzieci (P1) 70%

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

#### Dieta podstawowa dzieci (P1) 50%

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

#### Dieta łatwostrawna dzieci (P2)

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

#### Dieta łatwostrawna dzieci (P2) 70%

| Śniadanie/II śniadanie                                                                                                                                                                                                                            | Obiad/Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Kolacja/Posilek nocny                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 245ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Pasta z szynki i jaj 49g( <b>mleko, jaja</b> ), Pomidor 35g, Masło 7g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 175ml | Pomidorowa z ryżem 245ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, seler</b> ), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 105g(70/35)(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, Marchew zagęszczana z dodatkiem oleju roślinnego 84g(zboża zawierające <b>gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, orzechy, seler</b> ), Kompot 175ml(zboża zawierające <b>gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler</b> ) | Dżem 35g(zboża zawierające <b>gluten, sezam</b> ), Jabłko 70g, Masło 7g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 175ml, Jogurt naturalny 70g( <b>mleko</b> ) |

#### Dieta łatwostrawna dzieci (P2) 50%

| Śniadanie/II śniadanie                                                                                                                                                                                                                            | Obiad/Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Kolacja/Posilek nocny                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 175ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Pasta z szynki i jaj 35g( <b>mleko, jaja</b> ), Pomidor 25g, Masło 5g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 125ml | Pomidorowa z ryżem 175ml(zboża zawierające <b>gluten, mleko, seler</b> ), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 75g(50/25)(zboża zawierające <b>gluten, mleko</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, Marchew zagęszczana z dodatkiem oleju roślinnego 60g(zboża zawierające <b>gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, orzechy, seler</b> ), Kompot 125ml(zboża zawierające <b>gluten, gorczyca, soja, jaja, mleko, seler</b> ) | Dżem 25g(zboża zawierające <b>gluten, sezam</b> ), Jabłko 50g, Masło 5g( <b>mleko</b> ), Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 125ml, Jogurt naturalny 50g( <b>mleko</b> ) |

#### Dieta bezmleczna dzieci (P15)

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

#### Dieta bezmleczna dzieci (P15) 70%

| Śniadanie/II śniadanie                                                                                                                                                                                                     | Obiad/Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Kolacja/Posilek nocny                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa ziemniaczana 245ml(zboża zawierające <b>gluten, seler</b> ), Pasta z szynki i jaj 49g( <b>jaja</b> ), Pomidor 35g, Margaryna roślinna 10,5g, Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 175ml | Pomidorowa z ryżem bez zabelania 245ml(zboża zawierające <b>gluten, seler</b> ), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 105g(70g/35g)(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 84g, Herbata 175ml | Dżem 35g, Jabłko 70g, Margaryna roślinna 10,5g, Chleb pszenno-żytni 70g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 175ml, Pomarańcza 56g |

### Dieta bezmleczna dzieci (P15) 50%

| Śniadanie/II śniadanie                                                                                                                                                                                                    | Obiad/Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Kolacja/Posilek nocny                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa ziemniaczana 175ml(zboża zawierające <b>gluten, seler</b> ), Pasta z szynki i jaj 35g( <b>jaja</b> ), Pomidor 25g, Margaryna roślinna 7,5g, Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 125ml | Pomidorowa z ryżem bez zabelania 175ml(zboża zawierające <b>gluten, seler</b> ), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 75g(50g/25g)(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 60g, Herbata 125ml | Dżem 25g, Jabłko 50g, Margaryna roślinna 7,5g, Chleb pszenno-żytni 50g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 125ml, Pomarańcza 40g |

### Dieta bezglutenowa dzieci (P11)

| Śniadanie/II śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                             | Obiad/Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                      | Kolacja/Posilek nocny                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi bezglutenowymi 350ml( <b>orzeszki ziemne, orzechy, mleko</b> ), Pasta z szynki i jaj 70g( <b>jaja, mleko</b> ), Pomidor 50g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca ciemny 120g( <b>soja, sezam</b> ), Herbata 250ml | Pomidorowa z ryżem 350ml( <b>mleko, seler</b> ), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g(100g/50g)( <b>mleko</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 250g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 120g, Herbata 250ml | Indyk z pasieki 50g, Pomidor 50g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca ciemny 120g( <b>soja, sezam</b> ), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g( <b>mleko</b> ) |

### Dieta bezglutenowa dzieci (P11) 70%

| Śniadanie/II śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                           | Obiad/Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                    | Kolacja/Posilek nocny                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi bezglutenowymi 245ml( <b>orzeszki ziemne, orzechy, mleko</b> ), Pasta z szynki i jaj 49g( <b>jaja, mleko</b> ), Pomidor 35g, Masło 7g( <b>mleko</b> ), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca ciemny 84g( <b>soja, sezam</b> ), Herbata 175ml | Pomidorowa z ryżem 245ml( <b>mleko, seler</b> ), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 105g(70g/35g)( <b>mleko</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 175g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 84g, Herbata 175ml | Indyk z pasieki 35g, Pomidor 35g, Masło 7g( <b>mleko</b> ), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca ciemny 84g( <b>soja, sezam</b> ), Herbata 175ml, Jogurt naturalny 70g( <b>mleko</b> ) |

### Dieta bezglutenowa dzieci (P11) 50%

| Śniadanie/II śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                           | Obiad/Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                   | Kolacja/Posilek nocny                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi bezglutenowymi 175ml( <b>orzeszki ziemne, orzechy, mleko</b> ), Pasta z szynki i jaj 35g( <b>jaja, mleko</b> ), Pomidor 25g, Masło 5g( <b>mleko</b> ), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca ciemny 60g( <b>soja, sezam</b> ), Herbata 125ml | Pomidorowa z ryżem 175ml( <b>mleko, seler</b> ), Filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 75g(50g/25g)( <b>mleko</b> ), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 125g, Surówka z marchwi i jabłka z dodatkiem oleju roślinnego 60g, Herbata 125ml | Indyk z pasieki 25g, Pomidor 25g, Masło 5g( <b>mleko</b> ), Chleb bezglutenowy, bochen z pieca ciemny 60g( <b>soja, sezam</b> ), Herbata 125ml, Jogurt naturalny 50g( <b>mleko</b> ) |

### Dieta łatwostrawna osób starszych (2)

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

## Wartości odżywcze:

### Dieta podstawowa

|      | 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 | 2044,9         | 77,16      | 65,75        | 22,5                          | 280,29                 | 250,12                       | 60,82     | 30,17                 | 1587,77  | 3,93    |

### Dieta łatwostrawna

|      | 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 | 2045,95        | 76,16      | 65,35        | 22,45                         | 283,99                 | 257,65                       | 59,9      | 26,34                 | 1789,27  | 4,44    |

### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa

|      | 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 | 1795,35        | 85,1       | 58,91        | 18,9                          | 226,33                 | 196,99                       | 27,99     | 29,33                 | 2216,8   | 5,51    |

### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 5 posiłkowa

|      | 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 | 2034,75        | 100,62     | 69,4         | 21,74                         | 246,64                 | 216,68                       | 30,49     | 29,96                 | 2588,45  | 6,44    |

### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6 posiłkowa

|      | 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 | 1988,37        | 99,57      | 65,3         | 21,09                         | 245,62                 | 215,86                       | 30,18     | 29,76                 | 2617,95  | 6,5     |

### Dieta bogatobiałkowa

|      | 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 | 2208,1         | 104,7      | 70,04        | 24,13                         | 287,67                 | 256,82                       | 44,68     | 30,85                 | 2737,17  | 6,82    |

**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**

|      | Energia<br>[kcal] | Białko<br>[g] | Tłuszcze<br>[g] | Kwasy tłuszczowe<br>nasycone [g] | Węglowodany<br>ogółem [g] | Węglowodany<br>przyswajalne [g] | Cukry<br>[g] | Błonnik<br>pokarmowy [g] | Sód<br>[mg] | Sól [g] |
|------|-------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------------|-------------|---------|
| Suma | 1956,5            | 89,1          | 38,1            | 9,5                              | 307,27                    | 279,94                          | 49,7         | 27,32                    | 2091,47     | 5,2     |

**Dieta bezmleczna**

|      | Energia<br>[kcal] | Białko<br>[g] | Tłuszcze<br>[g] | Kwasy tłuszczowe<br>nasycone [g] | Węglowodany<br>ogółem [g] | Węglowodany<br>przyswajalne [g] | Cukry<br>[g] | Błonnik<br>pokarmowy [g] | Sód<br>[mg] | Sól [g] |
|------|-------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------------|-------------|---------|
| Suma | 2027,65           | 68,54         | 63,9            | 9,33                             | 299,06                    | 272,12                          | 64,41        | 26,94                    | 1790,25     | 4,45    |

**Dieta papkowata**

|      | Energia<br>[kcal] | Białko<br>[g] | Tłuszcze<br>[g] | Kwasy tłuszczowe<br>nasycone [g] | Węglowodany<br>ogółem [g] | Węglowodany<br>przyswajalne [g] | Cukry<br>[g] | Błonnik<br>pokarmowy [g] | Sód<br>[mg] | Sól [g] |
|------|-------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------------|-------------|---------|
| Suma | 1989,55           | 81,84         | 58,99           | 22,41                            | 285,94                    | 267,36                          | 50,01        | 18,56                    | 1591,85     | 3,95    |

**Dieta łatwostrawna o zmiennej konsystencji - płynna wzmocniona**

|      | Energia<br>[kcal] | Białko<br>[g] | Tłuszcze<br>[g] | Kwasy tłuszczowe<br>nasycone [g] | Węglowodany<br>ogółem [g] | Węglowodany<br>przyswajalne [g] | Cukry<br>[g] | Błonnik<br>pokarmowy [g] | Sód<br>[mg] | Sól [g] |
|------|-------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------------|-------------|---------|
| Suma | 2016              | 105,54        | 58,64           | 18,37                            | 269,02                    | 251,53                          | 48,57        | 17,49                    | 1637,58     | 4,06    |

**Dieta bezglutenowa**

|      | Energia<br>[kcal] | Białko<br>[g] | Tłuszcze<br>[g] | Kwasy tłuszczowe<br>nasycone [g] | Węglowodany<br>ogółem [g] | Węglowodany<br>przyswajalne [g] | Cukry<br>[g] | Błonnik<br>pokarmowy [g] | Sód<br>[mg] | Sól [g] |
|------|-------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------------|-------------|---------|
| Suma | 2015,15           | 79,35         | 68,71           | 21,61                            | 262,96                    | 231,06                          | 36,64        | 32,23                    | 2591,65     | 6,44    |

**Dieta wegetariańska**

|      | Energia<br>[kcal] | Białko<br>[g] | Tłuszcze<br>[g] | Kwasy tłuszczowe<br>nasycone [g] | Węglowodany<br>ogółem [g] | Węglowodany<br>przyswajalne [g] | Cukry<br>[g] | Błonnik<br>pokarmowy [g] | Sód<br>[mg] | Sól [g] |
|------|-------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------------|-------------|---------|
| Suma | 2114,3            | 77,93         | 67,6            | 21,56                            | 287,38                    | 245,42                          | 66,71        | 41,96                    | 1166,57     | 2,88    |

**Dieta podstawowa dzieci**

|      | Energia<br>[kcal] | Białko<br>[g] | Tłuszcze<br>[g] | Kwasy tłuszczowe<br>nasycone [g] | Węglowodany<br>ogółem [g] | Węglowodany<br>przyswajalne [g] | Cukry<br>[g] | Błonnik<br>pokarmowy [g] | Sód<br>[mg] | Sól [g] |
|------|-------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------------|-------------|---------|
| Suma | 2044,9            | 77,16         | 65,75           | 22,5                             | 280,29                    | 250,12                          | 60,82        | 30,17                    | 1587,77     | 3,93    |

**Dieta podstawowa dzieci 70%**

|      | Energia<br>[kcal] | Białko<br>[g] | Tłuszcze<br>[g] | Kwasy tłuszczowe<br>nasycone [g] | Węglowodany<br>ogółem [g] | Węglowodany<br>przyswajalne [g] | Cukry<br>[g] | Błonnik<br>pokarmowy [g] | Sód<br>[mg] | Sól [g] |
|------|-------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------------|-------------|---------|
| Suma | 1431,43           | 54,01         | 46,02           | 15,75                            | 196,2                     | 175,08                          | 42,57        | 21,12                    | 1111,44     | 2,75    |

**Dieta podstawowa dzieci 50%**

|      | Energia<br>[kcal] | Białko<br>[g] | Tłuszcze<br>[g] | Kwasy tłuszczowe<br>nasycone [g] | Węglowodany<br>ogółem [g] | Węglowodany<br>przyswajalne [g] | Cukry<br>[g] | Błonnik<br>pokarmowy [g] | Sód<br>[mg] | Sól [g] |
|------|-------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------------|-------------|---------|
| Suma | 1022,45           | 38,58         | 32,88           | 11,25                            | 140,14                    | 125,06                          | 30,41        | 15,08                    | 793,88      | 1,96    |

**Dieta łatwostrawna dzieci**

|      | Energia<br>[kcal] | Białko<br>[g] | Tłuszcze<br>[g] | Kwasy tłuszczowe<br>nasycone [g] | Węglowodany<br>ogółem [g] | Węglowodany<br>przyswajalne [g] | Cukry<br>[g] | Błonnik<br>pokarmowy [g] | Sód<br>[mg] | Sól [g] |
|------|-------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------------|-------------|---------|
| Suma | 2045,95           | 76,16         | 65,35           | 22,45                            | 283,99                    | 257,65                          | 59,9         | 26,34                    | 1789,27     | 4,44    |

**Dieta łatwostrawna dzieci 70%**

|      | Energia<br>[kcal] | Białko<br>[g] | Tłuszcze<br>[g] | Kwasy tłuszczowe<br>nasycone [g] | Węglowodany<br>ogółem [g] | Węglowodany<br>przyswajalne [g] | Cukry<br>[g] | Błonnik<br>pokarmowy [g] | Sód<br>[mg] | Sól [g] |
|------|-------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------------|-------------|---------|
| Suma | 1432,16           | 53,31         | 45,74           | 15,71                            | 198,79                    | 180,35                          | 41,93        | 18,44                    | 1252,49     | 3,11    |

**Dieta łatwostrawna dzieci 50%**

|      | Energia<br>[kcal] | Białko<br>[g] | Tłuszcze<br>[g] | Kwasy tłuszczowe<br>nasycone [g] | Węglowodany<br>ogółem [g] | Węglowodany<br>przyswajalne [g] | Cukry<br>[g] | Błonnik<br>pokarmowy [g] | Sód<br>[mg] | Sól [g] |
|------|-------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------------|-------------|---------|
| Suma | 1022,98           | 38,08         | 32,68           | 11,22                            | 141,99                    | 128,82                          | 29,95        | 13,17                    | 894,63      | 2,22    |

**Dieta bezmleczna dzieci**

|      | Energia<br>[kcal] | Białko<br>[g] | Tłuszcze<br>[g] | Kwasy tłuszczowe<br>nasycone [g] | Węglowodany<br>ogółem [g] | Węglowodany<br>przyswajalne [g] | Cukry<br>[g] | Błonnik<br>pokarmowy [g] | Sód<br>[mg] | Sól [g] |
|------|-------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------------|-------------|---------|
| Suma | 2027,65           | 68,54         | 63,9            | 9,33                             | 299,06                    | 272,12                          | 64,41        | 26,94                    | 1790,25     | 4,45    |

**Dieta bezmleczna dzieci 70%**

|      | Energia<br>[kcal] | Białko<br>[g] | Tłuszcze<br>[g] | Kwasy tłuszczowe<br>nasycone [g] | Węglowodany<br>ogółem [g] | Węglowodany<br>przyswajalne [g] | Cukry<br>[g] | Błonnik<br>pokarmowy [g] | Sód<br>[mg] | Sól [g] |
|------|-------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------------|-------------|---------|
| Suma | 1419,36           | 47,98         | 44,73           | 6,53                             | 209,34                    | 190,48                          | 45,09        | 18,86                    | 1253,17     | 3,11    |

**Dieta bezmleczna dzieci 50%**

|      | Energia<br>[kcal] | Białko<br>[g] | Tłuszcze<br>[g] | Kwasy tłuszczowe<br>nasycone [g] | Węglowodany<br>ogółem [g] | Węglowodany<br>przyswajalne [g] | Cukry<br>[g] | Błonnik<br>pokarmowy [g] | Sód<br>[mg] | Sól [g] |
|------|-------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------------|-------------|---------|
| Suma | 1013,82           | 34,27         | 31,95           | 4,66                             | 149,53                    | 136,06                          | 32,2         | 13,47                    | 895,12      | 2,22    |

**Dieta bezglutenowa dzieci**

|      | Energia<br>[kcal] | Białko<br>[g] | Tłuszcze<br>[g] | Kwasy tłuszczowe<br>nasycone [g] | Węglowodany<br>ogółem [g] | Węglowodany<br>przyswajalne [g] | Cukry<br>[g] | Błonnik<br>pokarmowy [g] | Sód<br>[mg] | Sól [g] |
|------|-------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------------|-------------|---------|
| Suma | 2015,15           | 79,35         | 68,71           | 21,61                            | 262,96                    | 231,06                          | 36,64        | 32,23                    | 2591,65     | 6,44    |

**Dieta bezglutenowa dzieci 70%**

|      | Energia<br>[kcal] | Białko<br>[g] | Tłuszcze<br>[g] | Kwasy tłuszczowe<br>nasycone [g] | Węglowodany<br>ogółem [g] | Węglowodany<br>przyswajalne [g] | Cukry<br>[g] | Błonnik<br>pokarmowy [g] | Sód<br>[mg] | Sól [g] |
|------|-------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------------|-------------|---------|
| Suma | 1410,6            | 55,54         | 48,1            | 15,13                            | 184,07                    | 161,74                          | 25,65        | 22,56                    | 1814,15     | 4,51    |

**Dieta bezglutenowa dzieci 50%**

|      | Energia<br>[kcal] | Białko<br>[g] | Tłuszcze<br>[g] | Kwasy tłuszczowe<br>nasycone [g] | Węglowodany<br>ogółem [g] | Węglowodany<br>przyswajalne [g] | Cukry<br>[g] | Błonnik<br>pokarmowy [g] | Sód<br>[mg] | Sól [g] |
|------|-------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------------|-------------|---------|
| Suma | 1007,58           | 39,68         | 34,36           | 10,8                             | 131,48                    | 115,53                          | 18,32        | 16,12                    | 1295,82     | 3,22    |

**Dieta łatwostrawna osób starszych**

|      | Energia<br>[kcal] | Białko<br>[g] | Tłuszcze<br>[g] | Kwasy tłuszczowe<br>nasycone [g] | Węglowodany<br>ogółem [g] | Węglowodany<br>przyswajalne [g] | Cukry<br>[g] | Błonnik<br>pokarmowy [g] | Sód<br>[mg] | Sól [g] |
|------|-------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------------|-------------|---------|
| Suma | 2045,95           | 76,16         | 65,35           | 22,45                            | 283,99                    | 257,65                          | 59,9         | 26,34                    | 1789,27     | 4,44    |

- 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