

SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML /alergeny: gluten; mleko/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- OGÓREK KISZONY 80 G
- JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (2 KROMKI) 70 G /alergeny: gluten/
- CHLEB GRAHAM (1 KROMKA) 30 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G /alergeny: gluten; mleko/



## Obiad

- OGÓRKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- GULASZ WOŁOWY 180 G (D) /alergeny: gluten; mleko/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- KASZA GRYCZANA 200 G (G) /alergeny: soja; orzechy; gorczyca; łubiny/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML



## Kolacja

- POLEDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- DŻEM 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- OGÓREK ŚWIEŻY 70 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (2 KROMKI) 70 G /alergeny: gluten/
- CHLEB GRAHAM (1 KROMKA) 30 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

## Cały dzień

Kaloryczność: 2157 kcal

BIAŁKO 100,41 g; WĘGLOWODANY 282,16 g; Cukry proste 66,16 g; TŁUSZCZE 74,05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 39,68 g; BŁONNIK 26,71 g; Sól 7,94 g

## DIETA CUKRZYCOWA

### Śniadanie

- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 70 G /alergeny: soja/
- OGÓREK KISZONY 80 G
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- CHLEB GRAHAM (3 KROMKI) 90 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Drugie śniadanie

- WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI
- PIECZYWO CHRUPKIE PEŁNOZIARNISTE (3szt.) 17 G /alergeny: gluten/

### Obiad

- ZUPA KOPERKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/
- SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ b/c 100 G
- SOS JARZYNOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KASZA GRYCZANA 200 G (G) /alergeny: soja; orzechy; gorczyca; łubiny/
- KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)

### Podwieczorek

- JABŁKO 250 G

### Kolacja

- POLEDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- TWARÓG ZE SZCZYPIORKIEM 120 G /alergeny: mleko/
- OGÓREK ŚWIEŻY 70 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB GRAHAM ( 4 KROMKI ) 120 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2030 kcal

BIAŁKO 116,72 g; WĘGLOWODANY 281,11 g; Cukry proste 53,83 g; TŁUSZCZE 55,35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 25,27 g; BŁONNIK 38,04 g; Sól 8,03 g

## DIETA ŁATWOSTRAWNA

### Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML /alergeny: gluten; mleko/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/
- DŻEM 25 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- ZUPA KOPERKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/
- SOS JARZYNOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- POLĘDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- DŻEM 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2088 kcal

BIAŁKO 91,57 g; WĘGLOWODANY 310,53 g; Cukry proste 77,46 g; TŁUSZCZE 57,98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,29 g; BŁONNIK 27,69 g; Sól 5,80 g

## DIETA BEZGLUTENOWA

### Śniadanie

- SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
- SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/
- DŻEM 25 G
- CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

### Obiad

- KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
- KURCZAK GOTOWANY - PIERŚ spec. 150 G (G)
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- KASZA GRYCZANA 200 G (G) /alergeny: soja; orzechy; gorczyca; łubiny/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
- SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/
- DŻEM 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2034 kcal

BIAŁKO 133,06 g; WĘGLOWODANY 214,19 g; Cukry proste 56,12 g; TŁUSZCZE 72,94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 31,04 g; BŁONNIK 21,21 g; Sól 4,01 g

## DIETA BEZMLECZNA

### Śniadanie

- KASZKA MANNA Z JABŁKIEM b/ml 200G (G) /alergeny: gluten/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
- DŻEM 25 G
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNİ (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- HERBATA 200 G

### Obiad

- KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
- PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- POLEDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- DŻEM 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNİ (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 1958 kcal

BIAŁKO 109,25 g; WĘGLOWODANY 307,76 g; Cukry proste 69,93 g; TŁUSZCZE 37,02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 11,05 g; BŁONNIK 25,61 g; Sól 5,54 g

## DIETA BOGATOBIAŁKOWA

### Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML /alergeny: gluten; mleko/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 70 G /alergeny: soja/
- JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- ZUPA KOPERKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- SOS JARZYNOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Podwieczorek

- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

### Kolacja

- POLEDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2332 kcal

BIAŁKO 125,87 g; WĘGLOWODANY 301,63 g; Cukry proste 66,87 g; TŁUSZCZE 73,83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,82 g; BŁONNIK 27,75 g; Sól 6,59 g

## DIETA HIPOALERGICZNA

### Śniadanie

- SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
- JABŁKO 250 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

### Obiad

- KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
- KURCZAK GOTOWANY - PIERŚ spec. 150 G (G)
- MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)
- JABŁKO GOTOWANE 200 G (G)

### Kolacja

- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
- SOK MARCHEW-JABŁKO 200 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2177 kcal

BIAŁKO 121,58 g; WĘGLOWODANY 289,73 g; Cukry proste 81,84 g; TŁUSZCZE 66,24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 30,14 g; BŁONNIK 34,68 g; Sól 3,28 g



## DIETA KLEIKOWA

### Śniadanie

- HERBATA 200 G
- KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)
- SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

### Obiad

- HERBATA 200 G
- KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)
- SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

### Kolacja

- HERBATA 200 G
- KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)
- SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

### Cały dzień

Kaloryczność: 705 kcal

BIAŁKO 19,44 g; WĘGLOWODANY 138,60 g; Cukry proste 3,51 g; TŁUSZCZE 7,20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 1,17 g; BŁONNIK 4,95 g; Sól 0,90 g

## DIETA NISKOBIĄŁKOWA

### Śniadanie

- KASZKA MANNA Z JABŁKIEM b/ml 200G (G) /alergeny: gluten/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 30 G /alergeny: soja/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

### Obiad

- ZUPA KOPERKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- GULASZ ZIEMNIACZANO JARZYNOWY 350 G (G) /alergeny: gluten; seler/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)
- JABŁKO GOTOWANE 200 G (G)

### Kolacja

- MEDALIONY WARZYWNE 350 G (P) /alergeny: gluten; jaja; mleko/
- POŁĘDWICA DROBIOWA 30 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- DŻEM 25 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2016 kcal

BIAŁKO 50,67 g; WĘGLOWODANY 343,35 g; Cukry proste 75,04 g; TŁUSZCZE 56,63 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 27,03 g; BŁONNIK 38,63 g; Sól 3,95 g

## DIETA NISKOSODOWA

### Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML /alergeny: gluten; mleko/
- SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
- KURCZAK GOTOWANY - PIERŚ spec. 150 G (G)
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
- OGÓREK ŚWIEŻY 70 G
- SOK MARCHEW-JABŁKO 200 ML
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- CYTRYNA 15 G
- HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2174 kcal

BIAŁKO 141,37 g; WĘGLOWODANY 291,42 g; Cukry proste 71,53 g; TŁUSZCZE 54,38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 18,33 g; BŁONNIK 27,60 g; Sól 3,62 g

## DIETA PAPKOWATA

### Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML /alergeny: gluten; mleko/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/
- DŻEM 25 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- ZUPA KOPERKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PULPETY DROBIOWE 100 G /udo/ (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- POLEDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2161 kcal

BIAŁKO 98,11 g; WĘGLOWODANY 290,01 g; Cukry proste 70,05 g; TŁUSZCZE 71,90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 38,38 g; BŁONNIK 25,13 g; Sól 5,81 g

## DIETA PŁYNNA

### Śniadanie

- PŁYNNA MLECZNA Z PŁATKAMI 500 ML /alergeny: gluten; mleko/

### Drugie śniadanie

- GALARETKA 500 ML
- JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/

### Obiad

- KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G)
- KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)
- ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

### Podwieczorek

- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

### Kolacja

- BUDYŃ NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 ML (G) /alergeny: mleko/
- KALAFIOROWA spec. 400 ML (G)
- KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

### Cały dzień

Kaloryczność: 1866 kcal

BIAŁKO 96,61 g; WĘGLOWODANY 222,36 g; Cukry proste 137,21 g; TŁUSZCZE 66,79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,09 g; BŁONNIK 8,06 g; Sól 2,04 g

## DIETA ROZDROBNIONA

### Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML /alergeny: gluten; mleko/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/
- DŻEM 25 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- ZUPA KOPERKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- SOS JARZYNOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- POLEDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- DŻEM 25 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- CYTRYNA 15 G
- HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2088 kcal

BIAŁKO 91,57 g; WĘGLOWODANY 310,53 g; Cukry proste 77,46 g; TŁUSZCZE 57,98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,29 g; BŁONNIK 27,69 g; Sól 5,80 g

## DIETA WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

### Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML /alergeny: gluten; mleko/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
- PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

### Kolacja

- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
- POLEDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- SOK MARCHEW-JABŁKO 200 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2119 kcal

BIAŁKO 113,40 g; WĘGLOWODANY 303,92 g; Cukry proste 75,37 g; TŁUSZCZE 55,67 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 23,73 g; BŁONNIK 28,80 g; Sól 5,19 g

## DIETA WEGETARIAŃSKA

### Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML /alergeny: gluten; mleko/
- SER TWAROGOWY TOPIONY 17 G /alergeny: mleko; gorczyca/
- JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/
- OGÓREK KISZONY 80 G
- DŻEM 25 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
- GULASZ ZIEMNIACZANO JARZYNOWY 350 G (G) /alergeny: gluten; seler/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- TWARÓG ZE SZCZYPIORKIEM 120 G /alergeny: mleko/
- DŻEM 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2045 kcal

BIAŁKO 66,72 g; WĘGLOWODANY 298,05 g; Cukry proste 78,38 g; TŁUSZCZE 71,16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,41 g; BŁONNIK 31,58 g; Sól 5,88 g