

SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

MIÓD 25 G

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 (G) /alergeny: gluten; mleko/



Obiad

ZUPA KOPERKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/

RYBA PIECZONA Z ZIOŁAMI I SEREM 110 G (P) /alergeny: ryby; mleko; seler/

SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ 100 G

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)



Kolacja

POŁĘDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/

OGÓREK ŚWIEŻY 50 G

POWIDŁA 25 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

Cały dzień

Kaloryczność: 2099 kcal

BIAŁKO 104,58 g; WĘGLOWODANY 268,58 g; Cukry proste 56,76 g; TŁUSZCZE 71,34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 38,25 g; BŁONNIK 22,24 g; Sól 6,19 g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
SAŁATA 15 G
MIÓD 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/
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/
MARCHEW Z BROKUŁEM GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: mleko/
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

Kolacja

POŁĘDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/
POMIDOR 70 G
POWIDŁA 25 G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2081 kcal

BIAŁKO 100,86 g; WĘGLOWODANY 285,98 g; Cukry proste 61,61 g; TŁUSZCZE 64,00 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 37,52 g; BŁONNIK 23,22 g; Sól 5,15 g

DIETA CUKRZYCOWA

Śniadanie

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 70 G /alergeny: soja/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

SŁONECZNIK 15 G /alergeny: gluten; orzechy; sezam/

SAŁATA 15 G

CHLEB GRAHAM (3 KROMKI) 90 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Drugie śniadanie

JABŁKO 250 G

WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

Obiad

ZUPA KOPERKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/

RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/

SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ b/c 100 G

KASZA BULGUR 200 G (G) /alergeny: gluten/

SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

Podwieczorek

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

POŁĘDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/

OGÓREK ŚWIEŻY 50 G

PASTA Z SOCZEWICY I MARCHEWKI 70 G /alergeny: gluten; orzechy; soja; seler; gorczyca; sezam/

CHLEB GRAHAM (4 KROMKI) 120 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2032 kcal

BIAŁKO 121,85 g; WĘGLOWODANY 229,05 g; Cukry proste 39,59 g; TŁUSZCZE 75,84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 29,63 g; BŁONNIK 32,13 g; Sól 6,50 g

DIETA BEZGLUTENOWA

Śniadanie

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/

MIÓD 25 G

SAŁATA 15 G

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Obiad

KOPERKOWA spec. 400 ML (G)

RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/

MARCHEW Z BROKUŁEM GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: mleko/

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Kolacja

KURCZAK GOT - W CAŁOŚCI spec. 180 G (G)

SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/

POMIDOR 70 G

POWIDŁA 25 G

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 1938 kcal

BIAŁKO 104,04 g; WĘGLOWODANY 204,03 g; Cukry proste 46,46 g; TŁUSZCZE 80,07 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 33,59 g; BŁONNIK 19,80 g; Sól 3,48 g

DIETA BEZMLECZNA

Śniadanie

RYŻ Z BRZOSKWINIĄ b/ml 300 G

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

SAŁATA 15 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

HERBATA 200 G

Obiad

KOPERKOWA spec. 400 ML (G)

RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/

MARCHEW Z BROKUŁEM GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: mleko/

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Kolacja

KURCZAK GOT - W CAŁOŚCI spec. 180 G (G)

POLĘDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/

POMIDOR 70 G

POWIDŁA 25 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2280 kcal

BIAŁKO 127,78 g; WĘGLOWODANY 320,34 g; Cukry proste 45,24 g; TŁUSZCZE 59,69 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 18,10 g; BŁONNIK 26,12 g; Sól 5,16 g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
SAŁATA 15 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/
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/
MARCHEW Z BROKUŁEM GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: mleko/
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

Podwieczorek

JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

KURCZAK GOTOWANY - W CAŁOŚCI 180 G (G)
POŁĘDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/
POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2298 kcal

BIAŁKO 136,36 g; WĘGLOWODANY 265,34 g; Cukry proste 42,00 g; TŁUSZCZE 81,32 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 43,10 g; BŁONNIK 23,27 g; Sól 5,58 g

DIETA HIPOALERGICZNA

Śniadanie

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

JABŁKO 250 G

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/**

KURCZAK GOT - W CAŁOŚCI spec. 180 G (G)

MARCHEW Z BROKUŁEM GOTOWANA 150 G (G) **/alergeny: mleko/**

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Kolacja

KURCZAK GOT - W CAŁOŚCI spec. 180 G (G)

WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G **/alergeny: soja/**

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G **/alergeny: gluten/**

MASŁO NATURALNE 20 G **/alergeny: mleko/**

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2149 kcal

BIAŁKO 111,43 g; WĘGLOWODANY 244,80 g; Cukry proste 30,57 g; TŁUSZCZE 85,07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,49 g; BŁONNIK 25,53 g; Sól 3,33 g

DIETA KLEIKOWA

Śniadanie

KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)

SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

HERBATA 200 G

Obiad

HERBATA 200 G

KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)

SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

Kolacja

KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)

SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

HERBATA 200 G

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

RYŻ Z BRZOSKWINIĄ b/ml 300 G

SZYŃKA WIEPRZOWA GOTOWANA 30 G /alergeny: soja/

SAŁATA 15 G

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/

Kolacja

SAŁATKA MAKARONOWA JARSKA 200 G /alergeny: gluten; jaja; mleko; gorczyca/

POŁĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G

POWIDŁA 25 G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2081 kcal

BIAŁKO 52,87 g; WĘGLOWODANY 364,03 g; Cukry proste 55,37 g; TŁUSZCZE 53,02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 25,98 g; BŁONNIK 33,52 g; Sól 3,67 g

DIETA NISKOSODOWA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
SAŁATA 15 G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/
MARCHEW Z BROKUŁEM GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: mleko/
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

Kolacja

KURCZAK GOTOWANY - W CAŁOŚCI 180 G (G)
OGÓREK ŚWIEŻY 50 G
POWIDŁA 25 G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2181 kcal

BIAŁKO 129,56 g; WĘGLOWODANY 267,79 g; Cukry proste 41,74 g; TŁUSZCZE 70,57 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 25,68 g; BŁONNIK 23,01 g; Sól 3,75 g

DIETA PAPKOWATA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
MIÓD 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/
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/
MARCHEW Z BROKUŁEM GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: mleko/
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Kolacja

POLĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2019 kcal

BIAŁKO 100,49 g; WĘGLOWODANY 269,96 g; Cukry proste 55,56 g; TŁUSZCZE 64,05 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 37,85 g; BŁONNIK 21,08 g; Sól 5,04 g

DIETA PŁYNNA

Śniadanie

PŁYNNA MLECZNA Z RYŻEM 500 ML (G) /alergeny: mleko/

Drugie śniadanie

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G)

Obiad

GALARETKA 500 ML

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

Podwieczorek

BUDYŃ NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 ML (G) /alergeny: mleko/

Kolacja

GRYSIKOWA spec. 400 ML (G) /alergeny: gluten/

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

BUDYŃ NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 ML (G) /alergeny: mleko/

Cały dzień

Kaloryczność: 2168 kcal

BIAŁKO 106,85 g; WĘGLOWODANY 253,09 g; Cukry proste 160,61 g; TŁUSZCZE 81,65 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 41,99 g; BŁONNIK 5,17 g; Sól 2,39 g

DIETA ROZDROBNIONA

Śniadanie

MLECZNA Z RYZEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
MIÓD 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/
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/
MARCHEW Z BROKUŁEM GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: mleko/
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

Kolacja

POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2077 kcal

BIAŁKO 101,98 g; WĘGLOWODANY 278,76 g; Cukry proste 56,42 g; TŁUSZCZE 66,02 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 38,96 g; BŁONNIK 21,80 g; Sól 5,07 g

DIETA WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/
SAŁATA 15 G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (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)
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/
MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
JABŁKO 200 G

Kolacja

POLĘDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/
POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G
JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2009 kcal

BIAŁKO 109,31 g; WĘGLOWODANY 279,67 g; Cukry proste 55,87 g; TŁUSZCZE 55,83 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 24,48 g; BŁONNIK 26,59 g; Sól 4,81 g

DIETA WEGETARIAŃSKA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
MIÓD 25 G
SAŁATA 15 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

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

Kolacja

SAŁATKA MAKARONOWA JARSKA 200 G /alergeny: gluten; jaja; mleko; gorczyca/
PASTA Z SOCZEWICY I MARCHEWKI 70 G /alergeny: gluten; orzechy; soja; seler; gorczyca; sezam/
POWIDŁA 25 G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2317 kcal

BIAŁKO 75,84 g; WĘGLOWODANY 352,27 g; Cukry proste 70,62 g; TŁUSZCZE 74,41 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 34,03 g; BŁONNIK 34,65 g; Sól 3,18 g