

SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/

RZODKIEWKI 70 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/

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



Obiad

BARSZCZ UKRAIŃSKI 400 ML (G) /alergeny: gluten; soja; mleko; seler/

ŚLEDŹ W ŚMIETANIE 200 G /alergeny: ryby; mleko/

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)



Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

DŹEM 25 G

WĘDLINA DROBIOWA 30 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/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2257 kcal

BIAŁKO 105,51 g; WĘGLOWODANY 264,57 g; Cukry proste 60,36 g; TŁUSZCZE 91,51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 44,43 g; BŁONNIK 25,21 g; Sól 22,94 g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/

POWIDŁA 25 G

POMIDOR 70 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

BARSZCZ Z ZIEMNIAKAMI 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/

SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA b/c 100 G /alergeny: mleko/

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

WĘDLINA DROBIOWA 30 G /alergeny: mleko/

DŻEM 25 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2068 kcal

BIAŁKO 95,79 g; WĘGLOWODANY 284,21 g; Cukry proste 66,33 g; TŁUSZCZE 65,96 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 36,77 g; BŁONNIK 24,95 g; Sól 4,25 g

DIETA CUKRZYCOWA

Śniadanie

2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/
POLĘDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/
RZODKIEWKI 70 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

SEREK WIEJSKI 150 G /alergeny: mleko/
WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

Obiad

BARSZCZ Z ZIEMNIAKAMI 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/
SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA b/c 100 G /alergeny: mleko/
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

Podwieczorek

JABŁKO 250 G

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/
SAŁATA 15 G
JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
CHLEB GRAHAM (4 KROMKI) 120 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2024 kcal

BIAŁKO 136,50 g; WĘGLOWODANY 257,12 g; Cukry proste 60,03 g; TŁUSZCZE 56,39 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 28,96 g; BŁONNIK 32,80 g; Sól 7,56 g

DIETA BEZGLUTENOWA

Śniadanie

RYŻ Z JABŁKIEM b/ml 300 G

2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/

SZYŃKA 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

Obiad

BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)

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

SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA spec. 100 G

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Kolacja

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

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

DŻEM 25 G

SAŁATA 15 G

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2112 kcal

BIAŁKO 100,45 g; WĘGLOWODANY 273,08 g; Cukry proste 66,60 g; TŁUSZCZE 70,91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 29,92 g; BŁONNIK 22,43 g; Sól 3,70 g

DIETA BEZMLECZNA

Śniadanie

RYŻ Z JABŁKIEM b/ml 300 G
2 JAJA 100 G (G) **/alergeny: jaja/**
POWIDŁA 25 G
POMIDOR 70 G
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G **/alergeny: gluten/**
HERBATA 200 G

Obiad

BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
PULPETY RYBNE 100 G (G) **/alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/**
SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA spec. 100 G
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Kolacja

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
WĘDLINA DROBIOWA 30 G **/alergeny: mleko/**
DŻEM 25 G
SAŁATA 15 G
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G **/alergeny: gluten/**
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2014 kcal

BIAŁKO 98,31 g; WĘGLOWODANY 314,06 g; Cukry proste 62,14 g; TŁUSZCZE 46,09 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 12,63 g; BŁONNIK 25,31 g; Sól 4,20 g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA

Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

POŁĘDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/

SEREK WIEJSKI 150 G /alergeny: mleko/

POWIDŁA 25 G

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 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

BARSZCZ Z ZIEMNIAKAMI 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

Podwieczorek

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

DŻEM 25 G

SAŁATA 15 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2290 kcal

BIAŁKO 131,16 g; WĘGLOWODANY 299,60 g; Cukry proste 76,39 g; TŁUSZCZE 68,35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 39,23 g; BŁONNIK 25,61 g; Sól 7,26 g

DIETA HIPOALERGICZNA

Śniadanie

PASTA ZE SCHABU na 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

BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)

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

SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA spec. 100 G

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Kolacja

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

SAŁATA 15 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: 2097 kcal

BIAŁKO 122,50 g; WĘGLOWODANY 245,73 g; Cukry proste 54,02 g; TŁUSZCZE 75,49 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 33,15 g; BŁONNIK 29,43 g; Sól 3,19 g

DIETA KLEIKOWA

Śniadanie

KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)

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

HERBATA 200 G

Obiad

KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)

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

HERBATA 200 G

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 NISKOBIAŁKOWA

Śniadanie

RYŻ Z JABŁKIEM b/ml 300 G
POŁĘDWICA SOPOCKA 30 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

Obiad

BARSZCZ Z ZIEMNIAKAMI 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
MAKARON Z WARZYWAMI W BIAŁYM SOSIE 350 G (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/

Kolacja

ZAPIEKANKA Z ZIEMNIAKÓW I WARZYW 350 G /alergeny: seler/
WĘDLINA DROBIOWA 30 G /alergeny: mleko/
SAŁATA 15 G
DŻEM 25 G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2086 kcal

BIAŁKO 58,06 g; WĘGLOWODANY 368,92 g; Cukry proste 66,10 g; TŁUSZCZE 49,58 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 25,83 g; BŁONNIK 35,17 g; Sól 3,93 g

DIETA NISKOSODOWA

Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/

POWIDŁA 25 G

POMIDOR 70 G

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

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

Obiad

BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)

PULPETY RYBNE 100 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/

SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA b/c 100 G /alergeny: mleko/

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

SAŁATA 15 G

DŻEM 25 G

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

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2008 kcal

BIAŁKO 117,53 g; WĘGLOWODANY 268,99 g; Cukry proste 55,87 g; TŁUSZCZE 56,50 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 21,76 g; BŁONNIK 23,67 g; Sól 3,91 g

DIETA PAPKOWATA

Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

PASTA Z JAJ 100 G /alergeny: jaja; mleko; gorczyca/

POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

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

Obiad

BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)

PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Kolacja

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

DŻEM 25 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2062 kcal

BIAŁKO 107,37 g; WĘGLOWODANY 255,02 g; Cukry proste 44,37 g; TŁUSZCZE 73,00 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 36,14 g; BŁONNIK 22,44 g; Sól 5,48 g

DIETA PŁYNNA

Śniadanie

PŁYNNA MLECZNA Z KASZKĄ MANNA 500 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

Drugie śniadanie

KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G)

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Obiad

BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

GALARETKA 500 ML

Podwieczorek

JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

RYŻOWA spec. 400 ML

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

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

Cały dzień

Kaloryczność: 1855 kcal

BIAŁKO 93,88 g; WĘGLOWODANY 214,32 g; Cukry proste 133,75 g; TŁUSZCZE 69,73 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 32,07 g; BŁONNIK 5,86 g; Sól 1,93 g

DIETA ROZDROBNIONA

Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/

PASTA Z JAJ 100 G /alergeny: jaja; mleko; gorczyca/

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

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

Obiad

BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)

PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

DŻEM 25 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2113 kcal

BIAŁKO 108,95 g; WĘGLOWODANY 263,98 g; Cukry proste 47,39 g; TŁUSZCZE 74,17 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 36,73 g; BŁONNIK 23,31 g; Sól 5,51 g

DIETA WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

POLĘDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/

SEREK WIEJSKI 150 G /alergeny: mleko/

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G

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

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

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

Obiad

BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)

PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

JABŁKO 250 G

Kolacja

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

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

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2030 kcal

BIAŁKO 132,76 g; WĘGLOWODANY 271,63 g; Cukry proste 56,75 g; TŁUSZCZE 51,49 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 24,67 g; BŁONNIK 27,35 g; Sól 5,56 g

DIETA WEGETARIAŃSKA

Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/

POMIDOR 70 G

POWIDŁA 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

BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)

MAKARON Z WARZYWAMI W BIAŁYM SOSIE 350 G (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/

JABŁKO 250 G

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

DŻEM 25 G

SAŁATA 15 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 74,86 g; WĘGLOWODANY 302,04 g; Cukry proste 68,98 g; TŁUSZCZE 68,97 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 35,83 g; BŁONNIK 25,64 g; Sól 3,05 g