

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/

POLĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/

MOZZARELLA 60 G /alergeny: mleko/

POMIDOR 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/

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



## Obiad

POMIDOROWA Z MAKARONEM 400 ML (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko; seler/

PIECZEŃ DIETETYCZNA 100 G /alergeny: gluten; jaja/

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

FASOLKA SZPARAGOWA 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO 200 G



## Kolacja

SCHAB PIECZONY 50 G /alergeny: mleko/

OGÓREK KISZONY 70 G

SER TWAROGOWY TOPIONY 17 G /alergeny: mleko; gorczyca/

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (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: 2306 kcal

BIAŁKO 111,54 g; WĘGLOWODANY 300,52 g; Cukry proste 63,41 g; TŁUSZCZE 78,00 g;  
Kwasy tłuszczowe nasycone 43,55 g; BŁONNIK 27,69 g; Sól 5,28 g

## DIETA ŁATWOSTRAWNA

### Śniadanie

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

POŁĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/

POMIDOR 70 G

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

POMIDOROWA Z MAKARONEM 400 ML (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko; seler/

PIECZEŃ DIETETYCZNA 100 G /alergeny: gluten; jaja/

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

MARCHEW Z SELEREM GOT. 150 G (G) /alergeny: mleko; seler/

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

### Kolacja

SCHAB PIECZONY 50 G /alergeny: mleko/

TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2255 kcal

BIAŁKO 106,18 g; WĘGLOWODANY 318,97 g; Cukry proste 78,61 g; TŁUSZCZE 66,78 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 36,23 g; BŁONNIK 29,08 g; Sól 3,39 g

## DIETA CUKRZYCOWA

### Śniadanie

POŁĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/

MOZZARELLA 60 G /alergeny: mleko/

POMIDOR 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

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

### Obiad

POMIDOROWA Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM 400ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

PIECZEŃ DIETETYCZNA 100 G /alergeny: gluten; jaja/

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

FASOLKA SZPARAGOWA 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)

### Podwieczorek

JABŁKO 200 G

### Kolacja

SCHAB PIECZONY 70 G /alergeny: mleko/

TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/

OGÓREK KISZONY 70 G

PIECZYWO CHRUPKIE PEŁNOZIARNISTE (3szt.) 17 G /alergeny: gluten/

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

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2042 kcal

BIAŁKO 128,24 g; WĘGLOWODANY 269,73 g; Cukry proste 39,83 g; TŁUSZCZE 54,95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 29,43 g; BŁONNIK 32,59 g; Sól 5,42 g

## Dieta: BEZGLUTENOWA

### Śniadanie

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)

SZYNKA BEZGLUTENOWA 70 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/

POMIDOR 70 G

DŻEM 25 G

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### Obiad

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

### Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

SZYNKA BEZGLUTENOWA 70 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2067 kcal

BIAŁKO 123,37 g; WĘGLOWODANY 224,94 g; Cukry proste 69,10 g; TŁUSZCZE 77,54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,53 g; BŁONNIK 27,07 g; Sól 3,49 g

## Dieta: BEZMLECZNA

### Śniadanie

OWSIANKA Z TRUSKAWKAMI b/ml 300 G (G) /alergeny: gluten; soja/

POLĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/

DŻEM 25 G

POMIDOR 70 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

HERBATA 200 G

### Obiad

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

PIECZEŃ DIETETYCZNA 100 G /alergeny: gluten; jaja/

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

### Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

SCHAB PIECZONY 50 G /alergeny: mleko/

DŻEM 25 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2178 kcal

BIAŁKO 109,50 g; WĘGLOWODANY 331,68 g; Cukry proste 88,19 g; TŁUSZCZE 53,45 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 14,77 g; BŁONNIK 34,70 g; Sól 3,50 g

## Dieta: BOGATOBIAŁKOWA

### Śniadanie

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

POŁĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/

POMIDOR 70 G

JOGURT NATURALNY 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

POMIDOROWA Z MAKARONEM 400 ML (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko; seler/

PIECZEŃ DIETETYCZNA 100 G /alergeny: gluten; jaja/

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

MARCHEW Z SELEREM GOT. 150 G (G) /alergeny: mleko; seler/

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Podwieczorek

SEREK WIEJSKI 150 G /alergeny: mleko/

### Kolacja

SCHAB PIECZONY 50 G /alergeny: mleko/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

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

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2402 kcal

BIAŁKO 138,18 g; WĘGLOWODANY 312,29 g; Cukry proste 73,07 g; TŁUSZCZE 71,25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 39,02 g; BŁONNIK 25,43 g; Sól 4,74 g

## Dieta: HIPOALERGICZNA

### Śniadanie

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)

JABŁKO 250 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### Obiad

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

### Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 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: 2186 kcal

BIAŁKO 112,01 g; WĘGLOWODANY 289,15 g; Cukry proste 69,61 g; TŁUSZCZE 71,01 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 32,45 g; BŁONNIK 33,70 g; Sól 3,50 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: NISKOBIĄŁKOWA

### Śniadanie

OWSIANKA Z TRUSKAWKAMI b/ml 300 G (G) /alergeny: gluten; soja/

POLĘDWICA W MAJERANKU 30 G /alergeny: soja; mleko/

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G

DŻEM 25 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### Obiad

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

MEDALIONY WARZYWNE 350 G (P) /alergeny: gluten; jaja; mleko/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

### Kolacja

WARZYWA PIECZONE 350 G (P)

SCHAB PIECZONY 30 G /alergeny: mleko/

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2219 kcal

BIAŁKO 59,23 g; WĘGLOWODANY 369,43 g; Cukry proste 95,91 g; TŁUSZCZE 65,20 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 27,76 g; BŁONNIK 43,95 g; Sól 3,20 g

## Dieta: NISKOSODOWA

### Śniadanie

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

SCHAB GOTOWANY 100 G (G)

OGÓREK ŚWIEŻY 50 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

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

### Obiad

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G

MARCHEW Z SELEREM GOT. 150 G (G) /alergeny: mleko; seler/

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

### Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2221 kcal

BIAŁKO 140,97 g; WĘGLOWODANY 279,77 g; Cukry proste 68,91 g; TŁUSZCZE 65,63 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 25,35 g; BŁONNIK 29,45 g; Sól 3,71 g

## Dieta: P APKOWATA

### Śniadanie

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

POLĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/

JOGURT NATURALNY 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

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

PIECZEŃ DIETETYCZNA 100 G /alergeny: gluten; jaja/

MARCHEW Z SELEREM GOT. 150 G (G) /alergeny: mleko; seler/

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

### Kolacja

SCHAB PIECZONY 50 G /alergeny: mleko/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2323 kcal

BIAŁKO 116,58 g; WĘGLOWODANY 311,99 g; Cukry proste 82,55 g; TŁUSZCZE 73,20 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 39,89 g; BŁONNIK 29,38 g; Sól 3,74 g

## Dieta: PŁYNNNA

### Śniadanie

PŁYNNNA 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

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

GALARETKA 500 ML

### Podwieczorek

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

### Kolacja

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

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

### Cały dzień

Kaloryczność: 1862 kcal

BIAŁKO 94,07 g; WĘGLOWODANY 215,26 g; Cukry proste 134,84 g; TŁUSZCZE 70,43 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 32,55 g; BŁONNIK 6,88 g; Sól 2,14 g

## Dieta: ROZDROBNIONA

### Śniadanie

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

POLĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/

JOGURT NATURALNY 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

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

PIECZEŃ DIETETYCZNA 100 G /alergeny: gluten; jaja/

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

MARCHEW Z SELEREM GOT. 150 G (G) /alergeny: mleko; seler/

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

### Kolacja

SCHAB PIECZONY 50 G /alergeny: mleko/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2381 kcal

BIAŁKO 118,03 g; WĘGLOWODANY 320,72 g; Cukry proste 83,40 g; TŁUSZCZE 75,17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 41,00 g; BŁONNIK 30,08 g; Sól 3,77 g

## Dieta: WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

### Śniadanie

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

POLĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/

JOGURT NATURALNY 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

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

PIECZEŃ DIETETYCZNA 100 G /alergeny: gluten; jaja/

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

### Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

SCHAB PIECZONY 50 G /alergeny: mleko/

TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

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

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2303 kcal

BIAŁKO 131,46 g; WĘGLOWODANY 317,38 g; Cukry proste 85,47 g; TŁUSZCZE 62,26 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 27,08 g; BŁONNIK 31,24 g; Sól 3,93 g

## Dieta: WEGETARIAŃSKA

### Śniadanie

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

SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/

MOZZARELLA 60 G /alergeny: mleko/

POMIDOR 70 G

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

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

MEDALIONY WARZYWNE 350 G (P) /alergeny: gluten; jaja; mleko/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

### Kolacja

WARZYWA PIECZONE 350 G (P)

TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2420 kcal

BIAŁKO 78,10 g; WĘGLOWODANY 346,63 g; Cukry proste 88,33 g; TŁUSZCZE 88,26 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 44,95 g; BŁONNIK 39,28 g; Sól 4,70 g