

piątek 20-06-2025

dieta	Śniadanie	gramatura	alergeny	obróbka termiczna posiłku
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa mleczna z kaszą jęczmienną masło 82% pasta jajeczna ze szczypiorkiem szynka drobiowa (mięso 70%) chleb pszenny ,razowy, żytni chleb żytni dieta kod (6) ogórek arbuz / pomidor dieta kod (6) herbata z cukrem/ bez cukru dieta kod (6)	250ml 20g 60g 40g 130g 130g 35g 100g 250ml	1,7 7 3 1 1 	
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem soków żołądkowych (4)	II ŚNIADANIE kisiel owocowy	130g		
dieta kod z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	I IŚNIADANIE sałatka a z rzodkiewką i papryka z olejem słonecznikowym , chleb żytni , masło, ser żółty			
	OBIAD			
dieta kod podstawowa (1)	zupa: szczawiowa z jajkiem ryba panierowana (Miruna) mizeria ziemniaki z koperkiem kompot mix owoców	250ml 120 g 150g 250g 250ml	3, 7,9 3, 4 7 	
dieta kod Łatwostrawna(2)Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa: grysikowa ryba gotowana w sosie koperkowym (Miruna) marchewka z jabłkiem jogurtem naturalnym ziemniaki z koperkiem kompot mix owocowy/ herbata ziołowa bez cukru dieta kod(6)	250ml 120g 150g 250 g 250ml	7,9 4,7 7 	gotowanie
	KOLACJA			
dieta kod Podstawowa (1) Łatwostrawna(2)Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	chleb pszenny, razowy, pszenno-żytni wieloziarnisty chleb żytni dieta kod (6) masło 82% pieczeń rzymska z warzywami (szynka) ser żółty pomidor jablko / szpinak dieta kod(6) kakao z cukrem -/bez cukru dieta kod(6)	130g 130g 20g 60g 40g 80g 100g 250ml	1 1 7 1,3,9 7 7	
Dieta kod z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Podwieczorek Chleb żytni , masło, wędlina, pomidor, sałata			
Dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4) Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	II kolacja budyń waniliowy / budyń bez cukru dieta kod (6)	130g	7	

sobota 21-06-2025

dieta	Śniadanie	gramatura	alergeny	obróbka termiczna posiłku
dieta kod: Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa mleczna z makaronem / z płatkami dieta kod (6) masło 82% serdelki na gorąco (mięso 70%) twarożek ze szczypiorkiem chleb pszenny ,razowy, pszenno-żytni wieloziaarnisty chleb żytni / dieta kod (6) pomidor czereśnie /ogórek kiszony dieta kod (6) herbata z cukrem/ bez cukru dieta kod (6)	250g 250g 20g 70g 60g 130g 130g 100g 30g 250ml	1,3,7 1, 7 7 7 7 1 1	
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)	II ŚNIADANIE kisiel owocowy	130g		
dieta kod z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	II ŚNIADANIE sok warzywny , chleb żytni , masło, wędlina			
	OBIAD			
dieta kod podstawowa (1)	zupa: pomidorowa z ryżem filet drobiowy panierowany buraczki z olejem słonecznikowym ziemniaki z koperkiem kompot mix owoców	250ml 120 g 150 g 250g 250ml	7,9 1,3 7 7	smażenie
dieta kod Łatwostrawna(2)Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa :pomidorowa z ryżem filet drobiowy gotowany w sosie buraczki z olejem słonecznikowym ziemniaki z koperkiem kompot mix owocowy herbata ziołowa bez cukru dieta kod (6)	250ml 120g 150g 250g 250ml	7,9 1,7 7 7	gotowanie
	KOLACJA			
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	chleb pszenny, razowy, pszenno-żytni wieloziaarnisty chleb razowy/ dieta kod (6) masło 82% jajko gotowane wędlina drobiowa (mięso 70%) banan/papryka / dieta kod(6) ogórek herbata z cukrem /bez cukru dieta kod(6)	130g 130g 20g 1szt 40g 80g 50g 250 ml	1 1 7 3	
dieta kod(P) dodatek do podwieczorku z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Podwieczorek sałatka z pomidora, ogórka i rzodkiewki z sosem winegret ze słonecznikiem , masło, chle żytni ,jajko gotowane			
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	II kolacja Jogurt naturalny	130g	7	

DOBRY POSIŁEK Jadłospis 10-dnowy 20-06-2025 do 29-06-2025 dla dorosłych

niedziela 22-06-2025 -2025

dieta	śniadanie	gramatura	alergeny	obróbka termiczna posiłku
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa mleczna z ryżem masło 82% pasta mięsna (łopatka) ser żółty chleb pszenny, razowy, pszenno-żytni wieloziarnisty chleb żytni / dieta kod (6) winogron /ogórek kiszony dieta kod (6) papryka / jabłko gotowane dieta kod . (3,4) 100 g herbata z cukrem/ bez cukru dieta kod (6)	250ml 20g 60g 40g 130g 130g 100g 30g 250ml	7 7 9 7 1 1	
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)	ŚNIADANIE II kaszka manna na gęsto	250ml	7	
dieta kod z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	ŚNIADANIE II Chleb żytni , masło, wędlina, pomidor			
	OBIAD			
dieta kod (1) podstawowa (1)	zupa: rosół z makaronem roladki drobiowe z farszem warzywnym w sosie serowym surówka z kapusty kiszzonej z olejem słonecznikowym ziemniaki z koperkiem kompot mix owoców	250ml 120 g 150g 250g 250ml	1,3,7,9 1,7,9	pieczenie
dieta kod Łatwostrawna(2)Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa rosół z makaronem / koperkowa dieta kod(6) udko drobiowe gotowane w sosie warzywa gotowane na parze z olejem słonecznikowym ziemniaki z koperkiem kompot mix owoców herbata ziołowa bez cukru dieta kod(6)	250ml 250ml 120g 150g 250g 250ml	1,3,7,9 1,7,9 1,7	gotowanie
	KOLACJA			
dieta kod Podstawowa (1) Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4) Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	chleb pszenny, razowy, pszenno-żytni wieloziarnisty chleb żytni / dieta kod (6) masło 82% pasta z ryby wędlina wieprzowa (mięso 70%) pomidor jabłko / rzodkiewka dieta kod (6) kawa mleczna,, Inka ,, z cukrem/ bez cukru dieta kod(6)	130g 130g 20g 60g 40g 50g 100g 250ml	1 1 7 4	
dieta kod z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Podwieczorek Chleb żytni , masło, twarożek , ogórek kiszony			
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4) Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	II kolacja : bulka z owocami/ surówka marchewka z selerem i jogurtem naturalnym dieta kod(6)	130g 60g	1 7	

DOBRY POSIŁEK Jadłospis 10-dnowy 20-06-2025 do 29-06-2025 dla dorosłych

poniedziałek 23-06-2025 -2025

	ŚNIADANIE	gramatura	alergeny	obróbka termiczna posiłku
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa mleczna zacierką na mleku masło 82% chleb pszenny, razowy, pszenno-żytni wieloziarnisty chleb żytni / dieta kod(6) pieczeń rzymska (szynka) wędlina drobiowa (mięso 70%) banan / ogórek dieta kod (6) papryka/ jabłko gotowane dieta kod (3,4) herbata z cukrem - bez cukru dieta kod (6)	250ml 20g 130g 40g 40g 100 g 35g 250ml	1,3,7 7 1 1 1,3,9	
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem soków żołądkowych (4)	II ŚNIADANIE sok warzywny	200g		
dieta kod z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	II ŚNIADANIE Chleb żytni, masło, twarożek , pomidor			
	OBIAD			
dieta kod podstawowa (1)	zupa: barszcz czerwony z fasolą pierogi z mięsem i smażoną cebulą sałatka z ogórka z marchewką i cebulą z olejem słonecznikowym kompot mix owoców	250ml 180g 80g 150g	1,7,9 1,3	gotowanie
dieta kod Łatwostrawna(2)Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa brokułowa gulasz wieprzowy w sosie (łopatka) marchewka got z groszkiem / fasolka szparagowa dieta kod (6) kasza jęczmienna / oddz. Zol ziemniaki 250g kompot mix owoców/ herbata ziołowa bez cukru dieta kod (6)	250ml 120g 150g 80g 250g	1,7,9 1,7 1 1	gotowanie
	KOLACJA			
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	chleb pszenny ,razowy, pszenno-żytni wieloziarnisty chleb żytni / dieta kod(6) masło 82% twarożek z rzodkiewką pasta z jajek ze szczypiorkiem kawa mleczna,, Inka” z cukrem, bez cukru dieta kod (6) pomidor jabłko/ szpinak dieta kod (6)	130g 130g 20g 60g 60g 250ml 30g 100g	1 1 7 7 3 7	
dieta kod(P) dodatek do podwieczorku z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	PODWIECZOREK Chleb żytni ,masło, wędlina, ogorek ,sałata			
Dieta kod(1,2,3,4,6) Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4) Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	II kolacja kisiel owocowy z jabłkiem / kisiel bez cukru dieta kod (6)	130g		

Wtorek 24-06 -2025

dieta	śniadanie	gramatura	alergeny	obróbka termiczna posiłku
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4) Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa mleczna z kaszką manna masło 82% pasta z ryby z warzywami (Miruna) wędlina drobiowa (mięso70%) chleb pszenny, razowy, pszenno-żytni wieloziarnisty chleb żytni dieta kod (6) pomidor szpinak herbata z cukrem/ bez cukru dieta kod (6)	250ml 20g 60g 40g 130g 130g 100g 30g 250ml	1,7 7 4,9 1 1 	
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem soków żołądkowych (4)	II ŚNIADANIE budyń waniliowy	250ml	7	
dieta kod z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	II ŚNIADANIE sałatka :sałatka z ogórkiem z olejem słonecznikowym, masło, pasta z jajek			
	OBIAD			
dieta kod podstawowa (1)	zupa: krupnik jęczmienny stek z cebulka (łopatka) surówka z kapusty i marchewką z olejem słonecznikowym ziemniaki z koperkiem kompot z jabłek	250ml 120g 150g 250g 250ml	1,7,9 1,3,7 	piczenie
dieta kod Łatwostrawna(2)Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa: krupnik jęczmienny pulpet wieprzowy duszony w sosie pomidorowym (łopatka brokuł gotowany ziemniaki z koperkiem kompot z jabłek / herbata ziołowa bez cukru dieta kod (6)	250ml 120g 150g 250g 250ml	1,7,9 1,3,7 7 	gotowanie
	KOLACJA			
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	chleb pszenny, razowy, pszenno-żytni wieloziarnisty chleb żytni dieta kod (6) masło 82% sałatka jarzynowa z jajkiem i wędliną ser żółty ogórek sałata kawa mleczna , Inka „z cukrem/ bez cukru dieta kod (6)	130g 130g 20g 120g 40g 100g 35g 250ml	1 1 7 3,9 7 7	
Dieta kod z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	PODWIECZOREK Chleb żytni, masło, wędlina, ogórek kiszony			
Dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	II kolacja Jogurt naturalny	130g	7	

środa 25-06-2025

dieta	Śniadanie	gramatura	alergeny	gramatura
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa mleczna z patkami owsianymi masło 82% wędlina drobiowa (mięso 70%) pasta z soczewicy chleb pszenny, razowy, żytni chleb żytni dieta kod (6) winogron/ ogórek dieta kod (6) papryka / jabłko gotowane dieta kod(3,4) herbata z cukrem /bez cukru dieta kod(6)	250ml 20g 40g 40g 130g 130g 100g 30g 250ml	1,7 7 3 9 1 1 	
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem soków żołądkowych (4)	ŚNIADANIE II drożdżówka	130g	7	
dieta kod z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	ŚNIADNIEII Chleb żytni, masło ser żółty , ogórek			
	OBIAD			
dieta kod podstawowa (1)	zupa: grochówka udko pieczone buraczki z olejem słonecznikowym ryż kompot z jabłek	250ml 120g 150g 80g 250ml	1,7,9 1 	 pieczenie
dieta kod Łatwostrawna(2)Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa: koperkowa udko gotowane w sosie buraczki z olejem słonecznikowym ryż oddz. ZOL ziemniaki 250g kompot z jabłek / herbata ziołowa bez cukru dieta kod (6)	250ml 120g 150 g 80g 250ml	1,7,9 1,7 1 	 gotowanie
	KOLACJA			
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	chleb pszenny, razowy, pszenno-żytni wieloziarnisty chleb żytni dieta kod(6) masło 82% pasta mięsna(łopatka) z warzywami (warzywa 10g) twaróg ogórek banan/ pomidor dieta kod (6) kawa mleczna, „Inka” z cukrem/ bez cukru dieta kod (6)	130g 130g 20g 60g 40g 70g 50g 250ml	1 1 7 9 7 7	
Dieta kod z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Podwieczorek Salatka z pomidora i ogórka z olejem słonecznikowym, chleb żytni, masło, wędlina			
Dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	II kolacja Jogurt naturalny	130g	7	

czwartek 26-06-2025

Dieta	ŚNADANIE	gramatura	alergeny	obróbka termiczna posiłku
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa mleczna z ryżem masło 82% ser topiony / polędwica dieta kod (6) pasztet drobiowy chleb pszenny ,razowy, pszenno-żytni wieloziarnisty chleb żytni / dieta kod (6) arbuz/papryka dieta kod (6) szpinak herbata z cukrem/ - bez cukru dieta kod (6)	250ml 20g 30g 40g 130g 130g 100g 30g 250ml	7 7 7 1 1 	
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem soków żołądkowych (4)	II ŚNIADANIE kaszka manna na gęsto	130g	7	
dieta kod z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	II ŚNIADANIE sałatka z pomidora, ogórka i rzodkiewki z sosem winegret ze słonecznikiem , chleb żytni, masło, twarożek			
	OBIAD			
dieta kod podstawowa (1)	zupa: pieczarkowa z makaronem kotlet schabowy duszony z warzywami surówka z kapusty pekińskiej z fasolą czerwoną i słonecznikiem ziemniaki z koperkiem kompot mix owoców	250ml 120g 150g 250g 250ml	1,3,7,9 1,3,9 7 	smażenie
dieta kod Łatwostrawna(2)Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa : pieczarkowa z makaronem / pieczarkowa z ziemniakami dieta kod (6) schab duszony z warzywami fasolka szparagowa ze słonecznikiem ziemniaki z koperkiem kompot mix owoców /herbata ziołowa bez cukru dieta kod (6)	250ml 250ml 120g 150 g 250g 250ml	1,3,7,9 1,7,9 1,7 7 	gotowane
	KOLACJA			
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	chleb pszenny, razowy, pszenno-żytni wieloziarnisty chleb żytni dieta kod (6) masło 82% wędlina wieprzowa (mięso 70%) jajko papryka / jablko gotowane dieta kod (3,4) pomidor kawa mleczna „ Iinka „, z cukrem /bez cukru dieta kod (6)	130g 130g 20g 40g 1 szt 70g 50g 250ml	1 1 7 3 7	
Dieta kod z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	PODWIECZOREK Chleb żytni, masło, ser żółty , sałata			
Dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	II KOLACJA jogurt owocowy / jogurt naturalny dieta kod(6)	130g	7	

piątek 27-06-2025

dieta	Śniadanie	gramatura	alergeny	obróbka termiczna posiłku
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa mleczna z kaszą jęczmienną masło 82% pasta jajeczna ze szczypiorkiem ser żółty chleb pszenny ,razowy, żytni chleb żytni dieta kod (6) ogórek / jablko gotowane dieta kod (3,4) banan / szpinak dieta kod (6) herbata z cukrem/ bez cukru dieta kod (6)	250ml 20g 60g 40g 130g 130g 35g 100g 250ml	1,7 7 3 7 1 1	
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem soków żołądkowych (4)	II ŚNIADANIE kisiel owocowy	130g		
dieta kod z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	I IŚNIADANIE sałatka a z rzodkiewką i papryką z olejem słonecznikowym , masło, chleb żytni, twaróg			
	OBIAD			
dieta kod podstawowa (1)	zupa: krupnik ryżowy filet rybny panierowany (Miruna) marchewka z jabłkiem jogurtem naturalnym ziemniaki z koperkiem kompot mix owoców	250ml 120 g 150g 250g 250ml	9 4,1,3 7	
dieta kod Łatwostrawna(2)Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa: krupnik ryżowy ryba gotowana w sosie koperkowym (Miruna) marchewka z jabłkiem jogurtem naturalnym dieta kod (6) ziemniaki z koperkiem kompot mix owocowy/ herbata ziołowa bez cukru dieta kod(6)	250ml 120g 150g 250 g 250ml	9 4,7 7	gotowanie
	KOLACJA			
dieta kod Podstawowa (1) Łatwostrawna(2)Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	chleb pszenny, razowy, pszenno-żytni wielozłazmisty chleb żytni dieta kod (6) Masło 82% Twaróg Jajko gotowane pomidor jablko / ogórek kiszony dieta kod(6) kakao z cukrem -/bez cukru dieta kod(6)	130g 130g 20g 60g 1 szt 80g 100g 250ml	1 1 7 7 3 7	
Dieta kod z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Podwieczorek Chleb żytni, masło, ser żółty ,ogórek			
Dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4) Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	II kolacja budyn waniliowy / budyn bez cukru dieta kod (6)	130g	7	

sobota 28-06-2025

dieta	śniadanie	gramatura	alergeny	obróbka termiczna posiłku
Dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa mleczna z zacierka na mleku masło 82% ser żółty wędlina wieprzowa (mięso 70%) chleb pszenny ,razowy, pszenno-żytni wieloziarnisty chleb żytni dieta kod (6) banan/ pomidor dieta kod (6) rzodkiewka kakao z cukrem / bez cukru dieta kod(6)	250ml 20g 40g 40g 130g 130g 100g 30g	1,3,7 7 7 1 1	
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem soków żołądkowych (4)	II ŚNIADANIE sok warzywny	200ml		
dieta kod z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	II śniadanie sałatka z pomidora, ogórka i rzodkiewki z sosem winegret , chleb żytni , masło , jajko gotowane			
	OBIAD			
dieta kod podstawowa (1)	zupa : jarzynowa gulasz wieprzowy z warzywami (łopatka) buraczki ze słonecznikiem kopytka kompot owocowy	250ml 120g 150 80g 250ml	1,7,9 1,9 1,3	duszenie
dieta kod Łatwostrawna(2)Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa: jarzynowa gulasz wieprzowy gotowany w sosie (łopatka) buraczki z olejem słonecznikowym ziemniaki z koperkiem kompot owocowy /herbata miętowa bez cukru dieta kod(6)	250ml 120g 150g 250g 250ml	1,7,9 1,9 	gotowanie
	KOLACJA			
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	chleb pszenny ,razowy, chleb żytni dieta kod (6) masło 82% pasta z ryby gotowanej z warzywami (Miruna) twarożek pomidor jabłko/ szpinak dieta kod (6) kawa mleczna, Inka” z cukrem - bez cukru dieta kod (6)	130g 130g 20g 60g 40g 70g 100g 250ml	1 1 7 4,9 7 7	
dieta kod z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	PODWIECZOREK Sałatka z pomidora i ogórka z olejem słonecznikowym , chleb żytni, masło, wędlina			
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3) Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	II kolacja jogurt owocowy/ jogurt naturalny dieta kod (6)	130g	7	

Niedziela 29-06-2025

diety	śniadanie	gramatura	alergeny	obróbka termiczna posiłku
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4) Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa mleczna z kaszą manną masło 82% serdelki na gorąco, musztarda jajko gotowane chleb pszenny ,razowy, pszenno-żytni wieloziarnisty chleb żytni dieta kod(6) banan /papryka dieta kod(6) ogórek herbata z cukrem/ herbata bez cukru dieta kod(6) ciasto drożdżowe /jogurt naturalny dieta kod (6)	250ml 20g 100g 1 szt 130g 130g 100g 30 g 250ml 1 szt	1,7 7 1 1	
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)	II śniadanie mandarynka	1 szt		
dieta kod z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	II ŚNIADANIE Chleb żytni , masło, wędlina, salata			
	OBIAD			
dieta kod podstawowa (1)	zupa: rosół z makaronem filet drobiowy panierowany ziemniaki z koperkiem fasolka szparagowa z olejem słonecznikowym kompot owocowy	250ml 120g 250g 150g 250ml	1,3,7,9 1,3,7	Smażenie
dieta kod Łatwostrawna(2)Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4)z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	zupa : rosół z makaronem /koperkowa dieta kod (6) filet drobiowy duszony z warzywami warzywa gotowane z olejem słonecznikowym ziemniaki z koperkiem kompot owocowy / herbata ziołowa bez cukru dieta kod (6)	250ml 120g 150g 250g 250ml	1,3,7,9 1,7,9 1,7,9	gotowanie
	KOLACJA			
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4) Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	chleb pszenny, razowy, pszenno-żytni wieloziarnisty chleb żytni / dieta kod (6) masło 82% sałatka jarzynowa z kukurydzą szynka wieprzowa (mięso 70%) pomidor winogrono /rzodkiewka dieta kod (6) kawa mleczna „ Inka”z cukrem/ bez cukru dieta kod (6)	130g 130g 20g 80g 40g 100g 30g 250ml	1 1 7 3,9 7	
dieta kod(P) dodatek do podwieczorku z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	PODWIECZOREK sałatka z pomidora ogórka czerwonej cebuli z olejem słonecznikowym , chleb żytni, masło, twarożek			
dieta kod Podstawowa (1)Łatwostrawna(2) Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych (4) Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	II kolacja : budyń waniliowy / budyń waniliowy bez cukru dieta kod(6)	130g	7	

Średnia wartość energetyczna i odżywcza dla diety dla dorosłych : dieta podstawowa kod diety (1) dieta łatwostrawna kod(2) dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu kod diety (3) dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych kod diety (4)

Energia 2200ckal, Białko 80g, Węglowodany 330g w tym cukry (mono-i disacharydy)55g , tłuszcze 65g(w tym kw tł nasycone 25g) błonnik 30g, sól 2g

Średnia wartość energetyczna i odżywcza dla diety dla dorosłych : dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów kod diety (6)

Energia 2200ckal, Białko 80g, Węglowodany 245g w tym cukry (mono-i disacharydy)30g , tłuszcze 75(w tym kw tł nasycone 25g), błonnik 30g, sól 2g

LEGENDA ALERGENÓW

Lista alergenów 1-gluten,2-skorupiaki, 3-jajka, 4-ryby, 5-orzeszki ziemne e, 6- soja, 7- mleko i jego pochodne, 8- orzechy, 10-gorczyca, 11- nasiona sezamu,12- siarczany, 13- lubin 14 mięczaki