

| <b>30.09.2024</b>                                                                                                                        | <b>Dieta ogólna</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                                                              | <b>Dieta cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                         | Chleb 150g(6), masło 20g(2), kasza manna na mleku 300g(2,6), mielonka tyrolska 60g (2,4,7), jajko 60g (1), jabłko, herbata 250g.                                                                                       | Chleb 150g(6), masło 20g(2), kasza manna na mleku 300g(2,6), mielonka tyrolska 60g (2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), jabłko, herbata 250g.                                                                            | Chleb razowy 100g(60, masło 20g(2), mielonka tyrolska 60g (2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), jabłko, herbata 250g.                                                                                                      |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                             | Zupa kalafiorowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, gołąbek pieczony bez zawijania w sosie pomidorowym 1szt./120g (2,4,6,7), surówka z kapusty czerwonej 120g(1,7), kompot 300g. | Zupa kalafiorowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, gołąbek pieczony bez zawijania w sosie pomidorowym 1szt./120g (2,4,6,7), surówka z jarzyn mieszanych 120g(2), kompot 300g. | Zupa kalafiorowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g (2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, gołąbek pieczony bez zawijania w sosie pomidorowym 1szt./120g (2,4,6,7), surówka z jarzyn mieszanych 120g(2), kompot 300g. |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                           | Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka drobiowa biała 60g(2,4,7), wątrobianą 60g(2,4,6,7), ogórek świeży, herbata 300g.                                                                                                   | Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka drobiowa biała 60g(2,4,7), pasztet drobiowy 50g (2,4,6,7), ogórek świeży, herbata 300g.                                                                                          | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), szynka drobiowa biała 50g(2,4,7), pasztet drobiowy 50g (2,4,6,7), jogurt naturalny 150g(2), ogórek świeży, herbata 300g.                                                          |
| <b>Wartość odżywcza;</b> Energia 2457,4 Kcal, Białko 87,9g ( pochodzenia roślinnego 32,0g),Tłuszcz 97,0g, Węglowodany 321,1g, Sól 14,3g. |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Alergeny:</b> jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).                               |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                       |

| <b>01.10.2024</b>                                                                                                          | <b>Dieta ogólna</b>                                                                                                                                                                  | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                           | <b>Dieta cukrzycowa</b>                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                           | Chleb 150g(6), masło 20g(2), twaróg 80g(2), polędwica miodowa 50g(2,4,7), marmolada 30g, pomidor, kakao 300g.                                                                        | Chleb 150g(6), masło 20g(2), twaróg 80g(2), polędwica miodowa 50g(2,4,7), marmolada 30g, pomidor, kakao 300g.                                                                     | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), twaróg 80g(2), polędwica miodowa 50g (2,4,7), pomidor, herbata 250g.                                                                           |
| <b>Obiad</b>                                                                                                               | Kapuśniak z kapusty kiszonej 350g(4,6,7), makaron 180g(6), klops drobiowy pieczony w sosie pieczarkowym 100g/120g (2,4,6,7), surówka z buraków czerwonych z oliwą 120g, kompot 300g. | Zupa z brokuł ze śmietaną 350g(2,4,6,7), makaron 180(6), klops drobiowy pieczony w sosie pieczarkowym 100g/120g(2,4,6,7), surówka z buraków czerwonych z oliwą 120g, kompot 300g. | Zupa z brokuł ze śmietaną 350g(2,4,6,7), makaron 180g(6), klops drobiowy pieczony w sosie pieczarkowym 100g/120g(2,4,6,7), surówka z buraków czerwonych z oliwą 120g, kompot 300g. |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                             | Chleb 150g(6), masło 20g(2), sałatka rybna 60g(3,7), przysmak szynkowy 60g(2,4,7), ogórek świeży, babka piaskowa 60g(1,2,6), herbata 300g.                                           | Chleb 150g(6), masło 20g(2), sałatka rybna 60g(3,7), przysmak szynkowy 60g(2,4,7), ogórek świeży, babka piaskowa 60g(1,2,6), herbata 300g.                                        | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), ryba w oleju 60g(3,7), przysmak szynkowy 60g(2,4,7), ogórek świeży, jogurt naturalny 150g(2), herbata 300g.                                    |
| <b>Wartość odżywcza;</b> Energia 2574 Kcal, Białko 91g(pochodzenia roślinnego 35g),Tłuszcz 84g, Węglowodany 377g, Sól 11g. |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                    |
| <b>Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).</b>                 |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                    |

| <b>02.10.2024</b>                                                                                                                        | <b>Dieta ogólna</b>                                                                                                                                                                                        | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                                    | <b>Dieta cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                         | Chleb 150g(6), masło 20g(2), płatki owsiane na mleku 300g(2), wędlina krakowska 60g(2,4,7), pasztet drobiowy 25g(2,4,7), jabłko, herbata 300g.                                                             | Chleb 150g(6), masło 20g(2), płatki owsiane na mleku 300g, wędlina krakowska 60g (2,4,7), pasztet drobiowy 25g(2,4,7), jabłko, herbata 300g.                                               | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), wędlina krakowska 60g (2,4,7), pasztet drobiowy 25g(2,4,7), jabłko, herbata 300g.                                                                     |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                             | Pomidorowa z makaronem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, gulasz z karkówki w sosie 150g (4,6,7), surówka z ogórka kiszzonego z papryką i kukurydzą 120g, kompot 300g. | Pomidorowa z makaronem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, gulasz z karkówki w sosie 150g (4,6,7), sałata lodowa z kukurydzą i oliwą 120g, kompot 300g. | Pomidorowa z makaronem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, gulasz z karkówki w sosie 150g (4,6,7), sałata lodowa z kukurydzą i oliwą 120g kompot 300g. |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                           | Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica sopocka 60g (2,4,7), jajko 60g (1) , babka piaskowa 60g(1,2,6), ogórek świeży, jogurt owocowy 150g(2), herbata 300g.                                                | Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica sopocka 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), babka piaskowa 60g(1,2,6), ogórek świeży, jogurt owocowy 150g(2), herbata 300g.                         | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), polędwica sopocka 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), ogórek świeży, jogurt naturalny 150g(2), herbata 300g.                                          |
| <b>Wartość odżywcza;</b> Energia 2457,4 Kcal, Białko 87,9g ( pochodzenia roślinnego 32,0g),Tłuszcz 97,0g, Węglowodany 321,1g, Sól 14,3g. |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                           |
| <b>Alergeny:</b> jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).                               |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                           |

| <b>03.10.2024</b>                                                                                                                    | <b>Dieta ogólna</b>                                                                                                                                                 | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                               | <b>Dieta cukrzycowa</b>                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                     | Chleb(6) 150g, masło 20g(2), ryż na mleku 300g(2,6), wędlina żywiecka 60g, (2,4,7), ser topiony 17g(2), jabłko, pomidor, herbata 250g.                              | Chleb 150g(6), masło 20g(2), ryż na mleku 300g(2,6), wędlina żywiecka 60g (2,4,7), serek kanapkowy 60g(2), jabłko, pomidor herbata 250g.              | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), wędlina żywiecka 60g (2,4,7), serek kanapkowy 60g(2), jabłko, pomidor, herbata 250g.                                     |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                         | Ziemniaczana z zacierką i zieloną pietruszką 350g (4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, kaszanka odsmażana 150g(2,4,6,7), surówka z kapusty kiszonej 120g, kompot 300g. | Ziemniaczana z zacierką i zieloną pietruszką 350g (4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, kurczak gotowany, marchewka gotowana 100g/120g(4,6), kompot 300g. | Ziemniaczana z zacierką i zieloną pietruszką 350g (4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, schab duszony w sosie 70g/120g(4,6), warzywa gotowane 100g, kompot 300g. |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                       | Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica wędzona 60g(2,4,6,), twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 60g(2), banan, herbata 300g.                                         | Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica wędzona 60g(2,4,6,), twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 60g(2), banan, herbata 300g.                           | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), polędwica wędzona 60g(2,4,6,), twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 60g(2), ½ pomidora, herbata 300g.                      |
| <b>Wartość odżywcza;</b> Energia 2673 Kcal, Białko 79,5g ( pochodzenia roślinnego 34,7g),Tłuszcz 93,5g, Węglowodany 358g, Sól 14,2g. |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                              |
| <b>Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).</b>                           |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                              |

| <b>04.10.2024</b>                                                                                                                      | <b>Dieta ogólna</b>                                                                                                                     | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                                      | <b>Dieta cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                       | Chleb 150g(6), masło 20g(2), makaron na mleku 300g(2), wędlina krakowska 60g(2,4,7), pasztet drobiowy 25g(2,6,7), jabłko, herbata 250g. | Chleb 150g(6), masło 20g(2), makaron na mleku 300g(2), wędlina krakowska 60g(2,4,7), pasztet drobiowy 25g(2,6,7), jabłko, herbata 250g.                                                      | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), wędlina krakowska 60g(2,4,7), pasztet drobiowy 25g(2,6,7), jogurt naturalny 150g(2), jabłko, herbata 250g.                                          |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                           | Zupa grochowa z boczkiem wędzonym 350g (4,6,7), racuchy z dżemem 3szt/40g(1,2,6), kompot 300g.                                          | Zupa jarzynowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g (2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, ryba pieczona z warzywami 100g/60(3,4,7), sałata lodowa z kukurydzą i oliwą 100g(2,4), kompot 300g. | Zupa jarzynowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g (2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, ryba pieczona z warzywami 100g/60(3,4,7), sałata lodowa z kukurydzą i oliwą 100g, kompot 300g. |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                         | Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka wędzona 60g(2,4,7), ser topiony 50g(2), pomidor, herbata 300g.                                      | Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka wędzona 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), pomidor, herbata 300g.                                                                                       | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), szynka wędzona 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), pomidor, herbata 300g.                                                                           |
| <b>Wartość odżywcza:</b> Energia 2447 Kcal, Białko 87,2g ( pochodzenia roślinnego 35,2g),Tłuszcz 68,4g, Węglowodany 383,2g, Sól 11,9g. |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                         |
| <b>Alergeny:</b> jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).                             |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                         |

| <b>05.10.2024</b>                                                                                                                  | <b>Dieta ogólna</b>                                                                                                                                                                            | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                | <b>Dieta cukrzycowa</b>                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                   | Chleb 150g(6), masło 20g(2), ser żółty 60g(2), marmolada 40g, pomidor, kawa zbożowa 300g                                                                                                       | Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica miodowa 60g,(2,4,6,7), marmolada 40g, pomidor, kawa zbożowa 300g(2,6).                                                          | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), polędwica miodowa 60g(2,4, 7), serek kanapkowy 40g(2), ½ pomidora, herbata 300g.                                                   |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                       | Zupa ogórkowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ryż na sypko 180g(2), potrawka z kurczaka w sosie z warzywami 150g(2,4,6,7), surówka z kapusty czerwonej 120g(1,7), kompot 300g. | Zupa z brokuł ze śmietaną 350g(2,4,6,7), ryż na sypko 180g(2), potrawka z kurczaka w sosie z warzywami 150g(2,4,6,7), surówka z marchwi i jabłek 120g(2), kompot 300g. | Zupa z brokuł ze śmietaną 350g(2,4,6,7), ryż na sypko 180g(2), potrawka z kurczaka w sosie z warzywami 150g(2,4,6,7), surówka z marchwi i jabłek 120g(2), kompot 300g. |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                     | Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka konserwowa 60g(2,4,7), pasta z jajka 80g(1,2,4,7), ogórek świeży, herbata 300g.                                                                            | Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka konserwowa 60g(2,4,7), konserwa szynkowa 55g(2,4,7), ogórek świeży, serek kanapkowy 30g(2), herbata 300g.                          | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), szynka konserwowa 60g(2,4,7), konserwa szynkowa 55g(2,4,7), ogórek świeży, jogurt naturalny 150g(2), herbata 300g.                 |
| <b>Wartość odżywcza;</b> Energia 2434 Kcal, Białko 83,8g ( pochodzenia roślinnego 35,1g),Tłuszcz 69g, Węglowodany 320g, Sól 14,3g. |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                        |
| <b>Alergeny:</b> jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).                         |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                        |

| <b>06.10.2024</b>                                                                                                                   | <b>Dieta ogólna</b>                                                                                                                                                                 | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                             | <b>Dieta cukrzycowa</b>                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                    | Chleb 150g(6), masło 20g(2), salami 60g(2,4,6,), pasztet pieczony 60g(2,4,6,7), banan, herbata 300g.                                                                                | Chleb 150g(6), masło 20g(2), salami 60g(2,4,6,7), pasztet drobiowy 50g(2,4,6,7), banan, herbata 300g.                                                                               | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2 salami 60g (2,4,6,), pasztet drobiowy 50g(2,4,6,7), ½ pomidora, herbata 300g.                                                                     |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                        | Pomidorowa z ryżem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, bioderko drobiowe pieczone 1szt, marchewka gotowana z groszkiem 120g(2,6,7), kompot 300g. | Pomidorowa z ryżem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, bioderko drobiowe gotowane 1szt, marchewka gotowana z groszkiem 120g(2,6,7), kompot 300g. | Pomidorowa z ryżem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, bioderko drobiowe gotowane 1szt, marchewka gotowana z groszkiem 120g(2,6,7), kompot 300g. |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                      | Chleb 150g(6), masło 20g(2), metka bawarska 60g(2,4,7), baleron 60g(2,4,7), ogórek świeży , herbata 300g                                                                            | Chleb 150g(6), masło 20g(2), parówka drobiowa 60g(2,4,7), baleron 60g(2,4,7,), ogórek świeży, herbata 300g.                                                                         | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), parówka drobiowa 60g(2,4,7), baleron 60g(2,4,7), ogórek świeży, herbata 300g.                                                                   |
| <b>Wartość odżywcza;</b> Energia 2425 Kcal, Białko 85,7g ( pochodzenia roślinnego 33,6g),Tuszcz 82,5g, Węglowodany 349g, Sól 14,3g. |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                     |
| <b>Alergeny:</b> jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).                          |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                     |