

PONIEDZIAŁEK 21.07.2025		
DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA		
ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Twaróg z rzodkiewką 100g,szynka wp 30g,miód 25g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,pomidor 50g, ogórek 60g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory,gluten,soja)	Jarzynowa z makaronem 350ml,wołowina w sosie koperkowym 130g, ziemniaki 200g, buraki oprószane 130g, kompot 250ml PODWIECZOREK – jabłko Alergeny (mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)	Polęd.drob 50g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, sałata 20g, pomidor 50g, ogórek 60g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty,gluten,soja)
Wartość odżywcza:energia 2063 Kcal/kJ, węglowodany 311g, białko 103,61g, tłuszcze 49,48g,sól 5,57g		
DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW		
ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Twaróg z rzodkiewką 100g, szynka wp 30g,masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 60g, herbata b/c 250ml, Alergeny (mleko i przetwory,gluten,soja)	Jarzynowa z makaronem 350ml,wołowina w sosie koperkowym 130g, ziemniaki 200g, surówka z kapusty czerwonej130g, kompot b/c 250ml Alergeny (gluten,jajka,seler,mleko i przetwory)	Polęd.drob 50g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, sałata 20g, pomidor 50g, ogórek 60g, herbata b/c 250ml Alergeny (mleko i produkty,gluten,soja)
DIETA TRZUSTKOWA		
ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Twaróg z natką pietruszki 100g, szynka wp 30g,masło 12,5g zaw tł.82%, miód 25g, pomidor 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory,gluten,soja)	Jarzynowa z makaronem 350ml,wołowina w sosie koperkowym 130g, ziemniaki 200g, buraki oprószane 130g, kompot 250ml Alergeny (jajka,gluten,mleko i przetwory, seler)	Polęd.drob 80g, dżem 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, sałata 20g, pomidor 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty,gluten,soja)

WTOREK 22.07.2025		
DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA		
ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z jajka z koperkiem 80g, polędwica sopocka 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pomidor 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, Alergeny (mleko i przetwory, gluten, jajka)	Szczawiowa z ziemniakami 350ml, stek mielony w sosie pieczarkowym 140g, kasza bulgur 200g, surówka z marchewki i jabłka ze śmietaną 130g, kompot 250ml PODWIECZOREK – jogurt naturalny 150g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)	krakowska 50g, ser topiony 15g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, sałata 20g, rzodkiewka 50g, pomidor 50g, ogórek 60g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty, gluten, soja)
Wartość odżywcza: energia 2152Kcal/kJ, węglowodany 307,85g, białko 100,25g, tłuszcze 63,79g, sól 7,87g		
DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW		
ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z jajka z koperkiem 80g, polędwica sopocka 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pomidor 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, Alergeny (mleko i przetwory, gluten, jajka)	Szczawiowa z ziemniakami 350ml, stek mielony w sosie pieczarkowym 140g, kasza bulgur 200g, surówka z marchewki i jabłka z oliwą 130g, kompot b/c 250ml Alergeny (gluten, seler, jajka, mleko i przetwory)	krakowska 50g, ser topiony 15g, masło 12,5g zaw tł.82%, pomidor 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, sałata 20g, rzodkiewka 50g, herbata b/c 250ml Alergeny (mleko i produkty, gluten, soja)
DIETA TRZUSTKOWA		
ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z jajka z koperkiem 80g, polędwica sopocka 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pomidor 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory, gluten, jajka)	Pietruszkowa z ziemniakami 350ml, stek mielony duszony z warzywami 140g, kasza bulgur 200g, marchewka gotowana 130g, kompot 250ml Alergeny (gluten, jajka, seler, mleko i przetwory)	krakowska 60g, dżem 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, sałata 20g, pomidor b/skóry 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty, gluten, soja)

--

ŚRODA 23.07.2025**DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA**

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Ser żółty 50g, polędwica sopocka 30g,miód 25g,masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,pomidor 50g,sałata 20g, ogórek 60g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory,gluten,jajka)	Krupnik z ryżu 350ml, schab panierowany 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z kapusty pekińskiej 130g, kompot 250ml PODWIECZOREK – galaretka z owocami 150g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)	Szynka drobiowa 40g, jajko 1szt, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, ogórek 60g,pomidor 50g, sałata 20g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty, gluten, jajka, soja)

Wartość odżywcza:energia 1986Kcal/kJ, węglowodany 295,31g, białko 92,66g, tłuszcze 52,54g,sól 4,60g

DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Ser żółty 50g, polędwica sopocka 30g, masło 12,5g zaw tł.82%, pomidor 50g,sałata 20g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml Alergeny (mleko i przetwory,gluten)	Krupnik z ryżu 350ml, schab duszony w warzywach 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z kapusty pekińskiej 130g, kompot b/c 250ml Alergeny (gluten,seler,mleko i przetwory)	Szynka drobiowa 40g,jajko 1szt, masło 12,5g zaw tł.82%,sałata 20g, ogórek 60g, pomidor 50g, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml Alergeny (mleko i produkty, jajka, gluten, soja)

DIETA TRZUSTKOWA

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Polędwica sopocka 70g, miód 25g,masło 12,5g zaw tł.82%,sałata 20g,ogórek 60g, pomidor 50g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory,gluten,soja)	Krupnik z ryżu 350ml, schab duszony w warzywach 130g, ziemniaki z koperkiem 200g,warzywa gotowane 130g, kompot 250ml Alergeny (gluten,mleko i przetwory,seler)	dżem 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, sałata 20g, pomidor 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty,seler,gluten)

CZWARTEK 24.07.2025**DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA**

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z fasoli 60g, krakowska 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, ogórek 50g, pomidor 50g, papryka 20g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory, gluten, soja)	Ogórkowa z ziemniakami 350ml, makaron z sosem bolognese 300g, sałata z kefirem 130g, kompot 250ml PODWIECZOREK – banan Alergeny (mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)	Szynka gotowana 50g, pomidor 50g, ogórek 60g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, sałata 20g Alergeny (mleko i produkty, jajka, seler, gorczyca, gluten)

Wartość odżywcza: energia 2041Kcal/kJ, węglowodany 339,12g, białko 82,47g, tłuszcze 42,79g, sól 4,49g

DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z fasoli 60g, krakowska 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, ogórek 50g, papryka 20g Alergeny (mleko i przetwory, gluten)	Ogórkowa z ziemniakami 350ml, makaron z sosem bolognese 300g, sałata z kefirem 130g, kompot b/c 250ml Alergeny (gluten, mleko i przetwory, jajka, seler,)	Szynka gotowana 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, pomidor 50g, ogórek 60g, herbata b/c 250ml, sałata 20g Alergeny (mleko i produkty, jajka, seler, gluten, gorczyca)

DIETA TRZUSTKOWA

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Twaróg 80g, krakowska 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pomidor 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory, gluten)	Ziemniaczana z zieleniną 350ml, makaron z mięsem i warzywami 300g, marchewka mini 130g, kompot 250ml Alergeny (jajka, gluten, mleko i przetwory, seler)	Szynka gotowana 50g, pomidor 50g, ogórek 60g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty, jajka, seler, gluten, gorczyca)

PIĄTEK 25.07.2025

DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA

Pasta z wędzonej ryby 60g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tŁ.82%,pieczywo mieszane 110g, saŁata 20g, ogórek 50g, pomidor 50g, herbata 250ml

Alergeny(mleko i przetwory,ryby,gluten,)

Koperkowa z makaronem 350ml,kotlet z jajka 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, buraki z jabŁkiem 130g,kompot 250ml

PODWIECZOREK – jogurt naturalny 150ml

Alergeny(mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)

Ser topiony 50g, poŁed.drob 50g, masŁo 12,5g zaw tŁ.82%, pieczywo mieszane 110g,pomidor 50g, ogórek 60g, herbata 250ml

Alergeny(mleko i produkty,seler,gluten)

Wartość odżywcza: energia 2070Kcal/kJ, węglowodany 293,52g, białko 84,70g, tłuszcze 64,02g,sól 6,52g

DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW

ŚNIADANIE

Pasta z wędzonej ryby 60g, ser żółty 30g, masło 12,5g zaw tŁ.82%, pieczywo mieszane 110g, saŁata 20g, ogórek 50g, pomidor 50g, herbata b/c 250ml

Alergeny(mleko i przetwory, ryby, jajka, gluten,)

OBIAD

Koperkowa z makaronem 350ml,kotlet z jajka 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, buraki z jabŁkiem 130g, kompot b/c 250ml

Alergeny(gluten,jajka,seler,mleko i przetwory)

KOLACJA

Ser topiony 50g, poŁed.drob 50g, masŁo 12,5g zaw tŁ.82%, pieczywo mieszane 110g,pomidor 50g, ogórek 60g, herbata b/c 250ml

Alergeny(mleko i produkty,gluten)

DIETA TRZUSTKOWA

ŚNIADANIE

Pasta z wędzonej ryby 50g, dżem 25g, masło 12,5g zaw tŁ.82%, saŁata 20g, pomidor 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml

Alergeny(mleko i przetwory, ryby, jajka, gluten, soja)

OBIAD

Koperkowa z makaronem 350ml, jajka w sosie warzywnym 2szt, ziemniaki z koperkiem 200g, buraki z jabŁkiem 130g, kompot 250ml

Alergeny(jajka,gluten,mleko i przetwory, seler)

KOLACJA

Miód 25g, masŁo 12,5g zaw tŁ.82%, saŁata 20g, pomidor b/skóry 50g,ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml

Alergeny(mleko i produkty,gluten)

SOBOTA 26.07.2025

DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Jajko ze szczypiorkiem 60g, zielonogórska 30g , masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g, sałata 20g, ogórek 60g, pomidor 50g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory, gluten, jajka, soja, gorczyca)	Porowa z ziemniakami 130g, łopatka duszona w sosie własnym 130g, kasza jęczmienna 200g,surówka z kapusty czerwonej 130g, kompot 250ml PODWIECZOREK –jogurt owocowy150ml Alergeny (mleko i przetwory,gluten,seler)	Pasztet drobiowy 80g, ser topiony 15g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g,sałata 20g, ogórek 50g, pomidor 50g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty,gluten,soja)

Wartość odżywcza:energia 2088Kcal/kJ, węglowodany 295,68g, białko 93,43g, tłuszcze 63,20g,sól 3,78g

DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Jajko ze szczypiorkiem 60g, zielonogórska 30g,masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, sałata 20g, pomidor 50g, ogórek 60g, herbata b/c 250ml Alergeny (mleko i przetwory,jajka,gluten)	Porowa z ziemniakami 130g, łopatka duszona w sosie własnym 130g, kasza jęczmienna 200g,surówka z kapusty czerwonej 130g, kompot b/c 250ml Alergeny (gluten,seler,jajka,mleko i przetwory)	Pasztet drobiowy 80g, ser topiony 15g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g,herbata b/c 250ml,sałata 20g, ogórek 50g, pomidor 50g Alergeny (mleko i produkty,soja,gluten)

DIETA TRZUSTKOWA

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Jajko ze szczypiorkiem 60g, zielonogórska 40g,masło 12,5g zaw tł.82%,sałata 20g, pomidor 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory,gluten,jajka)	Porowa z ziemniakami 130g, łopatka duszona w sosie pietruszkowym 130g, kasza jęczmienna200g, bukiet warzyw gotowanych 130g, kompot 250ml Alergeny (gluten,mleko i przetwory,seler)	Pasztet drobiowy 80g, dżem 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, sałata 20g, pomidor 50g, ogórek 60g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty,gluten)

NIEDZIELA 27.07.2025**DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA**

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z soczewicy 60g, szynka wp. 30g, masło 12,5g zaw tŁ.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, rzodkiewki 50g, pomidor 50g,ogórek 60g, saŁata 20g, Alergeny (mleko i przetwory,gluten)	Barszcz biaŁy 350ml, filet z kurczaka panierowany 130g,ziemniaki z koperkiem 200g,surówka z selera i jabŁka ze śmietaną 130g, kompot 250ml PODWIECZOREK – jabŁko Alergeny (mleko i przetwory,gluten,seler)	Szynka wędzona 50g, dżem 25g, masŁo 12,5g zaw tŁ.82%, pieczywo mieszane 110g,saŁata 20g, pomidor 50g, ogórek 60g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty,gluten)

Wartość odżywcza:energia 2245Kcal/kJ, węglowodany 343,25g, biaŁko 97,21g, tłuszcze 59,67g,sól 5,40g

DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z soczewicy 60g, szynka wp. 30g, masŁo 12,5g zaw tŁ.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml,rzodkiewki 50g, pomidor 50g, saŁata 20g Alergeny (mleko i przetwory,gluten)	Barszcz biaŁy 350ml, filet z kurczaka panierowany 130g,ziemniaki z koperkiem 200g,surówka z selera i jabŁka z oliwą 130g, kompot b/c 250ml Alergeny (gluten,seler,mleko i przetwory)	Szynka wędzona 50g, twaróg 50g, masŁo 12,5g zaw tŁ.82%, pieczywo mieszane 110g, ogórek 60g, pomidor 50g, herbata b/c 250ml Alergeny (mleko i produkty,soja,gluten)

DIETA TRZUSTKOWA

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z soczewicy 40g, poŁędwica sopocka 60g,masŁo 12,5g zaw tŁ.82%, dżem 25g, ogórek 60g, pomidor b/skóry 50g, pieczywo mieszane110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory,gluten)	Marchewkowa z ziemniakami 350ml, filet z kurczaka gotowany w sosie dietetycznym 130g, ziemniaki 200g, brokuŁ gotowany 130g, kompot 250ml Alergeny (gluten,mleko i przetwory,seler)	Szynka wędzona 70g, twaróg 50g, masŁo 12,5g zaw tŁ.82%, saŁata 20g, ogórek 60g, pomidor 50g, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty,gluten,soja)

