

DIETA PODSTAWOWA D01	
8 / Poniedziałek / Tydzień 2	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z kaszą manną	250
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	90
Chleb jasny (1)	30
Masło (7)	10
Twarożek z rzodkiewką (7)	100
Rzodkiewka	20
Pomidor	50
Sałata lodowa	10
II ŚNIADANIE	
Serek homogenizowany (7)	140
Wafle ryżowe	10
OBIAD	
Zupa krupnik z ziemniakami	300
Kluski na parze z koktajlem (1)	180
Kompot niesłodzony	200
PODWIECZOREK	
Jabłko	120
Marchewka	20
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Pasztecik pieczony (1,6,9)	60
Jaja gotowane (3)	60
Ogórek zielony	40
Sałata	20
Papryka świeża	20
Dobowa wartość energetyczna: 2048,6 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 84,7 g Tłuszcz: 63,1 g Węglowodany: 291,8 g w tym cukry: 86,4 g Błonnik: 28,9 g Sód: 1,98 g	

DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	
8 / Poniedziałek / Tydzień 2	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z kaszą manną	250
Kakao (7)	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Twarożek z rzodkiewką (7)	100
Pomidor	50
Sałata lodowa	10
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny (7)	100
Wafle ryżowe	10
OBIAD	
Zupa krupnik z ziemniakami	300
Kluski na parze z koktajlem (1)	180
Kompot niesłodzony	200
PODWIECZOREK	
Jabłko	120
Marchewka	20
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	100
Masło (7)	5
Szynka drobiowa	60
Jaja gotowane (3)	60
Ogórek zielony	40
Sałata	20
Dobowa wartość energetyczna: 2016,4 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 88,9 g Tłuszcz: 58,7 g Węglowodany: 292,6 g w tym cukry: 78,1 g Błonnik: 24,7 g Sód: 1,86	

DIETA D03 Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	
8 / Poniedziałek / Tydzień 2	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z kaszą manną	250
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	120
Masło (7)	10
Twarożek z rzodkiewką (7)	100
Rzodkiewka	20
Pomidor	50
Sałata lodowa	10
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny (7)	150
Wafle ryżowe	10
OBIAD	
Zupa krupnik z ziemniakami	300
Kluski na parze z musem jabłk (1)	220
Kompot niesłodzony	200
PODWIECZOREK	
Jabłko	120
Marchewka	20
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Szynka drobiowa	60
Jaja gotowane (3)	60
Ogórek zielony	40
Sałata	20
Papryka świeża	20
Dobowa wartość energetyczna: 1998,9 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 92,4 g Tłuszcz: 62,0 g Węglowodany: 270,8 g w tym cukry: 60,9 g Błonnik: 30,6 g Sód: 1,92	

DIETA ŁATWOSTRAWNA D05 Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	
8 / Poniedziałek / Tydzień 2	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z kaszą manną	250
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	90
Chleb jasny (1)	30
Masło (7)	5
Twarożek z rzodkiewką (7)	100
Rzodkiewka	20
Pomidor	50
Sałata lodowa	10
II ŚNIADANIE	
Twaróg chudy (7)	120
Wafle ryżowe	10
OBIAD	
Zupa krupnik z ziemniakami	300
Kluski na parze z jogurt. (1) (7)	260
Kompot niesłodzony	200
PODWIECZOREK	
Jabłko	120
Marchewka	20
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	5
Twaróg chudy (7)	60
Jaja gotowane (3)	60
Ogórek zielony	40
Sałata	20
Dobowa wartość energetyczna: 1964,7 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 102,8 g Tłuszcz: 43,6 g Węglowodany: 286,9 g w tym cukry: 64,1 g Błonnik: 27,8 g Sód: 1,74	

- 1 GLUTEN
- 2 SKORUPIAKI i produkty pochodne
- 3 JAJA i produkty pochodne
- 4 RYBY i produkty pochodne
- 5 ORZESZKI ZIEMNE
- 6 SOJA i produkty pochodne
- 7 MLEKO i produkty pochodne
- 8 ORZECHY
- 9 SELER i produkty pochodne
- 10 GORCZYCA i produkty pochodne
- 11 NASIONA SEZAMU i produkty pochodne
- 12 DWUTLENEK SIARKI
- 13 ŁUBIN i produkty pochodne
- 14 MIĘCZAKI i produkty pochodne

DIETA PODSTAWOWA D01	
10 / Środa / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb razowy	90
Chleb jasny (1)	30
Masło (7)	10
Ser żółty	40
Papryka	20
Ogórek zielony	40
Sałata	20
II ŚNIADANIE	
Jabłko	90
Kisiel	150
OBIAD	
Barszcz po ukraińsku	350
Gołąbki w sosie pomidorowym	90
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Jogurt naturalny (7)	100
Podpomyk	10
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Sałatka ryżowa	90
Pomidor	50
Szczypior	10
Sałata lodowa	20
Dobowa wartość energetyczna: 2096,4 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 78,9 g Tłuszcz: 72,8 g Węglowodany: 288,6 g w tym cukry: 86,7 g Błonnik: 26,8 g Sód: 1,99	

DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	
10 / Środa / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Twaróg (7)	80
Ogórek zielony	40
Sałata	20
II ŚNIADANIE	
Jabłko	90
Kisiel	150
OBIAD	
Barszcz po ukraińsku	350
Gołąbki w sosie pomidorowym	90
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Jogurt naturalny (7)	100
Wafel ryżowy	10
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Sałatka ryżowa	70
Pomidor	50
Sałata lodowa	20
Dobowa wartość energetyczna: 2018,7 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 84,1 g Tłuszcz: 61,4 g Węglowodany: 289,5 g w tym cukry: 84,9 g Błonnik: 24,9 g Sód: 1,86	

DIETA D03 Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	
10 / Środa / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	120
Masło (7)	10
Ser żółty	20
Papryka	20
Ogórek zielony	40
Sałata	20
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny (7)	150
OBIAD	
Zupa ogórkowa z ziemniakami	350
Ziemniaki	200
Klopsiki pieczone w sosie pieczark.	100
Surówka z białej kapusty	100
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Wafel ryżowy	20
Jabłko	150
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Sałatka ryżowa	100
Pomidor	50
Szczypior	10
Sałata lodowa	20
Dobowa wartość energetyczna: 2082,5 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 87,2 g Tłuszcz: 68,2 g Węglowodany: 288,0 g w tym cukry: 78,5 g Błonnik: 31,2 g Sód: 1,95	

DIETA ŁATWOSTRAWNA D05 Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	
10 / Środa / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	90
Chleb jasny (1)	30
Masło (7)	5
Twaróg chudy	80
Ogórek zielony	40
Sałata	20
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny (7)	150
OBIAD	
Zupa ogórkowa z ziemniakami	350
Ziemniaki	200
Klopsiki gotowane w sosie pieczark.	100
Marchewka gotowana	100
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Wafel ryżowy	20
Jabłko	90
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	5
Sałatka ryżowa	70
Pomidor	50
Sałata lodowa	20
Dobowa wartość energetyczna: 2054,8 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 89,1 g Tłuszcz: 46,8 g Węglowodany: 309,7 g w tym cukry: 76,4 g Błonnik: 29,5 g Sód: 1,78	

- 1 GLUTEN
- 2 SKORUPIAKI i produkty pochodne
- 3 JAJA i produkty pochodne
- 4 RYBY i produkty pochodne
- 5 ORZESZKI ZIEMNE
- 6 SOJA i produkty pochodne
- 7 MLEKO i produkty pochodne
- 8 ORZECHY
- 9 SELER i produkty pochodne
- 10 GORCZYCA i produkty pochodne
- 11 NASIONA SEZAMU i produkty pochodne
- 12 DWUTLENEK SIARKI
- 13 ŁUBIN i produkty pochodne
- 14 MIĘCZAKI i produkty pochodne

DIETA PODSTAWOWA D01	
11 / Czwartek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z kaszą manną	200
Kawa zbożowa (1,7)	250
Chleb razowy (1)	90
Chleb jasny (1)	30
Masło (7)	10
Ogórek	30
Twarożek z rybą (4)	100
Szczypior	10
Pomidor	40
Salata lodowa	20
II ŚNIADANIE	
Pomarańcza	200
Jogurt (7)	100
OBIAD	
Zupa barszcz biały z ziemniakami	350
Makaron (1)	220
Gulasz wieprzowy	120
Czerwony colesław	120
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Wafle ryżowe	10
Banan	90
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Pasta jajeczna (3)	80
Salata masłowa	10
Ogórek	40
Południca drobiowa	60
Dobowa wartość energetyczna: 2134,2 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 94,6 g Tłuszcz: 73,1 g Węglowodany: 288,9 g w tym cukry: 82,4 g Błonnik: 30,1 g Sód: 2,00	

DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	
11 / Czwartek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Ogórek	30
Twarożek z rybą (4)	100
Pomidor	40
Salata lodowa	20
II ŚNIADANIE	
Pomarańcza	200
Jogurt (7)	100
OBIAD	
Zupa barszcz biały z ziemniakami	350
Makaron (1)	220
Gulasz wieprzowy	120
Marchewka gotowana	120
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Wafle ryżowe	10
Banan	90
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Pasta jajeczna (3)	80
Salata masłowa	10
Ogórek	40
Południca drobiowa	40
Dobowa wartość energetyczna: 2066,8 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 91,2 g Tłuszcz: 71,0 g Węglowodany: 282,6 g w tym cukry: 80,9 g Błonnik: 26,8 g Sód: 1,96	

DIETA D03 Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	
11 / Czwartek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	120
Masło (7)	10
Ogórek	30
Twarożek z rybą (4)	100
Szczypior	10
Pomidor	40
Salata lodowa	20
II ŚNIADANIE	
Pomarańcza	150
Jogurt (7)	100
Wafle ryżowe	10
OBIAD	
Zupa barszcz biały z ziemniakami	350
Makaron pełnoziarnisty (1)	220
Gulasz wieprzowy	120
Czerwony colesław	120
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Wafle ryżowe	20
Jabłko	150
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Pasta jajeczna (3)	80
Salata masłowa	10
Ogórek	40
Południca drobiowa	60
Dobowa wartość energetyczna: 2038,9 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 96,1 g Tłuszcz: 73,2 g Węglowodany: 268,4 g w tym cukry: 69,5 g Błonnik: 33,6 g Sód: 1,98	

DIETA ŁATWOSTRAWNA D05 Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	
11 / Czwartek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	90
Chleb jasny (1)	30
Masło (7)	5
Ogórek	30
Twarożek z rybą (4)	80
Szczypior	10
Pomidor	40
Salata lodowa	20
II ŚNIADANIE	
Pomarańcza	200
Jogurt (7)	100
OBIAD	
Zupa barszcz biały z ziemniakami	350
Makaron (1)	220
Gulasz drobiowy	120
Czerwony colesław	120
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Wafle ryżowe	10
Banan	90
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	5
Pasta jajeczna b/majonez (3)	80
Salata masłowa	10
Ogórek	40
Południca drobiowa	40
Dobowa wartość energetyczna: 1988,4 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 93,4 g Tłuszcz: 52,6 g Węglowodany: 296,8 g w tym cukry: 74,2 g Błonnik: 31,0 g Sód: 1,86	

- 1 GLUTEN
- 2 SKORUPIAKI i produkty pochodne
- 3 JAJA i produkty pochodne
- 4 RYBY i produkty pochodne
- 5 ORZESZKI ZIEMNE
- 6 SOJA i produkty pochodne
- 7 MLEKO i produkty pochodne
- 8 ORZECHY
- 9 SELER i produkty pochodne
- 10 GORCZYCA i produkty pochodne
- 11 NASIONA SEZAMU i produkty pochodne
- 12 DWUTLENEK SIARKI
- 13 ŁUBIN i produkty pochodne
- 14 MIĘCZAKI i produkty pochodne

DIETA PODSTAWOWA D01	
12 / Piątek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z płatkami ows	220
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	90
Chleb jasny (1)	30
Masło (7)	10
Półdewica sopocka	60
Sałata	10
Papryka	20
Pomidor	40
II ŚNIADANIE	
Baton zbożowy (1,7)	40
Jabłko	120
OBIAD	
Zupa pomidorowa	300
Ryba na parze po grecku (4)	160
Kasza jęczmiena	220
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Hummus	30
Marchew	50
Seler	50
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Ser żółty	40
Ogórek zielony	60
Sałata	20
Papryka	40
Dobowa wartość energetyczna: 2198,6 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 94,2 g Tłuszcz: 74,8 g Węglowodany: 297,6 g w tym cukry: 83,9 g Błonnik: 32,1 g Sód: 1,99	

DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	
12 / Piątek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Półdewica drobiowa	60
Sałata	10
Pomidor	40
II ŚNIADANIE	
Wafle ryżowe	20
Jabłko	120
OBIAD	
Zupa pomidorowa	300
Ryba na parze po grecku (4)	160
Kasza jęczmiena	220
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Jabłko	150
Marchew	50
Seler	50
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Półdewica drobiowa	60
Ogórek zielony	60
Sałata	20
Papryka	40
Dobowa wartość energetyczna: 2042,0 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 91,6 g Tłuszcz: 59,6 g Węglowodany: 302,9 Dobowa wartość energetyczna: 2042,0 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 91,6 g Tłuszcz: 59,6 g	

DIETA D03 Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYWIAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	
12 / Piątek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	120
Masło (7)	10
Półdewica drobiowa	60
Sałata	10
Papryka	20
Pomidor	40
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny (7)	40
Jabłko	120
OBIAD	
Zupa pomidorowa	300
Ryba na parze po grecku (4)	160
Kasza jęczmiena	220
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Hummus	30
Marchew	50
Seler	50
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Ser żółty	20
Ogórek zielony	60
Sałata	20
Papryka	40
Dobowa wartość energetyczna: 2042,7 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 99,4 g Tłuszcz: 69,8 g Węglowodany: 268,6 g w tym cukry: 66,2 g Błonnik: 33,9 g Sód: 1,98	

DIETA ŁATWOSTRAWNA D05 Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	
12 / Piątek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	90
Chleb jasny (1)	30
Masło (7)	10
Półdewica sopocka	60
Sałata	10
Papryka	20
Pomidor	40
II ŚNIADANIE	
Baton zbożowy (1,7)	40
Jabłko	120
OBIAD	
Zupa pomidorowa	300
Ryba na parze po grecku (4)	160
Kasza jęczmiena	220
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Hummus	30
Marchew	50
Seler	50
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	5
Półdewica drobiowa	60
Ogórek zielony	60
Sałata	20
Papryka	40
Dobowa wartość energetyczna: 2090,0 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 106,5 g Tłuszcz: 47,0 g Węglowodany: 305,5 g w tym cukry: 67,1 g Błonnik: 33,6 g Sód: 1,92	

- 1 GLUTEN
- 2 SKORUPIAKI i produkty pochodne
- 3 JAJA i produkty pochodne
- 4 RYBY i produkty pochodne
- 5 ORZESZKI ZIEMNE
- 6 SOJA i produkty pochodne
- 7 MLEKO i produkty pochodne
- 8 ORZECHY
- 9 SELER i produkty pochodne
- 10 GORCZYCA i produkty pochodne
- 11 NASIONA SEZAMU i produkty pochodne
- 12 DWUTLENEK SIARKI
- 13 ŁUBIN i produkty pochodne
- 14 MIĘCZAKI i produkty pochodne

DIETA PODSTAWOWA D01	
13 / Sobota / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Kawa zbożowa (1,7)	250
Bułka grahamka	1
Chleb razowy (1)	30
Masło (7)	10
Kiełbaski na gorąco (6, 10)	100
Ogórek zielony	40
Salata lodowa	10
II ŚNIADANIE	
Baton zbożowy (1,7)	40
Jogurt naturalny	180
OBIAD	
Zupa krem jarzynowa	250
Makaron ugotowany (1)	120
Twaróg chudy (7)	80
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Banan	90
Wafle ryżowe	20
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Filet złocisty	80
Jajko gotowane	120
Pomidor	100
Szczypior	10
Salata lodowa	10
Dobowa wartość energetyczna: 2236,2 kcal	
Dobowa wartość odżywcza:	
Białko: 101,4 g	
Tłuszcz: 91,2 g	
Węglowodany: 264,8 g	
w tym cukry: 79,6 g	
Błonnik: 27,9 g	
Sód: 2,01	

DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	
13 / Sobota / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Kawa zbożowa (1,7)	200
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Szynka z kurcząt	80
Ogórek zielony	40
Salata lodowa	10
II ŚNIADANIE	
Wafle ryżowe	20
Jogurt naturalny	180
OBIAD	
Zupa krem jarzynowa	250
Makaron ugotowany (1)	120
Twaróg chudy (7)	60
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Banan	90
Wafle ryżowe	20
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Filet złocisty	80
Jajko gotowane	120
Pomidor	100
Salata lodowa	10
Dobowa wartość energetyczna: 2058,7 kcal	
Dobowa wartość odżywcza:	
Białko: 112,6 g	
Tłuszcz: 63,8 g	
Węglowodany: 276,9 g	
w tym cukry: 71,2 g	
Błonnik: 28,6 g	
Sód: 1,92	

DIETA D03 Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	
13 / Sobota / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Kawa zbożowa (1,7)	200
Chleb razowy (1)	120
Masło (7)	10
Szynka z kurcząt	80
Ogórek zielony	40
Salata lodowa	10
II ŚNIADANIE	
Jabłko	150
Jogurt naturalny	180
OBIAD	
Zupa krem jarzynowa	250
Makaron pełnoziarnisty (1)	120
Twaróg chudy (7)	80
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Banan	50
Wafle ryżowe	20
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Filet złocisty	80
Jajko gotowane	120
Pomidor	100
Szczypior	10
Salata lodowa	10
Dobowa wartość energetyczna: 2076,4 kcal	
Dobowa wartość odżywcza:	
Białko: 114,1 g	
Tłuszcz: 66,9 g	
Węglowodany: 270,8 g	
w tym cukry: 66,4 g	
Błonnik: 35,9 g	
Sód: 1,98	

DIETA ŁATWOSTRAWNA D05 Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	
13 / Sobota / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Kawa zbożowa (1,7)	200
Chleb razowy (1)	90
Chleb jasny (1)	30
Masło (7)	5
Szynka z kurcząt	80
Ogórek zielony	40
Salata lodowa	10
II ŚNIADANIE	
Jabłko	150
Jogurt naturalny	180
OBIAD	
Zupa krem jarzynowa	250
Makaron ugotowany (1)	120
Pierś z kurczaka gotowana	90
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Banan	90
Wafle ryżowe	20
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	5
Filet złocisty	60
Jajko gotowane	120
Pomidor	100
Salata lodowa	10
Dobowa wartość energetyczna: 2012,3 kcal	
Dobowa wartość odżywcza:	
Białko: 118,9 g	
Tłuszcz: 48,7 g	
Węglowodany: 284,4 g	
w tym cukry: 70,8 g	
Błonnik: 33,1 g	
Sód: 1,88	

- 1 GLUTEN
- 2 SKORUPIAKI i produkty pochodne
- 3 JAJA i produkty pochodne
- 4 RYBY i produkty pochodne
- 5 ORZESZKI ZIEMNE
- 6 SOJA i produkty pochodne
- 7 MLEKO i produkty pochodne
- 8 ORZECHY
- 9 SELER i produkty pochodne
- 10 GORCZYCA i produkty pochodne
- 11 NASIONA SEZAMU i produkty pochodne
- 12 DWUTLENEK SIARKI
- 13 ŁUBIN i produkty pochodne
- 14 MIĘCZAKI i produkty pochodne

DIETA PODSTAWOWA C01	
8 / Poniedziałek / Tydzień 2	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z kaszą manną	250
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	90
Chleb jasny (1)	30
Masło (7)	10
Twarożek z rzodkiewką (7)	100
Rzodkiewka	20
Pomidor	50
Sałata lodowa	10
II ŚNIADANIE	
Serek homogenizowany (7)	140
Wafle ryżowe	10
OBIAD	
Zupa krupnik z ziemniakami	300
Kluski na parze z koktajlem (1)	180
Kompot niesłodzony	200
PODWIECZOREK	
Jabłko	120
Marchewka	20
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Pasztecik pieczony (1,6,9)	60
Jaja gotowane (3)	60
Ogórek zielony	40
Sałata	20
Papryka świeża	20
Dobowa wartość energetyczna: 2048,6 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 84,7 g Tłuszcz: 63,1 g Węglowodany: 291,8 g w tym cukry: 86,4 g Błonnik: 28,9 g Sód: 1,98 g	

DIETA ŁATWOSTRAWNA C02	
8 / Poniedziałek / Tydzień 2	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z kaszą manną	250
Kakao (7)	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Twarożek z rzodkiewką (7)	100
Pomidor	50
Sałata lodowa	10
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny (7)	100
Wafle ryżowe	10
OBIAD	
Zupa krupnik z ziemniakami	300
Kluski na parze z koktajlem (1)	180
Kompot niesłodzony	200
PODWIECZOREK	
Jabłko	120
Marchewka	20
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	100
Masło (7)	5
Szynka drobiowa	60
Jaja gotowane (3)	60
Ogórek zielony	40
Sałata	20
Dobowa wartość energetyczna: 2016,4 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 88,9 g Tłuszcz: 58,7 g Węglowodany: 292,6 g w tym cukry: 78,1 g Błonnik: 24,7 g Sód: 1,86	

DIETA C03 Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	
8 / Poniedziałek / Tydzień 2	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z kaszą manną	250
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	120
Masło (7)	10
Twarożek z rzodkiewką (7)	100
Rzodkiewka	20
Pomidor	50
Sałata lodowa	10
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny (7)	150
Wafle ryżowe	10
OBIAD	
Zupa krupnik z ziemniakami	300
Kluski na parze z musem jabłk (1)	220
Kompot niesłodzony	200
PODWIECZOREK	
Jabłko	120
Marchewka	20
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Szynka drobiowa	60
Jaja gotowane (3)	60
Ogórek zielony	40
Sałata	20
Papryka świeża	20
Dobowa wartość energetyczna: 1998,9 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 92,4 g Tłuszcz: 62,0 g Węglowodany: 270,8 g w tym cukry: 60,9 g Błonnik: 30,6 g Sód: 1,92	

DIETA ŁATWOSTRAWNA C05 Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	
8 / Poniedziałek / Tydzień 2	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z kaszą manną	250
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	90
Chleb jasny (1)	30
Masło (7)	5
Twarożek z rzodkiewką (7)	100
Rzodkiewka	20
Pomidor	50
Sałata lodowa	10
II ŚNIADANIE	
Twaróg chudy (7)	120
Wafle ryżowe	10
OBIAD	
Zupa krupnik z ziemniakami	300
Kluski na parze z jogurt. (1) (7)	260
Kompot niesłodzony	200
PODWIECZOREK	
Jabłko	120
Marchewka	20
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	5
Twaróg chudy (7)	60
Jaja gotowane (3)	60
Ogórek zielony	40
Sałata	20
Dobowa wartość energetyczna: 1964,7 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 102,8 g Tłuszcz: 43,6 g Węglowodany: 286,9 g w tym cukry: 64,1 g Błonnik: 27,8 g Sód: 1,74	

- 1 GLUTEN
- 2 SKORUPIAKI i produkty pochodne
- 3 JAJA i produkty pochodne
- 4 RYBY i produkty pochodne
- 5 ORZESZKI ZIEMNE
- 6 SOJA i produkty pochodne
- 7 MLEKO i produkty pochodne
- 8 ORZECHY
- 9 SELER i produkty pochodne
- 10 GORCZYCA i produkty pochodne
- 11 NASIONA SEZAMU i produkty pochodne
- 12 DWUTLENEK SIARKI
- 13 ŁUBIN i produkty pochodne
- 14 MIĘCZAKI i produkty pochodne

DIETA PODSTAWOWA C01	
9 / Wtorek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z płatkami ows	200
Kawa zbożowa (1,7)	250
Chleb razowy (1)	90
Chleb jasny (1)	30
Masło (7)	10
Poledwica drobiowa	60
Sałata lodowa	30
Rzodkiewka	20
Ogórek zielony	50
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny (7)	90
Mandarynka	90
OBIAD	
Zupa ogórkowa z ziemniakami	350
Ziemniaki	200
Klopsiki pieczone w sosie pieczar.	100
Surówka z białej kapusty	100
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Banan	100
Wafel ryżowy	10
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Sałatka Jarzynowa	110
Poledwica drobiowa	60
Dobowa wartość energetyczna: 2056,8 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 88,9 g Tłuszcz: 63,7 g Węglowodany: 292,1 g w tym cukry: 78,6 g Błonnik: 30,9 g Sód: 2,04 g	

DIETA ŁATWOSTRAWNA C02	
9 / Wtorek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z płatkami ows	200
Kawa zbożowa (1,7)	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Poledwica drobiowa	60
Sałata lodowa	30
Ogórek zielony	50
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny (7)	90
Mandarynka	90
OBIAD	
Zupa jarzynowa z ziemniakami	350
Ziemniaki	200
Klopsiki pieczone w sosie pieczar.	100
Marchewka gotowana	100
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Banan	100
Wafel ryżowy	10
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Sałatka Jarzynowa	80
Poledwica drobiowa	80
Dobowa wartość energetyczna: 2012,9 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 92,7 g Tłuszcz: 61,0 g Węglowodany: 287,4 g w tym cukry: 77,2 g Błonnik: 27,1 g Sód: 1,86	

DIETA C03 Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	
9 / Wtorek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z płatkami ows	200
Kawa zbożowa (1,7)	250
Chleb razowy (1)	120
Masło (7)	10
Poledwica sopočka	60
Sałata lodowa	30
Rzodkiewka	20
Ogórek zielony	50
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny (7)	90
Mandarynka	90
OBIAD	
Zupa ogórkowa z ziemniakami	350
Ziemniaki	200
Klopsiki pieczone w sosie pieczar.	100
Surówka z białej kapusty	100
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Jabłko	150
Wafel ryżowy	10
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Sałatka Jarzynowa	110
Poledwica drobiowa	60
Dobowa wartość energetyczna: 2028,4 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 89,8 g Tłuszcz: 63,2 g Węglowodany: 283,0 g w tym cukry: 67,1 g Błonnik: 33,9 g Sód: 1,98	

DIETA ŁATWOSTRAWNA C05 Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	
9 / Wtorek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z płatkami ows	200
Kawa zbożowa (1,7)	250
Chleb razowy (1)	90
Chleb jasny (1)	30
Masło (7)	5
Poledwica drobiowa	60
Sałata lodowa	30
Rzodkiewka	20
Ogórek zielony	50
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny (7)	150
Mandarynka	90
OBIAD	
Zupa ogórkowa z ziemniakami	350
Ziemniaki	200
Klopsiki gotowane w sosie pieczark.	100
Marchewka gotowana	100
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Banan	100
Wafel ryżowy	10
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	5
Sałatka Jarzynowa	80
Poledwica drobiowa	60
Dobowa wartość energetyczna: 1966,1 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 97,4 g Tłuszcz: 48,2 g Węglowodany: 300,6 g w tym cukry: 75,9 g Błonnik: 31,4 g Sód: 1,78	

- 1 GLUTEN
- 2 SKORUPIAKI i produkty pochodne
- 3 JAJA i produkty pochodne
- 4 RYBY i produkty pochodne
- 5 ORZESZKI ZIEMNE
- 6 SOJA i produkty pochodne
- 7 MLEKO i produkty pochodne
- 8 ORZECHY
- 9 SELER i produkty pochodne
- 10 GORCZYCA i produkty pochodne
- 11 NASIONA SEZAMU i produkty pochodne
- 12 DWUTLENEK SIARKI
- 13 ŁUBIN i produkty pochodne
- 14 MIĘCZAKI i produkty pochodne

DIETA PODSTAWOWA C01	
10 / Środa / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb razowy	90
Chleb jasny (1)	30
Masło (7)	10
Ser żółty	40
Papryka	20
Ogórek zielony	40
Sałata	20
II ŚNIADANIE	
Jabłko	90
Kisiel	150
OBIAD	
Barszcz po ukraińsku	350
Gołąbki w sosie pomidorowym	90
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Jogurt naturalny (7)	100
Podpomyk	10
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Sałatka ryżowa	90
Pomidor	50
Szczypior	10
Sałata lodowa	20
Dobowa wartość energetyczna: 2096,4 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 78,9 g Tłuszcz: 72,8 g Węglowodany: 288,6 g w tym cukry: 86,7 g Błonnik: 26,8 g Sód: 1,99	

DIETA ŁATWOSTRAWNA C02	
10 / Środa / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Twaróg (7)	80
Ogórek zielony	40
Sałata	20
II ŚNIADANIE	
Jabłko	90
Kisiel	150
OBIAD	
Barszcz po ukraińsku	350
Gołąbki w sosie pomidorowym	90
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Jogurt naturalny (7)	100
Wafel ryżowy	10
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Sałatka ryżowa	70
Pomidor	50
Sałata lodowa	20
Dobowa wartość energetyczna: 2018,7 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 84,1 g Tłuszcz: 61,4 g Węglowodany: 289,5 g w tym cukry: 84,9 g Błonnik: 24,9 g Sód: 1,86	

DIETA C03 Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	
10 / Środa / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	120
Masło (7)	10
Ser żółty	20
Papryka	20
Ogórek zielony	40
Sałata	20
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny (7)	150
OBIAD	
Zupa ogórkowa z ziemniakami	350
Ziemniaki	200
Klopsiki pieczone w sosie pieczark.	100
Surówka z białej kapusty	100
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Wafel ryżowy	20
Jabłko	150
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Sałatka ryżowa	100
Pomidor	50
Szczypior	10
Sałata lodowa	20
Dobowa wartość energetyczna: 2082,5 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 87,2 g Tłuszcz: 68,2 g Węglowodany: 288,0 g w tym cukry: 78,5 g Błonnik: 31,2 g Sód: 1,95	

DIETA ŁATWOSTRAWNA C05 Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	
10 / Środa / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	90
Chleb jasny (1)	30
Masło (7)	5
Twaróg chudy	80
Ogórek zielony	40
Sałata	20
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny (7)	150
OBIAD	
Zupa ogórkowa z ziemniakami	350
Ziemniaki	200
Klopsiki gotowane w sosie pieczark.	100
Marchewka gotowana	100
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Wafel ryżowy	20
Jabłko	90
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	5
Sałatka ryżowa	70
Pomidor	50
Sałata lodowa	20
Dobowa wartość energetyczna: 2054,8 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 89,1 g Tłuszcz: 46,8 g Węglowodany: 309,7 g w tym cukry: 76,4 g Błonnik: 29,5 g Sód: 1,78	

- 1 GLUTEN
- 2 SKORUPIAKI i produkty pochodne
- 3 JAJA i produkty pochodne
- 4 RYBY i produkty pochodne
- 5 ORZESZKI ZIEMNE
- 6 SOJA i produkty pochodne
- 7 MLEKO i produkty pochodne
- 8 ORZECHY
- 9 SELER i produkty pochodne
- 10 GORCZYCA i produkty pochodne
- 11 NASIONA SEZAMU i produkty pochodne
- 12 DWUTLENEK SIARKI
- 13 ŁUBIN i produkty pochodne
- 14 MIĘCZAKI i produkty pochodne

DIETA PODSTAWOWA C01	
11 / Czwartek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z kaszą manną	200
Kawa zbożowa (1,7)	250
Chleb razowy (1)	90
Chleb jasny (1)	30
Masło (7)	10
Ogórek	30
Twarożek z rybą (4)	100
Szczypior	10
Pomidor	40
Salata lodowa	20
II ŚNIADANIE	
Pomarańcza	200
Jogurt (7)	100
OBIAD	
Zupa barszcz biały z ziemniakami	350
Makaron (1)	220
Gulasz wieprzowy	120
Czerwony colesław	120
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Wafle ryżowe	10
Banan	90
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Pasta jajeczna (3)	80
Salata masłowa	10
Ogórek	40
Półdewica drobiowa	60
Dobowa wartość energetyczna: 2134,2 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 94,6 g Tłuszcz: 73,1 g Węglowodany: 288,9 g w tym cukry: 82,4 g Błonnik: 30,1 g Sód: 2,00	

DIETA ŁATWOSTRAWNA C02	
11 / Czwartek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Ogórek	30
Twarożek z rybą (4)	100
Pomidor	40
Salata lodowa	20
II ŚNIADANIE	
Pomarańcza	200
Jogurt (7)	100
OBIAD	
Zupa barszcz biały z ziemniakami	350
Makaron (1)	220
Gulasz wieprzowy	120
Marchewka gotowana	120
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Wafle ryżowe	10
Banan	90
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Pasta jajeczna (3)	80
Salata masłowa	10
Ogórek	40
Półdewica drobiowa	40
Dobowa wartość energetyczna: 2066,8 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 91,2 g Tłuszcz: 71,0 g Węglowodany: 282,6 g w tym cukry: 80,9 g Błonnik: 26,8 g Sód: 1,96	

DIETA C03 Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	
11 / Czwartek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	120
Masło (7)	10
Ogórek	30
Twarożek z rybą (4)	100
Szczypior	10
Pomidor	40
Salata lodowa	20
II ŚNIADANIE	
Pomarańcza	150
Jogurt (7)	100
Wafle ryżowe	10
OBIAD	
Zupa barszcz biały z ziemniakami	350
Makaron pełnoziarnisty (1)	220
Gulasz wieprzowy	120
Czerwony colesław	120
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Wafle ryżowe	20
Jabłko	150
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Pasta jajeczna (3)	80
Salata masłowa	10
Ogórek	40
Półdewica drobiowa	60
Dobowa wartość energetyczna: 2038,9 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 96,1 g Tłuszcz: 73,2 g Węglowodany: 268,4 g w tym cukry: 69,5 g Błonnik: 33,6 g Sód: 1,98	

DIETA ŁATWOSTRAWNA C05 Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	
11 / Czwartek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	90
Chleb jasny (1)	30
Masło (7)	5
Ogórek	30
Twarożek z rybą (4)	80
Szczypior	10
Pomidor	40
Salata lodowa	20
II ŚNIADANIE	
Pomarańcza	200
Jogurt (7)	100
OBIAD	
Zupa barszcz biały z ziemniakami	350
Makaron (1)	220
Gulasz drobiowy	120
Czerwony colesław	120
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Wafle ryżowe	10
Banan	90
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	5
Pasta jajeczna b/majonez (3)	80
Salata masłowa	10
Ogórek	40
Półdewica drobiowa	40
Dobowa wartość energetyczna: 1988,4 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 93,4 g Tłuszcz: 52,6 g Węglowodany: 296,8 g w tym cukry: 74,2 g Błonnik: 31,0 g Sód: 1,86	

- 1 GLUTEN
- 2 SKORUPIAKI i produkty pochodne
- 3 JAJA i produkty pochodne
- 4 RYBY i produkty pochodne
- 5 ORZESZKI ZIEMNE
- 6 SOJA i produkty pochodne
- 7 MLEKO i produkty pochodne
- 8 ORZECZY
- 9 SELER i produkty pochodne
- 10 GORCZYCA i produkty pochodne
- 11 NASIONA SEZAMU i produkty pochodne
- 12 DWUTLENEK SIARKI
- 13 ŁUBIN i produkty pochodne
- 14 MIĘCZAKI i produkty pochodne

DIETA PODSTAWOWA C01	
12 / Piątek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z płatkami ows	220
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	90
Chleb jasny (1)	30
Masło (7)	10
Półdewica sopocka	60
Sałata	10
Papryka	20
Pomidor	40
II ŚNIADANIE	
Baton zbożowy (1,7)	40
Jabłko	120
OBIAD	
Zupa pomidorowa	300
Ryba na parze po grecku (4)	160
Kasza jęczmiena	220
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Hummus	30
Marchew	50
Seler	50
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Ser żółty	40
Ogórek zielony	60
Sałata	20
Papryka	40
Dobowa wartość energetyczna: 2198,6 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 94,2 g Tłuszcz: 74,8 g Węglowodany: 297,6 g w tym cukry: 83,9 g Błonnik: 32,1 g Sód: 1,99	

DIETA ŁATWOSTRAWNA C02	
12 / Piątek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Półdewica drobiowa	60
Sałata	10
Pomidor	40
II ŚNIADANIE	
Wafle ryżowe	20
Jabłko	120
OBIAD	
Zupa pomidorowa	300
Ryba na parze po grecku (4)	160
Kasza jęczmiena	220
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Jabłko	150
Marchew	50
Seler	50
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Półdewica drobiowa	60
Ogórek zielony	60
Sałata	20
Papryka	40
Dobowa wartość energetyczna: 2042,0 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 91,6 g Tłuszcz: 59,6 g Węglowodany: 302,9 Dobowa wartość energetyczna: 2042,0 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 91,6 g Tłuszcz: 59,6 g	

DIETA C03 Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYWIAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	
12 / Piątek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	120
Masło (7)	10
Półdewica drobiowa	60
Sałata	10
Papryka	20
Pomidor	40
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny (7)	40
Jabłko	120
OBIAD	
Zupa pomidorowa	300
Ryba na parze po grecku (4)	160
Kasza jęczmiena	220
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Hummus	30
Marchew	50
Seler	50
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Ser żółty	20
Ogórek zielony	60
Sałata	20
Papryka	40
Dobowa wartość energetyczna: 2042,7 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 99,4 g Tłuszcz: 69,8 g Węglowodany: 268,6 g w tym cukry: 66,2 g Błonnik: 33,9 g Sód: 1,98	

DIETA ŁATWOSTRAWNA C05 Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	
12 / Piątek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	90
Chleb jasny (1)	30
Masło (7)	10
Półdewica sopocka	60
Sałata	10
Papryka	20
Pomidor	40
II ŚNIADANIE	
Baton zbożowy (1,7)	40
Jabłko	120
OBIAD	
Zupa pomidorowa	300
Ryba na parze po grecku (4)	160
Kasza jęczmiena	220
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Hummus	30
Marchew	50
Seler	50
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	5
Półdewica drobiowa	60
Ogórek zielony	60
Sałata	20
Papryka	40
Dobowa wartość energetyczna: 2090,0 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 106,5 g Tłuszcz: 47,0 g Węglowodany: 305,5 g w tym cukry: 67,1 g Błonnik: 33,6 g Sód: 1,92	

- 1 GLUTEN
- 2 SKORUPIAKI i produkty pochodne
- 3 JAJA i produkty pochodne
- 4 RYBY i produkty pochodne
- 5 ORZESZKI ZIEMNE
- 6 SOJA i produkty pochodne
- 7 MLEKO i produkty pochodne
- 8 ORZECHY
- 9 SELER i produkty pochodne
- 10 GORCZYCA i produkty pochodne
- 11 NASIONA SEZAMU i produkty pochodne
- 12 DWUTLENEK SIARKI
- 13 ŁUBIN i produkty pochodne
- 14 MIĘCZAKI i produkty pochodne

