

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 (7)	100
Pomidor b/skórki	50
Sałata lodowa	10
II ŚNIADANIE	
Jogurt owocowy (7)	100
Buteczka maślana (1,7)	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 jasny (1)	100
Masło (7)	5
Szynka drobiowa	80
Pomidor b/skórki	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 ŁATWOPRZYWIAJALNYCH 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
Pestki dyni	10
OBIAD	
Zupa krupnik z ziemniakami	300
Makaron pełnoz. 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 koperkiem (7)	100
Pomidor b/skórki	50
Sałata lodowa	10
II ŚNIADANIE	
Twaróg chudy (7)	120
Buteczka maślana (1,7)	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 jasny (1)	100
Masło (7)	5
Szynka drobiowa	80
Pomidor b/skórki	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	
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 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	
Banan	100
Wafel ryżowy	10
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Sałatka Jarzynowa (3,10)	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 D02	
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
Pomidor b/skórki	50
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny (7)	90
Banan	90
OBIAD	
Zupa jarzynowa z ziemniakami	350
Ziemniaki	200
Klopsiki pieczone w lekkim sosie	100
Marchewka gotowana	100
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Banan	100
Wafel ryżowy	10
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Sałatka warzyw. z jogurtem (7)	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 D03 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
Makaron pełnoziarnisty (1)	200
Klopsiki pieczone w sosie pieczar.	100
Surówka z białej kapusty	100
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Jabłko	150
Orzechy	10
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Sałatka Jarzynowa (3,10)	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 D05 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
Pomidor b/skórki	50
II ŚNIADANIE	
Jogurt naturalny (7)	150
Banan	90
OBIAD	
Zupa ogórkowa z ziemniakami	350
Ziemniaki	200
Klopsiki pieczone w lekkim sosie	100
Marchewka gotowana	100
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Banan	100
Wafel ryżowy	10
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	5
Sałatka warzyw. z jogurtem (7)	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 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	300
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Jogurt naturalny (7)	100
Podpłomyk	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
Pomidor b/skórki	40
Sałata	20
II ŚNIADANIE	
Jabłko pieczone	90
Kisiel	150
OBIAD	
Barszcz czerwony z ziemniakami	350
Pulpety drobiowe	90
Ryż	150
Marchewka gotowana	100
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Jogurt owocowy (7)	100
Sucharki (1)	10
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Szynka drobiowa	50
Pomidor	50
Sałata lodowa	20
Dobowa wartość energetyczna: 1960 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 94,0 g Tłuszcz: 56,0 g Węglowodany: 278,0 g w tym cukry: 58,0 g Błonnik: 24,0 g Sód: 1,8 g	

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	40
Papryka	20
Ogórek zielony	40
Sałata	20
II ŚNIADANIE	
Jabłko	90
Kisiel	150
OBIAD	
Barszcz po ukraińsku	350
Gołąbki z kaszą w sosie	300
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Jogurt naturalny (7)	100
Pestki dyni	10
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb razowy (1)	120
Masło (7)	10
Sałatka ryżowa	70
Pomidor	50
Sałata lodowa	20
Dobowa wartość energetyczna: 1990 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 96,0 g Tłuszcz: 68,0 g Węglowodany: 250,0 g w tym cukry: 52,0 g Błonnik: 36,0 g Sód: 1,9 g	

DIETA ŁATWOSTRAWNA D05 Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	
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
Pomidor b/skórki	40
Sałata	20
II ŚNIADANIE	
Jabłko pieczone	90
Kisiel	150
OBIAD	
Barszcz czerwony z ziemniakami	350
Pulpety drobiowe	90
Ryż	150
Marchewka gotowana	100
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Jogurt owocowy (7)	100
Sucharki (1)	10
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Szynka drobiowa	50
Pomidor	50
Sałata lodowa	20
Dobowa wartość energetyczna: 1870 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 98,0 g Tłuszcz: 36,0 g Węglowodany: 285,0 g w tym cukry: 60,0 g Błonnik: 22,0 g Sód: 1,6 g	

- 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
Sałata 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
Sałata 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
Pomidor b/skórki	30
Pasta z twarogu z wędliną (4)	100
Sałata lodowa	20
II ŚNIADANIE	
Mus owocowy	200
Jogurt (7)	100
OBIAD	
Zupa ziemniaczana	350
Makaron (1)	220
Gulasz drobiowy	120
Buraki gotowane	120
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Podpłomyki	10
Banan	90
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Pasta twarogowa z koperkiem (7)	80
Sałata masłowa	10
Pomidor b/skórki	40
Południca drobiowa	40
Dobowa wartość energetyczna: 1980 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 105,0 g Tłuszcz: 52,0 g Węglowodany: 285,0 g w tym cukry: 64,0 g Błonnik: 23,0 g Sód: 1,9 g	

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
Sałata lodowa	20
II ŚNIADANIE	
Pomarańcza	150
Jogurt (7)	100
OBIAD	
Zupa barszcz biały z ziemniakami	350
Makaron pełnoziarnisty (1)	150
Gulasz drobiowy	120
Czerwony colesław	120
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Orzechy	20
Jabłko	150
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Pasta jajeczna (3)	80
Sałata masłowa	10
Ogórek	40
Południca drobiowa	60
Dobowa wartość energetyczna: 1950 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 102,0 g Tłuszcz: 65,0 g Węglowodany: 248,0 g w tym cukry: 51,0 g Błonnik: 38,0 g Sód: 1,9 g	

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
Pomidor b/skórki	30
Pasta twarogowa z koperkiem (7)	80
II ŚNIADANIE	
Pomidor	40
Sałata lodowa	20
II ŚNIADANIE	
Mus owocowy	200
Jogurt (7)	100
OBIAD	
Zupa ziemniaczana	350
Makaron (1)	220
Gulasz drobiowy	120
Buraki gotowane	120
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Podpłomyki	10
Banan	90
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	5
Twaróg chudy	80
Sałata masłowa	10
Pomidor b/skórki	40
Południca drobiowa	40
Dobowa wartość energetyczna: 1870 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 110,0 g Tłuszcz: 36,0 g Węglowodany: 288,0 g w tym cukry: 61,0 g Błonnik: 22,0 g Sód: 1,7 g	

- 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 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
Poleđwica sopocka	60
Sałata	10
Papryka	20
Pomidor	40
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Baton zbożowy (1,7)	40
Jabłko	120
<b>OBIAD</b>	
Zupa pomidorowa	300
Ryba na parze po grecku (4)	160
Kasza jęczmiena	220
Kompot niesłodzony	250
<b>PODWIECZOREK</b>	
Hummus	30
Marchew	50
Seler	50
<b>KOLACJA</b>	
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
Poleđwica drobiowa	60
Sałata	10
Pomidor b/skórki	40
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Wafle ryżowe	20
Jabłko	120
<b>OBIAD</b>	
Zupa pomidorowa	300
Ryba na parze po grecku (4)	160
Kasza jęczmiena	220
Kompot niesłodzony	250
<b>PODWIECZOREK</b>	
Jabłko	150
Marchew	50
<b>KOLACJA</b>	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Poleđwica drobiowa	60
Pomidor b/skórki	80
Sałata	20
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 ŁATWOPRZYSMYAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	
12 / Piątek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	120
Masło (7)	10
Poleđwica drobiowa	60
Sałata	10
Papryka	20
Pomidor	40
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Jogurt naturalny (7)	40
Jabłko	120
<b>OBIAD</b>	
Zupa pomidorowa	300
Ryba na parze po grecku (4)	160
Kasza jęczmiena	220
Kompot niesłodzony	250
<b>PODWIECZOREK</b>	
Hummus	30
Marchew	50
<b>KOLACJA</b>	
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 jasny (1)	120
Masło (7)	10
Poleđwica drobiowa	60
Sałata	10
Pomidor b/skórki	40
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Baton zbożowy (1,7)	40
Jabłko	120
<b>OBIAD</b>	
Zupa pomidorowa	300
Ryba na parze po grecku (4)	160
Kasza jęczmiena	220
Kompot niesłodzony	250
<b>PODWIECZOREK</b>	
Pasta z twarogu (7)	30
Marchew	50
<b>KOLACJA</b>	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Poleđwica drobiowa	60
Pomidor b/skórki	80
Sałata	20
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	
<b>ŚNIADANIE</b>	[g]
Kawa zbożowa (1,7)	250
Bułka grahamka	80
Chleb razowy (1)	30
Masło (7)	10
Kiełbaski na gorąco (6, 10)	100
Ogórek zielony	40
Salata lodowa	10
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Baton zbożowy (1,7)	40
Jogurt naturalny	180
<b>OBIAD</b>	
Zupa krem jarzynowa	250
Tradycyjne łazanki (1)	350
	80
Kompot niesłodzony	250
<b>PODWIECZOREK</b>	
Banan	90
Wafle ryżowe	20
<b>KOLACJA</b>	
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	
<b>ŚNIADANIE</b>	[g]
Kawa zbożowa (1,7)	200
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Szynka z kurcząt	80
Ogórek zielony	40
Salata lodowa	10
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Jabłko	150
Jogurt owocowy (7)	180
<b>OBIAD</b>	
Zupa krem jarzynowa	250
Łazanki drobiowo warzywne (1)	120
Kompot niesłodzony	250
<b>PODWIECZOREK</b>	
Banan	90
Podpomyki (1)	20
<b>KOLACJA</b>	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Filet złocisty	80
Twaróg (7)	40
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	
<b>ŚNIADANIE</b>	[g]
Kawa zbożowa (1,7)	200
Chleb razowy (1)	120
Masło (7)	10
Szynka z kurcząt	80
Ogórek zielony	40
Salata lodowa	10
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Jabłko	150
Jogurt naturalny (7)	180
<b>OBIAD</b>	
Zupa krem jarzynowa	250
Łazanki pełnoziarniste (1)	120
	80
Kompot niesłodzony	250
<b>PODWIECZOREK</b>	
Mandarynka	50
orzechy	20
<b>KOLACJA</b>	
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	
<b>ŚNIADANIE</b>	[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
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Jabłko	150
Jogurt owocowy (7)	180
<b>OBIAD</b>	
Zupa krem jarzynowa	250
Łazanki drobiowo warzywne (1)	120
Kompot niesłodzony	250
<b>PODWIECZOREK</b>	
Banan	90
Podpomyki (1)	20
<b>KOLACJA</b>	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	5
Filet złocisty	60
Jajko gotowane	40
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
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Serek homogenizowany (7)	140
Wafle ryżowe	10
<b>OBIAD</b>	
Zupa krupnik z ziemniakami	300
Kluski na parze z koktajlem (1)	180
Kompot niesłodzony	200
<b>PODWIECZOREK</b>	
Jabłko	120
Marchewka	20
<b>KOLACJA</b>	
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 (7)	100
Pomidor b/skórki	50
Sałata lodowa	10
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Jogurt owocowy (7)	100
Buteczka maślana (1,7)	10
<b>OBIAD</b>	
Zupa krupnik z ziemniakami	300
Kluski na parze z koktajlem (1)	180
Kompot niesłodzony	200
<b>PODWIECZOREK</b>	
Jabłko	120
Marchewka	20
<b>KOLACJA</b>	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	100
Masło (7)	5
Szynka drobiowa	80
Pomidor b/skórki	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 ŁATWOPRZYWIAJALNYCH 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
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Jogurt naturalny (7)	150
Pestki dyni	10
<b>OBIAD</b>	
Zupa krupnik z ziemniakami	300
Makaron pełnoz. z musem jabłk (1)	220
Kompot niesłodzony	200
<b>PODWIECZOREK</b>	
Jabłko	120
Marchewka	20
<b>KOLACJA</b>	
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 koperkiem (7)	100
Pomidor b/skórki	50
Sałata lodowa	10
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Twaróg chudy (7)	120
Buteczka maślana (1,7)	10
<b>OBIAD</b>	
Zupa krupnik z ziemniakami	300
Kluski na parze z jogurt. (1) (7)	260
Kompot niesłodzony	200
<b>PODWIECZOREK</b>	
Jabłko	120
Marchewka	20
<b>KOLACJA</b>	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	100
Masło (7)	5
Szynka drobiowa	80
Pomidor b/skórki	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
Poleđwica sopočka	60
Sałata lodowa	30
Rzodkiewka	20
Ogórek zielony	50
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Jogurt naturalny (7)	90
Mandarynka	90
<b>OBIAD</b>	
Zupa ogórkowa z ziemniakami	350
Ziemniaki	200
Klopsiki pieczone w sosie pieczar.	100
Surówka z białej kapusty	100
Kompot niesłodzony	250
<b>PODWIECZOREK</b>	
Banan	100
Wafel ryżowy	10
<b>KOLACJA</b>	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Sałatka Jarzynowa (3,10)	110
Poleđwica 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
Poleđwica drobiowa	60
Sałata lodowa	30
Pomidor b/skórki	50
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Jogurt naturalny (7)	90
Banan	90
<b>OBIAD</b>	
Zupa jarzynowa z ziemniakami	350
Ziemniaki	200
Klopsiki pieczone w lekkim sosie	100
Marchewka gotowana	100
Kompot niesłodzony	250
<b>PODWIECZOREK</b>	
Banan	100
Wafel ryżowy	10
<b>KOLACJA</b>	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Sałatka warzyw. z jogurtem (7)	80
Poleđwica 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
Poleđwica sopočka	60
Sałata lodowa	30
Rzodkiewka	20
Ogórek zielony	50
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Jogurt naturalny (7)	90
Mandarynka	90
<b>OBIAD</b>	
Zupa ogórkowa z ziemniakami	350
Makaron pełnoziarnisty (1)	200
Klopsiki pieczone w sosie pieczar.	100
Surówka z białej kapusty	100
Kompot niesłodzony	250
<b>PODWIECZOREK</b>	
Jabłko	150
Orzechy	10
<b>KOLACJA</b>	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Sałatka Jarzynowa (3,10)	110
Poleđwica 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
Poleđwica drobiowa	60
Sałata lodowa	30
Pomidor b/skórki	50
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Jogurt naturalny (7)	150
Banan	90
<b>OBIAD</b>	
Zupa ogórkowa z ziemniakami	350
Ziemniaki	200
Klopsiki pieczone w lekkim sosie	100
Marchewka gotowana	100
Kompot niesłodzony	250
<b>PODWIECZOREK</b>	
Banan	100
Wafel ryżowy	10
<b>KOLACJA</b>	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	5
Sałatka warzyw. z jogurtem (7)	80
Poleđwica 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	300
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Jogurt naturalny (7)	100
Podpłomyk	10
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Sałatka ryżowa	90
Pomidor	50
Szcypior	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
Pomidor b/skórki	40
Sałata	20
II ŚNIADANIE	
Jabłko pieczone	90
Kisiel	150
OBIAD	
Barszcz czerwony z ziemniakami	350
Pulpety drobiowe	90
Ryż	150
Marchewka gotowana	100
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Jogurt owocowy (7)	100
Sucharki (1)	10
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Szynka drobiowa	50
Pomidor	50
Sałata lodowa	20
Dobowa wartość energetyczna: 1960 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 94,0 g Tłuszcz: 56,0 g Węglowodany: 278,0 g w tym cukry: 58,0 g Błonnik: 24,0 g Sód: 1,8 g	

DIETA C03 Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH 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	40
Papryka	20
Ogórek zielony	40
Sałata	20
II ŚNIADANIE	
Jabłko	90
Kisiel	150
OBIAD	
Barszcz po ukraińsku	350
Gołąbki z kaszą w sosie	300
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Jogurt naturalny (7)	100
Pestki dyni	10
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb razowy (1)	120
Masło (7)	10
Sałatka ryżowa	70
Pomidor	50
Sałata lodowa	20
Dobowa wartość energetyczna: 1990 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 96,0 g Tłuszcz: 68,0 g Węglowodany: 250,0 g w tym cukry: 52,0 g Błonnik: 36,0 g Sód: 1,9 g	

DIETA ŁATWOSTRAWNA C05 Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	
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
Pomidor b/skórki	40
Sałata	20
II ŚNIADANIE	
Jabłko pieczone	90
Kisiel	150
OBIAD	
Barszcz czerwony z ziemniakami	350
Pulpety drobiowe	90
Ryż	150
Marchewka gotowana	100
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Jogurt owocowy (7)	100
Sucharki (1)	10
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Szynka drobiowa	50
Pomidor	50
Sałata lodowa	20
Dobowa wartość energetyczna: 1870 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 98,0 g Tłuszcz: 36,0 g Węglowodany: 285,0 g w tym cukry: 60,0 g Błonnik: 22,0 g Sód: 1,6 g	

- 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
Sałata 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
Sałata masłowa	10
Ogórek	40
Połędwica 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
Pomidor b/skórki	30
Pasta z twarogu z wędliną (4)	100
Sałata lodowa	20
II ŚNIADANIE	
Mus owocowy	200
Jogurt (7)	100
OBIAD	
Zupa ziemniaczana	350
Makaron (1)	220
Gulasz drobiowy	120
Buraki gotowane	120
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Podpłomyki	10
Banan	90
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Pasta twarogowa z koperkiem (7)	80
Sałata masłowa	10
Pomidor b/skórki	40
Połędwica drobiowa	40
Dobowa wartość energetyczna: 1980 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 105,0 g Tłuszcz: 52,0 g Węglowodany: 285,0 g w tym cukry: 64,0 g Błonnik: 23,0 g Sód: 1,9 g	

DIETA C03 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
Sałata lodowa	20
II ŚNIADANIE	
Pomarańcza	150
Jogurt (7)	100
OBIAD	
Zupa barszcz biały z ziemniakami	350
Makaron pełnoziarnisty (1)	150
Gulasz drobiowy	120
Czerwony colesław	120
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Orzechy	20
Jabłko	150
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb gospodarski (1)	120
Masło (7)	10
Pasta jajeczna (3)	80
Sałata masłowa	10
Ogórek	40
Połędwica drobiowa	60
Dobowa wartość energetyczna: 1950 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 102,0 g Tłuszcz: 65,0 g Węglowodany: 248,0 g w tym cukry: 51,0 g Błonnik: 38,0 g Sód: 1,9 g	

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
Pomidor b/skórki	30
Pasta twarogowa z koperkiem (7)	80
II ŚNIADANIE	
Pomidor	40
Sałata lodowa	20
II ŚNIADANIE	
Mus owocowy	200
Jogurt (7)	100
OBIAD	
Zupa ziemniaczana	350
Makaron (1)	220
Gulasz drobiowy	120
Buraki gotowane	120
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Podpłomyki	10
Banan	90
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	5
Twaróg chudy	80
Sałata masłowa	10
Pomidor b/skórki	40
Połędwica drobiowa	40
Dobowa wartość energetyczna: 1870 kcal Dobowa wartość odżywcza: Białko: 110,0 g Tłuszcz: 36,0 g Węglowodany: 288,0 g w tym cukry: 61,0 g Błonnik: 22,0 g Sód: 1,7 g	

- 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
Poledwica sopocka	60
Sałata	10
Papryka	20
Pomidor	40
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Baton zbożowy (1,7)	40
Jabłko	120
<b>OBIAD</b>	
Zupa pomidorowa	300
Ryba na parze po grecku (4)	160
Kasza jęczmiena	220
Kompot niesłodzony	250
<b>PODWIECZOREK</b>	
Hummus	30
Marchew	50
Seler	50
<b>KOLACJA</b>	
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
Poledwica drobiowa	60
Sałata	10
Pomidor b/skórki	40
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Wafle ryżowe	20
Jabłko	120
<b>OBIAD</b>	
Zupa pomidorowa	300
Ryba na parze po grecku (4)	160
Kasza jęczmiena	220
Kompot niesłodzony	250
<b>PODWIECZOREK</b>	
Jabłko	150
Marchew	50
<b>KOLACJA</b>	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Poledwica drobiowa	60
Pomidor b/skórki	80
Sałata	20
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 ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	
12 / Piątek / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Zupa mleczna z pł. Ryżowymi	200
Kakao (7)	250
Chleb razowy (1)	120
Masło (7)	10
Poledwica drobiowa	60
Sałata	10
Papryka	20
Pomidor	40
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Jogurt naturalny (7)	40
Jabłko	120
<b>OBIAD</b>	
Zupa pomidorowa	300
Ryba na parze po grecku (4)	160
Kasza jęczmiena	220
Kompot niesłodzony	250
<b>PODWIECZOREK</b>	
Hummus	30
Marchew	50
<b>KOLACJA</b>	
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 jasny (1)	120
Masło (7)	10
Poledwica drobiowa	60
Sałata	10
Pomidor b/skórki	40
<b>II ŚNIADANIE</b>	
Baton zbożowy (1,7)	40
Jabłko	120
<b>OBIAD</b>	
Zupa pomidorowa	300
Ryba na parze po grecku (4)	160
Kasza jęczmiena	220
Kompot niesłodzony	250
<b>PODWIECZOREK</b>	
Pasta z twarogu (7)	30
Marchew	50
<b>KOLACJA</b>	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Poledwica drobiowa	60
Pomidor b/skórki	80
Sałata	20
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 C01	
13 / Sobota / Tydzień II	
ŚNIADANIE	[g]
Kawa zbożowa (1,7)	250
Bułka grahamka	80
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
Tradycyjne łazanki (1)	350
	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 C02	
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	
Jabłko	150
Jogurt owocowy (7)	180
OBIAD	
Zupa krem jarzynowa	250
Łazanki drobiowo warzywne (1)	120
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Banan	90
Podpomyki (1)	20
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	10
Filet złocisty	80
Twaróg (7)	40
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 C03 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 (7)	180
OBIAD	
Zupa krem jarzynowa	250
Łazanki pełnoziarniste (1)	120
	80
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Mandarynka	50
orzechy	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 C05 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 owocowy (7)	180
OBIAD	
Zupa krem jarzynowa	250
Łazanki drobiowo warzywne (1)	120
Kompot niesłodzony	250
PODWIECZOREK	
Banan	90
Podpomyki (1)	20
KOLACJA	
Herbata	250
Chleb jasny (1)	120
Masło (7)	5
Filet złocisty	60
Jajko gotowane	40
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

