

	Diety	11.10 piątek	12.10 sobota	13.10 niedziela	14.10 poniedziałek	15.10 wtorek	Diety	16.10 środa	17.10 czwartek	18.10 piątek	19.10 sobota	20.10 niedziela	
I śniadanie	podstawowa	owsianka na mleku 350ml, pasta rybna 60g, pomidor 50g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,4,7	Kawa na mleku 350ml, szynka wędzona 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Kakao 350ml, pierś wędzona z indyka 40g, sałatka warzywna z pomidorem i słonecznikiem 90g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki jęczmieńne na mleku 350ml, szynka galicyjska 40g, pomidor 40g, mix sałat 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	pl blysk na mleku 350ml, pasta kanapkowa z wędzonką 60g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	podstawowa	pl ryżowe na mleku 350ml, szynka wiejska 40g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	kaszka kukur. na mleku 350ml, pasta jajeczna 60g, pomidor 50g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	pl owsiane na mleku 350ml, twaróg biały 80g, jabłko, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Kawa na mleku 350ml, szynka galicyjska 40g, pomidor 40g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Kakao 350ml, pasztet drobiowy 60g, ogórek kiszony 50g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	
	z ogrolatworzysyjajlnychwglowodanów	owsianka na mleku 350ml, pasta rybna 60g, pomidor 50g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,4,7	Kawa na mleku 350ml, szynka wędzona 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,7	Kakao 350ml, pierś wędzona z indyka 40g, sałata warzywna z pomidorem i słonecznikiem 90g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki jęczmieńne na mleku 350ml, szynka galicyjska 40g, pomidor 40g, mix sałat 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	Platki blysk na mleku 350ml, pasta kanapkowa z wędzonką 60g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	z ogrolatworzysyjajlnychwglowodanów	pl ryżowe na mleku 350ml, szynka wiejska 40g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	kaszka kukur. na mleku 350ml, pasta jajeczna 60g, pomidor 50g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,3,7	pl owsiane na mleku 350ml, twaróg biały 80g, jabłko, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,7	Kawa na mleku 350ml, szynka galicyjska 40g, pomidor 40g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,7	Kawa na mleku 350ml, pasztet drobiowy 60g, ogórek kiszony 50g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,3,7	
	latwostrawnaiwłatrowa	owsianka na mleku 350ml, pasta rybna 60g, pomidor 50g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,4,7	Kawa na mleku 350ml, szynka wędzona 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	Kakao 350ml, pierś wędzona z indyka 40g, sałata warzywna z pomidorem i słonecznikiem 90g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	plaki jęczmieńne na mleku 350ml, szynka galicyjska 40g, pomidor 40g, mix sałat 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	Platki blysk na mleku 350ml, pasta kanapkowa z wędzonką 60g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	Platki blysk na mleku 350ml, pasta kanapkowa z wędzonką 60g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	z ogrolatworzysyjajlnychwglowodanów	pl ryżowe na mleku 350ml, szynka wiejska 40g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	kaszka kukur. na mleku 350ml, pasta jajeczna 60g, pomidor 50g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,3,7	pl owsiane na mleku 350ml, twaróg biały 80g, jabłko, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	Kawa na mleku 350ml, szynka galicyjska 40g, pomidor 40g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	Kawa na mleku 350ml, pasztet drobiowy 60g, ogórek kiszony 50g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,3,7
II śniadanie	podstawowa	bulka z pastą warzywną A:1,9	bulka z twarogiem koperskowym A:1,7	bulka z wędliną A:1	bulka z kiełbasą kanapkową A:1	bulka ze szcabiem w ziołach A:1	II śniadanie	bulka z serkiem homogenizowanym A:7,1	bulka z polejdwicą spocką A:1,7	bulka z pastą warzywną A:1,9	bulka z kiełbasą kanapkową A:1	bulka z szynką drobiową A:1	
	z ogrolatworzysyjajlnychwglowodanów	Zupa brokułowa 400ml, kopytka domowe 200g, gulaz warzywny z fasolą szparagową 180g, sur z czerwonej kapusty 120g, kompot A:1,3,7,9	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400ml, pieczeń ryżowa 90g w sosie warzywnym, marchewka gotowana z oliwą 120g, ziemniaki 170g, kompot A:1,3,9	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, pierś drobiowa gotowana 90 w sosie warzywnym, marchewka gotowana z oliwą 120g, ziemniaki 170g, kompot A:1,3,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z mięsem 250g, sur sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z mięsem 250g, sur sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z mięsem 250g, sur sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z mięsem 250g, sur sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa ziemniaczana 400ml, pulpek gotowany 90g w sosie pomidorowym, bukiet warzyw na parze 120g, ziemniaki 170g, kompot A:1,7,9	Zupa szpinakowa 400ml, pierogi z serem 200g podane z musem owocowym, kompot A:1,3,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, filet mintaję gotowany 110g, sos koperkowy 50g, surówka z kiszanej kapusty 120g, kompot A:1,3,4,7,9	Zupa koperkowa 400ml, fasolka po bretońska 300g, sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kazejka, kompot A:1,9	barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, szynka pieczona 90g w sosie jasmym, kasza gryczana 200g, cukinia z oliwą 120g, kompot A:1,3,9,7
	wysokokaloryczna	Zupa brokułowa 400ml, makaron rozowy 200g, gulaz warzywny z fasolą szparagową 180g, sur z czerwonej kapusty 120g, kompot A:1,3,7,9	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400ml, pieczeń ryżowa 90g w sosie koperk., surówka z piekni 120g, kasza gryczana 200g, kompot A:1,3,9	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, pierś drobiowa gotowana 90 w sosie warzywnym, marchewka gotowana z oliwą 120g, ziemniaki 170g, kompot A:1,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z mięsem 250g, sur sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z mięsem 250g, sur sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z mięsem 250g, sur sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z mięsem 250g, sur sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa ziemniaczana 400ml, pulpek gotowany 90g w sosie pomidorowym, bukiet warzyw na parze 120g, ziemniaki 170g, kompot A:1,7,9	Zupa szpinakowa 400ml, pierogi z serem 200g podane z musem owocowym, kompot A:1,3,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, filet mintaję gotowany 110g, sos koperkowy 50g, surówka z kiszanej kapusty 120g, kompot A:1,3,4,7,9	Zupa koperkowa 400ml, fasolka po bretońska 300g, sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kazejka, kompot A:1,9	barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, szynka pieczona 90g w sosie jasmym, kasza gryczana 200g, cukinia z oliwą 120g, kompot A:1,3,9,7
lektostrawnaiwłatrowa	Zupa brokułowa 400ml, kopytka domowe 200g, gulaz warzywny z fasolą szparagową 180g, buraczki 120g, kompot A:1,3,7,9	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400ml, pieczeń ryżowa 90g w sosie koperk., surówka z piekni 120g, kasza gryczana 200g, kompot A:1,3,9	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, pierś drobiowa gotowana 90 w sosie warzywnym, marchewka gotowana z oliwą 120g, ziemniaki 170g, kompot A:1,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z mięsem 250g, sur sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z mięsem 250g, sur sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z mięsem 250g, sur sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z mięsem 250g, sur sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa ziemniaczana 400ml, pulpek gotowany 90g w sosie pomidorowym, bukiet warzyw na parze 120g, ziemniaki 170g, kompot A:1,7,9	Zupa szpinakowa 400ml, pierogi z serem 200g podane z musem owocowym, kompot A:1,3,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, filet mintaję gotowany 110g, sos koperkowy 50g, surówka z kiszanej kapusty 120g, kompot A:1,3,4,7,9	Zupa koperkowa 400ml, fasolka po bretońska 300g, sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kazejka, kompot A:1,9	barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, szynka pieczona 90g w sosie jasmym, kasza gryczana 200g, cukinia z oliwą 120g, kompot A:1,3,9,7	
wysokokaloryczna	Zupa brokułowa 400ml, kopytka domowe 200g, gulaz warzywny z fasolą szparagową 180g, sur z czerwonej kapusty 120g, kompot A:1,3,7,9	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400ml, pieczeń ryżowa 110g w sosie koperk., surówka z piekni 120g, kasza gryczana 200g, kompot A:1,3,9	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, pierś drobiowa gotowana 90 w sosie warzywnym, marchewka gotowana z oliwą 120g, ziemniaki 170g, kompot A:1,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z mięsem 250g, sur sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z mięsem 250g, sur sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z mięsem 250g, sur sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z mięsem 250g, sur sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa ziemniaczana 400ml, pulpek gotowany 90g w sosie pomidorowym, bukiet warzyw na parze 120g, ziemniaki 170g, kompot A:1,7,9	Zupa szpinakowa 400ml, pierogi z serem 200g podane z musem owocowym, kompot A:1,7,9,3	Zupa jarzynowa 400ml, filet mintaję gotowany 110g, sos koperkowy 50g, surówka z kiszanej kapusty 120g, kompot A:1,3,4,7,9	Zupa koperkowa 400ml, fasolka po bretońska 300g, sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kazejka, kompot A:1,9	barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, sos pieczarkowy 160g, kasza gryczana 200g, cukinia z oliwą 120g, kompot A:1,3,9,7	
wegetariańska	Zupa brokułowa 400ml, kopytka domowe 200g, gulaz warzywny z fasolą szparagową 180g, buraczki 120g, kompot A:1,3,7,9	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400ml, pieczeń ryżowa 90g w sosie koperk., surówka z piekni 120g, kasza gryczana 200g, kompot A:1,3,9	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, pierś drobiowa gotowana z oliwą 120g, ziemniaki 170g, kompot A:1,3,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z soczewicą 250g, sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z soczewicą 250g, sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z soczewicą 250g, sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa jarzynowa 400ml, pyzy z soczewicą 250g, sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kompot A:1,7,9	Zupa ziemniaczana 400ml, pulpek gotowany 90g w sosie pomidorowym, bukiet warzyw na parze 120g, ziemniaki 170g, kompot A:1,7,9	Zupa szpinakowa 400ml, pierogi z serem 200g podane z musem owocowym, kompot A:1,7,9,3	Zupa jarzynowa 400ml, filet mintaję gotowany 110g, sos koperkowy 50g, surówka z kiszanej kapusty 120g, kompot A:1,3,4,7,9	Zupa koperkowa 400ml, fasolka po bretońska 300g, sałatka z pieczonej dyni i pomidorów 120g, kazejka, kompot A:1,9	barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, sos pieczarkowy 160g, kasza gryczana 200g, cukinia z oliwą 120g, kompot A:1,3,9,7	
Kolacja	podwieczorek	serrek homogenizowany A:7	sok warzywny A:9	Jogurt A:7	owoc	kiisel z owocami	podwieczorek	kefir A:7	galaretka owocowa	Jogurt A:7	jabłko	budyń A:7	
	podstawowa	Ser żółty 50g,sałatka jarzynowa 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,9,7	Kiełbasa szynkowa 50g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Szynka wiejska 50g, pomidor 40g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Twaróg ziolowy 90g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	szynka drobiowa 50g, papryka 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	pasztet z cukinii 70g, ogórek kiszony 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	kiełbasa krakowska 50g, pomidor 40g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Jajko gotowane 1szt,sałata warzywna z tofu i kaszą 120g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7,9	Szynka wiejska 50g, papryka 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Szynka włoska 30g, twarówek homogenizowany 50g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7		
	z ogrolatworzysyjajlnychwglowodanów	Ser żółty 50g,sałatka jarzynowa 100g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,3,7,9	Kiełbasa szynkowa 50g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,7	Szynka wiejska 50g, pomidor 40g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	twaróg ziolowy 90g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,7	szynka drobiowa 50g, papryka 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	pasztet z cukinii 70g, ogórek kiszony 50g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,3,7	kiełbasa krakowska 50g, pomidor 40g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,7	Jajko gotowane 1szt,sałata warzywna z tofu i kaszą 120g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,3,7,9	Szynka wiejska 50g, papryka 40g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,7	Szynka włoska 30g, twarówek homogenizowany 50g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7		
latwostrawnaiwłatrowa	Ser żółty 30g,sałata jarzynowa 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7,3,9	Kiełbasa szynkowa 50g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	Szynka wiejska 50g, pomidor 40g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	twaróg ziolowy 90g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	szynka drobiowa 50g, papryka 50g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	pasztet z cukinii 70g, ogórek kiszony 50g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,3,7	Kiełbasa krakowska 50g, pomidor 40g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	Jajko gotowane 1szt,sałata warzywna z tofu i kaszą 120g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,3,7,9	Szynka wiejska 50g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	Szynka włoska 30g, twarówek homogenizowany 50g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7			
wysokokaloryczna	Ser żółty 50g, polejdwica spocka 320g,sałata jarzynowa 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7,9	Kiełbasa szynkowa 50g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Szynka wiejska 50g, jakko got.1szt., pomidor 40g,sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	Twaróg ziolowy 90g, schab słowiński 20g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	szynka drobiowa 50g, humus z suszonymi pomidorami 40g, papryka 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	pasztet z cukinii 70g, ogórek kiszony 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	Kiełbasa krakowska 50g, serek topiony 30g, pomidor 40g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Jajko gotowane 1szt,sałata warzywna z tofu i kaszą 120g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7,9	Szynka wiejska 50g,schab w ziołach 20g, papryka 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Szynka włoska 30g, twarówek homogenizowany 50g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7			
wegetariańska	Ser żółty 50g,sałata jarzynowa 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,9,7	Wędlina wege 50g, ogórek 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Jajko got.2szt., pomidor 40g,sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	Twaróg ziolowy 90g, pomidor 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Humus z suszonymi pomidorami 70g, papryka 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	pasztet z cukinii 70g, ogórek kiszony 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	Ser żółty 50g, pomidor 40g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	Jajko gotowane 1szt,sałata warzywna z tofu i kaszą 120g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,3,7,9	Wędlina wege 50g, papryka 40g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	Twarówek homogenizowany 90g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7			

Cyfry obok posiłków oznaczają zawarte w nich alergeny