

	Diety	14.03 piątek	15.03 sobota	16.03 niedziela	17.03 poniedziałek	18.03 wtorek	Diety	19.03 środa	20.03 czwartek	21.03 piątek	22.03 sobota	23.03 niedziela	
I śniadanie	podstawowa	kasza manna na mleku 350ml, szynka staropolska 50g, sałata 10g, pomidor 80g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7	plaki owsiane na mleku 350ml, twaróg z rozdrobką 90g, sałata 10g, ogórek św. 80g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7	Kasza manna na mleku 350ml, wedzonka krotoszyńska 50g, ogórek 80g, rukola 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki ryżowe na ml 350ml, parówki 120g, ketchup 20g, pomidor 80g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki jaglane na ml 350ml, kiełbasa kanapkowa 50g, masło 15g, papryka 80g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	podstawowa	zacierka na mleku 350ml, pasta jajeczna z natką pietruszki 70g, pomidor 80g, mix sałat 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,3,7	kasza manna na mleku 350ml, szynka w siałce 50g, ogórek 80g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki jezzmienne na mleku 350ml, ser żółty 60g, sałata ryżowa z pomidorami suszonymi, kukurydza i dymką 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki ryżowe na ml 350ml, masło 15g, pasztecik drobiowy 100g ogórek kiszony 80g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7	kasza manna na ml 350ml, wedzonka krotoszyńska 50g, pomidor 80g, sałata 10g masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7	
	z ogr latwoprzys ajalnych wegłowodanów	kasza manna na mleku 350ml, sałata 10g, pomidor 80g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A: 1,7	plaki owsiane na mleku 350ml, twaróg z rozdrobką 90g, sałata 10g, pomidor 80g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7	kasza manna na mleku 350ml, wedzonka krotoszyńska 50g, ogórek 80g, rukola 10g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,7	plaki ryżowe na ml 350ml, parówki 120g, ketchup 20g, pomidor 80g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki jaglane na ml 350ml, kiełbasa kanapkowa 50g, masło 15g, papryka 80g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	z ogr latwoprzys ajalnych wegłowodanów	zacierka na mleku 350ml, pasta jajeczna z natką pietruszki 70g, pomidor 80g, mix sałat 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,3,7	kasza manna na mleku 350ml, szynka w siałce 50g, ogórek 80g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,7	plaki jezzmienne na mleku 350ml, ser żółty 60g, sałata ryżowa z suszonymi pomidorami, kukurydza i dymką 100g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,7	plaki ryżowe na ml 350ml, masło 15g, pasztecik drobiowy 100g ogórek kiszony 80g, pieczywo razowe 150g, herbata A: 1,7	kasza manna na ml 350ml, wedzonka krotoszyńska 50g, pomidor 80g, sałata 10g masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7	
	lekkostrawna wątrbrowa	kasza manna na mleku 350ml, szynka staropolska 50g, sałata 10g, pomidor 80g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7	plaki owsiane na mleku 350ml, twaróg z rozdrobką 90g, sałata 10g, pomidor 80g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7	kasza manna na mleku 350ml, wedzonka krotoszyńska 50g, ogórek 80g, rukola 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	plaki ryżowe na ml 350ml, parówki 120g, ketchup 20g, pomidor 80g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	plaki jaglane na ml 350ml, kiełbasa kanapkowa 50g, masło 15g, papryka 80g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	plaki jaglane na ml 350ml, kiełbasa kanapkowa 50g, masło 15g, papryka 80g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	lekkostrawna wątrbrowa	zacierka na mleku 350ml, pasta jajeczna z natką pietruszki 70g, pomidor 80g, mix sałat 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,3,7	kasza manna na mleku 350ml, szynka w siałce 50g, ogórek 80g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	plaki jezzmienne na mleku 350ml, twaróg wiejski suszony pomidorami, kukurydza i dymką 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	plaki ryżowe na ml 350ml, masło 15g, kiełbasa szynkowa 50g pomidor 80g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	kasza manna na ml 350ml, wedzonka krotoszyńska 50g, pomidor 80g, sałata 10g masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A: 1,7
	wysokokaloryczna	kasza manna na mleku 350ml, szynka staropolska 50g, jajo got.1 szt,sałata 10g, pomidor 80g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,3,7	plaki owsiane na mleku 350ml, twaróg z rozdrobką 90g, kiełbasa kanapkowa 50g, ogórek św. 80g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7	kasza manna na mleku 350ml, wedzonka krotoszyńska 50g, serek topiony 30g, ogórek 80g, rukola 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki ryżowe na ml 350ml, parówki 120g, ketchup 20g, ser żółty 30g, pomidor 80g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki jaglane na ml 350ml, kiełbasa kanapkowa 50g, jajo got.1 szt, masło 15g, papryka 80g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	plaki jaglane na ml 350ml, kiełbasa kanapkowa 50g, jajo got.1 szt, masło 15g, papryka 80g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	wysokokaloryczna	zacierka na mleku 350ml, pasta jajeczna z natką pietruszki 70g, pomidor 80g, mix sałat 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,3,7	kasza manna na mleku 350ml, szynka w siałce 50g, ogórek 80g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki jezzmienne na mleku 350ml, twaróg biały 90g, dżem 25g,sałata ryżowa z suszonymi pomidorami, kukurydza i dymką 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	plaki ryżowe na ml 350ml, masło 15g, pasztecik drobiowy 100g, ogórek kiszony 80g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7	kasza manna na ml 350ml, wedzonka krotoszyńska 50g, jajo got.1 szt, pomidor 80g, sałata 10g masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,3,7
II śniadanie	podstawowa	zupa kalafiorowa z ryżem 400ml, pulpet rybný 100g, sos ziołowy, ziemniaki 180g, sur z kapusty kiszonej 120g, kompot A:1,7,9,4	zupa selerowa z pomidorami 400ml, noga kurcz pieczona 150g, ziemniaki 180g, sur z kapusty pekińskiej 120g, kompot A:1,9	barszcz ukraiński z fasolką szparagową 400ml, bitka wierzowa 100g, kasza gryczana 200g, sur z seler i jabłka 120g, kompot A: 1,7,9	kapuśniak z ziemniakami 400ml, gulasz drobiowy 110g, ryż 200g, sur z marchewki i jabłka 120g, kompot A: 1,9	kрупnik z kaszy jezzmiennej 400ml, pulpet drobiowy 100g, ziemniaki 200g, fasolka szparagowa kompot A:1,9	podstawowa	zupa fasolowa z ziemniakami 400ml, pierog z miesem (fisz) 350g okraszone oliwą z prażoną cebulką, sur z czerwonej kapusty 120g, kompot A:1,9	pejzanka z pomidorami, ziemniakami i ryżem 400ml, schab pieczony 90g, sur z kapusty pekińskiej z marchewką 120g, ziemniaki 200g, kompot A: 1,9	zupa jarzynowa 400ml, filet z minuty smażony 110g, kasza jezzmienna 200g, sur z kiszonej kapusty 120g, owoc, kompot A: 1,3,4,7,9	zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml, gulasz wierzowy 150g, makaron 200g, cwikła 120g, owoc, kompot A:1,7,9,3	pomidorowa z ryżem 400ml, surz w sosie pietruszkowym, jajo got.2 szt, pomidor 80g, sałata 10g masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,3,7	
	z ogr latwoprzys ajalnych wegłowodanów	zupa kalafiorowa z ryżem 400ml, pulpet rybný 100g, sos ziołowy, ziemniaki 180g, sur z kiszonej kapusty 120g, kompot A:1,7,9,4	zupa selerowa z pomidorami 400ml, noga kurcz pieczona 150g, ziemniaki 180g, sur z kapusty pekińskiej 120g, kompot A:1,9	barszcz ukraiński z fasolką szparagową 350ml, bitka wierzowa 100g, kasza gryczana 200g, sur z seler i jabłka 120g, kompot A: 1,7,9	kapuśniak z ziemniakami 400ml, gulasz drobiowy 110g, ryż brazowa 200g, sur z marchewki i jabłka 120g, kompot A: 1,9	kрупnik z kaszy jezzmiennej 400ml, pulpet drobiowy 100g w sosie pomidorowym, fasolka szparagowa 120g, ziemniaki 200g, kompot A:1,9	z ogr latwoprzys ajalnych wegłowodanów	zupa fasolowa z ziemniakami 400ml, pierog z miesem (fisz) 350g okraszone oliwą z prażoną cebulką, sur z czerwonej kapusty 120g, kompot A:1,9	pejzanka z pomidorami, ziemniakami i ryżem 400ml, schab pieczony 90g, sur z marchewką 120g, ziemniaki 200g, kompot A: 1,9	zupa jarzynowa 400ml, filet z minuty smażony 110g, kasza jezzmienna 200g, sur z kiszonej kapusty 120g, owoc, kompot A: 1,3,4,7,9	zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml, gulasz wierzowy 150g, makaron brazowy 200g, sur z czerwonej kapusty 120g, owoc, kompot A:1,7,9,3	pomidorowa z ryżem 400ml, surz pietruszkowy w sosie pietruszkowym, jajo got.2 szt, pomidor 80g, sałata 10g masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7,9	
	lekkostrawna wątrbrowa	zupa kalafiorowa 400ml, pulpet rybný 90g, 350ml, sos ziołowy, ziemniaki 180g, warzywa po grecku 120g, kompot A:1,7,9,4	zupa selerowa z pomidorami 400ml, noga kurcz gotowana 150g, ziemniaki 200g, baczki 120g, kompot A:1,9	barszcz ukraiński z fasolką szparagową 350ml, bitka wierzowa 100g, kasza jezzmienna 200g, sur z seler i jabłka 120g, kompot A: 1,7,9	zupa z cukinii z zacierką 400ml, gulasz drobiowy 110g, ryż 200g, sur z marchewki i jabłka 120g, kompot A: 1,9	kрупnik z kaszy jezzmiennej 400ml, pulpet drobiowy 100g w sosie pomidorowym, fasolka szparagowa 120g, ziemniaki 200g, kompot A:1,9	zupa z cukinii z zacierką 400ml, gulasz drobiowy 110g, ryż 200g, sur z marchewki i jabłka 120g, kompot A: 1,9	lekkostrawna wątrbrowa	kasza manna na wywarze z ziemniakami 400ml, pierog z miesem (fisz) 350g okraszone oliwą, szpinak duszony 120g, kompot A: 1,9	pejzanka z pomidorami, ziemniakami i ryżem 400ml, schab pieczony 90g, kalafior gotowany 120g, ziemniaki 200g, kompot A: 1,9	zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml, gulasz wierzowy 150g, makaron 200g, cwikła 120g, kompot A:1,7,9,3	zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml, gulasz wierzowy 150g, makaron 200g, cwikła 120g, kompot A:1,7,9,3	pomidorowa z ryżem 400ml, surz pietruszkowy, bukiet jarzyn 120g, ziemniaki 200g, kompot A: 1,7,9
	wysokokaloryczna	zupa kalafiorowa 400ml, pulpet rybný 110g, ziemniaki 180g, sur z kapusty kiszonej 120g, kompot A:1,7,9,4	zupa selerowa 400ml, noga z kurczaka 160g, ziemniaki 200g, sur z kapusty pekińskiej 120g, kompot A:1,9	barszcz ukraiński z fasolką szparagową 400ml, bitka wierzowa 100g, kasza jezzmienna 200g, sur z marchewki 120g, kompot A: 1,7,9	kapuśniak z ziemniakami 400ml, gulasz warzywny z cukinią i tofu 140g, ryż 200g, sur z marchewki i jabłka 120g, kompot A: 1,9	kрупnik z kaszy jezzmiennej 400ml, pulpet drobiowy 100g w sosie pomidorowym, fasolka szparagowa 120g, ziemniaki 200g, kompot A:1,9	zupa z ziemniakami 400ml, gulasz warzywny z marchewką 120g, ziemniaki 200g, kompot A: 1,9	wysokokaloryczna	zupa fasolowa z ziemniakami 400ml, pierog z miesem (fisz) 400g okraszone oliwą z prażoną cebulką, sur z czerwonej kapusty 120g, kompot A:1,9	pejzanka z pomidorami, ziemniakami i ryżem 400ml, schab pieczony 110g, surdówka z kapusty pekińskiej z marchewką 120g, ziemniaki 200g, kompot A: 1,9	zupa jarzynowa 400ml, filet z minuty na parze 110g, kasza jezzmienna 200g, warzywa po grecku 120g, kompot A:1,3,4,7,9	zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml, gulasz wierzowy 170g, makaron 200g, cwikła 120g, kompot A:1,7,9,3	pomidorowa z ryżem 400ml, surz pietruszkowy w sosie pietruszkowym, jajo got.2 szt, pomidor 80g, sałata 10g masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7,9
Kolacja	podstawowa	Pasta z tuńczyka i jaja 90g, masło 15g, ogórek kiszony 80g, sałata 10g, pieczywo mieszane 15g, herbata A:1,3,4,7	Kiełbasa na ciepło 100g, sos jogurtowy 30g, sałata 10g, pomidor 80g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Szynka drobiowa 50g, ogórek kiszony 80g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7	twaróg 60g, szynka rzeźnika 30g, papryka 80g, ogórek kiszony 80g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Pasta z makreli i twarogu z natką 100g, masło 15g, ogórek kiszony 80g, pieczywo mieszane 15g, herbata A:1,4,7	podstawowa	pień z indyka wędzona 50g, sałata ryżowa 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7,9	szynka galicyjska 50g, pasta z zielonego groszku 50g, papryka 30g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Pasta z ryby gotowanej, jaja i natki 70g, papryka konserwowa 80g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,3,4,7	Ser twarogowy z czubrycą 90g, pomidor 70g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	szynka wiejska 50g, pasta z ciecierzycy 40g, ogórek kiszony 80g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7	
	z ogr latwoprzys ajalnych wegłowodanów	Pasta z tuńczyka i jaja 90g, ser żółty 30g, ogórek kiszony 80g, sałata 10g, pieczywo mieszane 15g, herbata A:1,3,4,7	Kiełbasa na ciepło 100g, sos jogurtowy chrzanowy 30g, sałata 10g, pomidor 80g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Szynka drobiowa 50g, ogórek kiszony 80g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7	twaróg 60g, szynka rzeźnika 30g, papryka 80g, ogórek kiszony 80g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Pasta z makreli i twarogu z natką 100g, masło 15g, ogórek kiszony 80g, pieczywo pszenne 15g, herbata A:1,4,7	z ogr latwoprzys ajalnych wegłowodanów	pień z indyka wędzona 50g, sałata ryżowa 100g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,3,7,9	szynka galicyjska 50g, pasta z zielonego groszku 50g, papryka 30g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,7	Pasta z ryby gotowanej, jaja i natki 70g, papryka konserwowa 80g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,3,4,7	Ser twarogowy z czubrycą 90g, pomidor 70g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	szynka wiejska 50g, pasta z ciecierzycy 40g, ogórek kiszony 80g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7	
	lekkostrawna wątrbrowa	Pasta z tuńczyka i jaja 90g, masło 15g, pomidor 80g, pieczywo pszenne 15g, herbata A:1,3,4,7	Kiełbasa na ciepło 100g, sos jogurtowy chrzanowy 30g, sałata 10g, pomidor 80g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	Szynka drobiowa 50g, pomidor 80g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A: 1,7	twaróg 60g, szynka rzeźnika 30g, pomidor 80g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	Pasta z makreli i twarogu z natką 100g, masło 15g, ogórek kiszony 80g, pieczywo pszenne 15g, herbata A:1,4,7	lekkostrawna wątrbrowa	pień z indyka wędzona 50g, sałata ryżowa 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,3,7,9	szynka galicyjska 50g, pasta z zielonego groszku 50g, pomidor 30g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	Pasta z ryby gotowanej, jaja i natki 70g, pomidor 60g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,3,4,7	Ser twarogowy z czubrycą 90g, pomidor 70g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	Szynka wiejska 50g, pasta z marchewki z czarnuszką 50g, ogórek kiszony 90g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7	
	wysokokaloryczna	Pasta z tuńczyka i jaja 90g, masło 15g, ogórek kiszony 80g, pieczywo mieszane 15g, herbata A:1,3,4,7	Kiełbasa na ciepło 100g, humus z sezamem 40g, sos jogurtowy chrzanowy 30g, sałata 10g, pomidor 80g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7,11	Szynka drobiowa 50g, pasta z ciecierzycy 80g, pasta z ciecierzycy 70g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7	twaróg 60g, szynka rzeźnika 30g, papryka 80g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,7	pasta z makreli i twarogu z natką 100g, kiełbasa drobiowa 30g, masło 15g, ogórek kiszony 80g, pieczywo mieszane 15g, herbata A:1,4,7	wysokokaloryczna	pień z indyka wędzona 50g, jajo got. 1 szt, sałata ryżowa 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7,9	szynka galicyjska 50g, ser żółty 30g, pasta z zielonego groszku 50g, papryka 30g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Pasta z ryby gotowanej, jaja i natki 70g, papryka konserwowa 70g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,3,4,7	Ser twarogowy z czubrycą 90g, pomidor 70g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	szynka wiejska 60g, pasta z ciecierzycy 60g, ogórek kiszony 90g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7	
wegetariańska	Pasta z tuńczyka i jaja 90g, masło 15g, ogórek kiszony 80g, pieczywo mieszane 15g, herbata A:1,3,4,7	Humus z sezamem 100g, sałata 10g, pomidor 80g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7,11	Pasta z ciecierzycy 100g, ogórek kiszony 80g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A: 1,7	twaróg 60g, sałata z brokuła, jaja i pomidora 100g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,3,7	Pasta z makreli i twarogu z natką 100g, masło 15g, ogórek kiszony 80g, pieczywo mieszane 15g, herbata A:1,4,7	wegetariańska	jajo got.1 szt., sałata ryżowa 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7,9	ser żółty 50g, pasta z zielonego groszku 50g, papryka 30g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Pasta z ryby gotowanej, jaja i natki 70g, papryka konserwowa 70g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,3,4,7	Ser twarogowy z czubrycą 90g, pomidor 70g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	Pasta z ciecierzycy 100g, ogórek kiszony 90g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A: 1,7		