

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|---|--|---|---|--------------------------------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 01.12.23 Piątek Energia: 2437 kcal Białko: 85,4g Tłuszcze: 72,2g w tym nasycone: 40,2g Węglowodany: 354,7g Cukry proste: 48,6g Błonnik: 30,9g Sód: 3,37g | Płatki owsiane na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Jajecznica (100g) ³ Masło roślinne (10g) ² Papryka (60g) Herbata z cytryną (250 g) | Zupa grochowa (300g) Knedle z jabłkiem (400g) ¹ Mandarynka (100g) Kompot (250g) | Ryż na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek Hochland (50g) ² Masło roślinne (10g) ² Ogórek (60g) Kawa zbożowa (250g) | Jogurt naturalny (150g) ² |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki owsiane na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Jajecznica (100g) ³ Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Herbata z cytryną (250 g) | Zupa makaronowa (300g) Knedle z jabłkiem (400g) ¹ Kompot (250g) | Ryż na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek Hochland (50g) ² Masło roślinne (10g) ² Ogórek (60g) Kawa zbożowa (250g) | |

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|---|--|--|--|---------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 02.12.23 Sobota Energia: 2344 kcal Białko: 90g Tłuszcze: 90,2g w tym nasycone: 31,5g Węglowodany: 370,9g Cukry proste: 50,8g Błonnik: 38,7g Sód: 8,42g | Płatki jęczmienne na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Kiełbasa toruńska wieprzowa (70g) Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Herbata z cytryną (250 g) | Zupa jarzynowa (300g) ⁷ Pulpety z mięsa mielonego (100g) ³ Ziemniaki (200g) Surówka z selera i jabłka (200g) Kompot (250g) | Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Parówka drobiowa (60g) Masło roślinne (10g) ² Sałata (15g) Kawa zbożowa (250g) | Jabłko (200g) |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki jęczmienne na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Kiełbasa toruńska wieprzowa (70g) Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Herbata z cytryną (250 g) | Zupa jarzynowa (300g) ⁷ Pulpety z mięsa mielonego (100g) ³ Ziemniaki (200g) Surówka z selera i jabłka (200g) Kompot (250g) | Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Parówka drobiowa (60g) Masło roślinne (10g) ² Sałata (15g) Kawa zbożowa (250g) | |

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|--|---|---|---|---------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 03.12.23 Niedziela Energia: 2446 kcal Białko: 120,5g Tłuszcze: 86,7g w tym nasycone: 31,8g Węglowodany: 304,8g Cukry proste: 59,5g Błonnik: 30,4g Sód: 4g | Płatki owsiane na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Polędwica cesarska wieprzowa (50g) Masło roślinne (10g) ² Ogórek (60g) Herbata z cytryną (250 g) | Zupa kalafiorowa (300g) Kurczak pieczony (170g) Ziemniaki (200g) Marchewka oprószana (200g) Kompot (250g) | Ryż na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Paszтетowa (70g) Masło roślinne (10g) ² Papryka (60g) Kawa zbożowa (250g) | Kisiel (150g) |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki owsiane na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Polędwica cesarska wieprzowa (50g) Masło roślinne (10g) ² Ogórek (60g) Herbata z cytryną (250 g) | Zupa kalafiorowa (300g) Kurczak gotowany (170g) Ziemniaki (200g) Marchewka oprószana (200g) Kompot (250g) | Ryż na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Paszтетowa (70g) Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Kawa zbożowa (250g) | |

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|---|---|---|---|------------------------------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 04.12.23 Poniedziałek Energia: 2480 kcal Białko: 79,9g Tłuszcze: 94,9g w tym nasycone: 40,3g Węglowodany: 330,7g Cukry proste: 39,6g Błonnik: 30,1g Sód: 3,36g | Płatki ryżowe na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Szynka wieprzowa gotowana (50g) Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa szczawiowa (300g) Sos mięsno-jarzynowy z makaronem (400g) ¹ Kompot (250g) | Kasza jęczmienna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek topiony (50g) ² Masło roślinne (10g) ² Sałata (15g) Kawa zbożowa (250g) | Jogurt owocowy (150g) ² |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki ryżowe na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Szynka wieprzowa gotowana (50g) Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa wiejska (300g) Makaron z twarogiem (400g) ¹ Kompot (250g) | Kasza jęczmienna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek topiony (50g) ² Masło roślinne (10g) ² Sałata (15g) Kawa zbożowa (250g) | |

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|--|--|---|--|---------------------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 05.12.23 Wtorek Energia: 2327 kcal Białko: 83,8g Tłuszcze: 86,1g w tym nasycone: 31,5g Węglowodany: 316,5g Cukry proste: 65,4g Błonnik: 30,3g Sód: 5,8g | Płatki owsiane na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Kiełbasa, luncheon (50g) Masło roślinne (10g) ² Papryka (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250 g) | Zupa marchwiowa (300g) Kotlet schabowy (100g) Ziemniaki (200g) Surówka z pora i jabłka (200g) Kompot (250g) | Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek twarożkowy (50g) ² Dżem (30g) Kawa zbożowa (250g) | Budyń (200g) ² |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki owsiane na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Kiełbasa, luncheon (50g) Masło roślinne (10g) ² Papryka (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250 g) | Zupa marchwiowa (300g) Gałka gotowana (100g) Ziemniaki (200g) Buraczki duszone (200g) Kompot (250g) | Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek twarożkowy (50g) ² Ogórek (60g) Kawa zbożowa (250g) | |

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|---|---|---|---|---------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 06.12.23 Środa Energia: 2402 kcal Białko: 89,3g Tłuszcze: 96,5g w tym nasycone: 37,5g Węglowodany: 305,5g Cukry proste: 43,9g Błonnik: 36,1g Sód: 5,5g | Płatki jęczmienne na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Jajko (60g) Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250 g) | Zupa selerowa (300g) ⁷ Gulasz wieprzowy z łopatki (100g) Ziemniaki (200g) Jarzyny z wody (200g) Kompot (250g) | Ryż na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Paprykarz (100g) Masło roślinne (10g) ² Ogórek kiszony (60g) Kawa zbożowa (250g) | Śliwki (150g) |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki jęczmienne na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Jajko (60g) Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Sałata (5g) Herbata z cytryną (250 g) | Zupa selerowa (300g) ⁷ Gulasz wieprzowy z łopatki (100g) Ziemniaki (200g) Jarzyny z wody (200g) Kompot (250g) | Ryż na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Filet wędzony z indyka (50g) Masło roślinne (10g) ² Ogórek kiszony (60g) Kawa zbożowa (250g) | |

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|---|---|---|--|-------------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 07.12.23 Czwartek Energia: 2594 kcal Białko: 84g Tłuszcze: 118,1g w tym nasycone: 43,7g Węglowodany: 312,1g Cukry proste: 48,9g Błonnik: 33g Sód: 4,4g | Płatki ryżowe na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Polędwica sopocka (50g) Masło roślinne (10g) ² Ogórek (60g) Herbata z cytryną (250 g) | Barszcz czerwony z ziemniakami (300g) Sznycle z cebulą (100g) Ziemniaki (100g) Surówka z rzepy (200g) Kompot (250g) | Kasza manna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek krążek (50g) ² Masło roślinne (10g) ² Papryka (60g) Kawa zbożowa (250g) | Mandarynka (100g) |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki ryżowe na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Polędwica sopocka (50g) Masło roślinne (10g) ² Ogórek (60g) Herbata z cytryną (250 g) | Barszcz czerwony z ziemniakami (300g) Pulpety z mięsa wieprzowego (100g) ³ Ziemniaki (100g) Marchewka oprószana (200g) Kompot (250g) | Kasza manna na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek krążek (50g) ² Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Kawa zbożowa (250g) | |

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|---|--|--|---|------------------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 08.12.23 Piątek Energia: 2441 kcal Białko: 89g Tłuszcze: 93,6g w tym nasycone: 32,1g Węglowodany: 319,1g Cukry proste: 63g Błonnik: 33g Sód: 4,94g | Płatki owsiane na mleku (250g) Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Ser żółty (50g) Masło roślinne (10g) Pomidor (60g) Herbata z cytryną (250 g) | Zupa fasolowa (300g) Ryba smażona (100g) ⁴ Ziemniaki (200g) Kapusta kiszona (200g) Kompot (250g) | Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Pasta z twarogu (100g) ³ Masło roślinne (10g) ² Ogórek (60g) Kawa zbożowa (250g) | Mus truskawkowy (150g) |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki owsiane na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Ser żółty (50g) ² Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Herbata z cytryną (250 g) | Zupa pomidorowa z ryżem (300g) Ryba gotowana (100g) ⁴ Ziemniaki (200g) Surówka z selera i jabłka (200g) Kompot (250g) | Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytlowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Pasta z twarogu (100g) ³ Masło roślinne (10g) ² Ogórek (60g) Kawa zbożowa (250g) | |

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|--|---|--|---|----------------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 09.12.23 Sobota Energia: 2400 kcal Białko: 88,9g Tłuszcze: 94,8g w tym nasycone: 39,3g Węglowodany: 314,1g Cukry proste: 54,6g Błonnik: 31g Sód: 8,6g | Płatki jęczmienne na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Połudwica miodowa drobiowa (50g) Masło roślinne (10g) ² Papryka (60g) Herbata z cytryną (250 g) | Zupa ziemniaczana (300g) Parówka w sosie koperkowym (100g) ² Ziemniaki (200g) Buraczki duszone (200g) Kompot (250g) | Ryż na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Szynka wiejska (50g) Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Kawa zbożowa (250g) | Serek wiejski (150g) |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki jęczmienne na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Połudwica miodowa drobiowa (50g) Masło roślinne (10g) ² Papryka (60g) Herbata z cytryną (250 g) | Zupa ziemniaczana (300g) Parówka w sosie koperkowym (100g) ² Ziemniaki (200g) Buraczki duszone (200g) Kompot (250g) | Ryż na mleku (250g) ² Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Szynka wiejska (50g) Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Kawa zbożowa (250g) | |

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PRZEKĄSKA |
|---|---|---|--|--------------|
| Dieta ogólna | | | | |
| 10.12.23 Niedziela Energia: 2443 kcal Białko: 88,1g Tłuszcze: 81,7g w tym nasycone: 40,9g Węglowodany: 351,3g Cukry proste: 65,6g Błonnik: 40,2g Sód: 6,1g | Płatki owsiane (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Kiełbasa biała parzona (70g) Masło roślinne (10g) ² Ogórek (60g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa koperkowa (300g) Schab gotowany w sosie (100g) Kasza jęczmienna (200g) ¹ Surówka z marchwią i jabłkiem (200g) Kompot (250g) | Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Parówka wieprzowa (60g) Masło roślinne (10g) ² Papryka (60g) Kawa zbożowa (250g) | Banan (200g) |
| Dieta łatwostrawna | | | | |
| | Płatki owsiane (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Kiełbasa biała parzona (70g) Masło roślinne (10g) ² Ogórek (60g) Herbata z cytryną (250g) | Zupa koperkowa (300g) Schab gotowany w sosie (100g) Ziemniaki (200g) Surówka z marchwią i jabłkiem (200g) Kompot (250g) | Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (50g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Parówka wieprzowa (60g) Masło roślinne (10g) ² Pomidor (60g) Kawa zbożowa (250g) | |

Alergeny: /1/-gluten /2/-mleko i produkty pochodne /3/-jajka /4/-ryby /5/-orzechy /6/-soja /7/-seler

*Jadłospis może ulec modyfikacjom