

Zestaw I – dieta łatwostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			779,05	27,75	24,20	120,12
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szynka z indyka 40g • Jabłko 1 szt. • Herbata 250ml 	mleko 2% tł. płatki ow. pieczywo masło szynka jabłko herbata cukier	300 25 100 15 40 100 1 20				
Obiad:			902,61	37,06	32,29	128,83
<ul style="list-style-type: none"> • Pomidorowa z makaronem 400ml • Schab duszony 80g • Sos śmietankowy 100 ml • Sałatka z buraków 130g • Ziemniaki 200g • Kompot 250ml z sezonowych owoców np. 	mięso na wywar marchew pietruszka seler śmietana 18% przecier pom.30% makaron przyprawy pietruszka ziel. schab b/k margaryna śmietana 18% mąka przyprawy buraki olej cukier ziemniaki jabłko aronia cukier	40 25 10 5 20 20 25 100 10 20 20 150 5 5 300 30 30 20				
Kolacja:			493,05	14,45	16,06	77,08
<ul style="list-style-type: none"> • Weka 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szynka biała 40g • Pomidor 30g • Herbata 250ml 	Weka masło szynka pomidor herbata cukier	100 15 40 30 1 20				

Zestaw II – dieta łatwostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			773,55	26,45	22,57	122,52
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z ryżem 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % 15g • Szynka z drobiu 40g • Jabłko 1szt. • Herbata 250ml 	mleko 2% tł. ryż pieczywo masło szynka jabłko herbata cukier	300 25 100 15 40 100 1 20				
Obiad:			755,64	49,04	34,43	185,27
<ul style="list-style-type: none"> • Grysikowa 400 ml • Filet duszony 80g • Sos szpinakowy 100 ml • Marchewka duszona 130g • Ziemniaki • Kompot 250ml jak w zest. I 	mięso na wywar marchew pietruszk seler grysik przyprawy pietruszk ziel. filet z kur. przyprawy szpinak margaryna mąka śmietana 18% przyprawy marchewka mąka margaryna przyprawy ziemniaki	40 25 10 5 25 100 10 10 20 20 150 10 5 300				
Kolacja:			542,05	18,64	18,46	79,66
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Twarożek 70g • Pomidor 30g • Herbata 250ml 	pieczywo masło twaróg półt śmietana 18% pomidor herbata cukier	100 15 60 10 30 1 20				

Zestaw III – dieta łatwostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			979,15	30,16	28,65	152,48
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z grysiem • Pieczywo 30g • Rogal 70g • Masło 82 % 15g • Miód 30g • Jogurt naturalny 1 szt. • Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 	mleko 2% tł. grysik weka rogal masło miód jogurt kawa zbożowa mleko cukier	300 25 30 70 15 30 150 15 150 20				
Obiad:			978,21	33,28	39,21	137,59
<ul style="list-style-type: none"> • Ryżowa 400 ml • Klopsik duszony 80g • Sos pomidorowy 100ml • Surówka z marchwi 130g • Ziemniaki 200g • Kompot 250ml jak w zest.I 	mięso na wywar marchew pietruska seler ryż przyprawy pietruska ziel. mięso w. bułka czerstwa jaja przecier pom.30% margaryna mąka śmietana 18% cukier przyprawy marchewka śmietana 18% przyprawy ziemniaki	40 25 10 5 25 100 20 25 10 10 20 20 5 150 10 300				
Kolacja:			561,75	12,70	20,06	88,14
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % 15g • Kiełbasa szynkowa 40g • Jabłko 1 szt. • Herbata 250ml 	pieczywo masło szynkowa jabłko herbata cukier	100 15 40 100 1 20				

Zestaw IV – dieta łatwostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			820,45	29,13	29,40	114,77
<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna z lanym ciastem 300ml Pieczywo 100g Masło 82 % tł. 15g Szynka wieprzowa 40g Pomidor 30g Herbata 250ml 	mleko 2% tł. mąka jajka pieczywo masło szynka pomidor herbata cukier	300 30 20 100 15 40 30 1 20				
Obiad:			1189,66	36,18	43,72	180,05
<ul style="list-style-type: none"> Jarzynowa z ziemn.400 ml Szynka duszona 80g Sos śmietankowy 100 ml Buraczki na ciepło 130g Kasza j. na sypko 200g Kompot 250ml jak w zestawie I 	mięso na wywar marchew pietruszka seler ziemniaki mrożonka w. śmietana 18% przyprawy pietruszka ziel. szynka wiep. śmietana 18% margaryna mąka przyprawy buraki margaryna mąka cukier przyprawy kasza j.	40 40 20 10 200 20 20 100 20 10 20 150 5 5 5 100				
Kolacja:			527,35	13,62	16,02	88,10
<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 100g Masło 82 % tł. 15g Poładwica z drobiu 40g Jabłko 1 szt. Herbata 250ml 	pieczywo masło poładwica jabłko herbata cukier	100 15 40 100 1 20				

Zestaw V – dieta łatwostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			632,45	26,29	23,17	110,83
<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna z makaronem 300ml Pieczywo 100g Masło 82 % tł. 15g Szynkowa z drobiu 40g Pomidor 30g Herbata 250ml 	mleko 2% tł. makaron pieczywo masło szynkowa pomidor herbata cukier	300 25 100 15 40 30 1 20				
Obiad:			1178,49	58,53	46,35	148,64
<ul style="list-style-type: none"> Szpinakowa z ziemniakami 400 ml Udka z kurczaka 200g duszone Marchewka duszona 130g Ziemniaki 200g Kompot 250ml jak w zest.I 	mięso na wywar marchewka pietruska seler szpinak mr. ziemniaki śmietana 18% mleko przyprawy pietruska ziel. udka z kur. przyprawy margaryna mąka śmietana 18% marchewka margaryna mąka przyprawy ziemniaki	40 25 10 5 40 200 20 5 ml 250 10 20 20 150 5 10 300				
Kolacja:			527,35	13,62	16,02	88,10
<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 100g Masło 82 % tł. 15g Polędwica z drobiu 40g Jabłko 1 szt. Herbata 250ml 	pieczywo masło polędwica jabłko herbata cukier	100 15 40 100 1 20				

Zestaw VI – dieta łatwostrawna

	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			942,15	30,66	26,12	148,57
<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml Bułka 100g Masło 82 % tł. 15g Dżem 60g Jogurt naturalny 1 szt. Kawa zb. z mlekiem 250ml 	mleko 2% tł. kasza jagl. bułka masło dżem jogurt kawa zbożowa mleko cukier	300 25 100 15 60 150 15 150 20				
Obiad:			966,51	44,66	22,83	156,05
<ul style="list-style-type: none"> Ziemniaczanka 400 ml Leniwe kluski z masłem i cukrem 300g Jogurt owocowy 1 szt. Kompot 250ml jak w zest.I 	mięso na wywar marchew pietruszka seler ziemniaki śmietana 18% przyprawy pietruszka ziel. twaróg półt. ziemniaki jaja mąka mąka ziemn. cukier grycik masło jogurt	40 25 10 5 200 20 130 100 15 50 10 5 5 10 150				
Kolacja:			542,05	18,64	18,46	79,66
<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 100g Masło 82 % tł. 15g Twarożek 70g Pomidor 30g Herbata 250ml 	pieczywo masło twarożek półt. śmietana 18% pomidor herbata cukier	100 15 60 10 30 1 20				

Zestaw VII – dieta łatwostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			813,05	32,12	26,86	116,45
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szynka z indyka 40g • Pomidor 30g • Kawa zb. z mlekiem 250 ml 	mleko 2% tł. płatki ow. pieczywo masło szynka z ind. pomidor kawa zbożowa mleko cukier	300 25 100 15 40 30 15 150 20				
Obiad:			776,96	35,47	19,28	127,40
<ul style="list-style-type: none"> • Grysikowa 400 ml • Filet duszony 80g • Sos koperkowy 100 ml • Buraczki z jabłkiem 130g • Ziemniaki 200g • Kompot 250ml jak w zest. 	mięso na wywar marchew pietruska seler grysik przyprawy pietruska ziel. filet z kur. przyprawy koperek ziel. margaryna mąka śmietana 18% przyprawy buraki jabłko olej cukier przyprawy ziemniaki	40 25 10 5 25 100 10 10 20 20 150 20 5 5 300				
Kolacja:			516,55	13,86	21,50	88,50
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szynka wieprzowa 40g • Jabłko 1 szt. • Herbata 250ml 	pieczywo masło szynka w. jabłko herbata cukier	100 15 40 100 1 20				

Zestaw VIII – dieta łatwostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			978,15	29,66	28,50	153,12
<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna z ryżem 300ml Pieczywo 30g Rogal 70g Masło 82 % tł. 15g Miód 30g Jogurt naturalny 1 szt. Kawa zb. z mlekiem 250 ml 	mleko 2% tł. ryż pieczywo rogal masło miód jogurt kawa zb. mleko cukier	300 25 30 70 15 30 150 15 150 20				
Obiad:			1071,51	37,03	41,11	113,77
<ul style="list-style-type: none"> Koperkowa z ziemniakami 400ml Pulpet duszony 80g Sos jarzynowy 100 ml Sałata zielona z kefirem 100g Ziemniaki 200g Kompot 250ml jak w zest. I 	mięso na wywar marchew pietruska seler koper św. ziemniaki śmietana 18% przyprawy pietruska ziel. mięso w. bułka czerstwa jaja przyprawy marchew pietruska seler śmietana 18% mąka margaryna przyprawy sałata ziel. kefir cukier ziemniaki	40 25 10 5 15 200 20 100 20 25 25 25 10 5 20 20 10 100 30 5 300				
Kolacja:			493,05	14,45	16,06	77,80
<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 100g Masło 82 % tł. 15g Szynka drobiowa 40g Pomidor 30g Herbata 250ml 	pieczywo masło szynka pomidor herbata cukier	100 15 40 30 1 20				

Zestaw IX – dieta łatwostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			733,05	26,82	22,38	110,96
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z grysiem 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szynka z indyka 40g • Pomidor 30g • Herbata 250ml 	mleko 2% tł. grysiak pieczywo masło szynka pomidor herbata cukier	300 25 100 15 40 30 1 20				
Obiad:			992,19	33,26	38,62	125,86
<ul style="list-style-type: none"> • Krupnik z ziemniakami 400ml • Szynka wiep.duszona 80g • Sos śmietankowy 100 ml • Jarzynka duszona 130g • Ziemniaki 200g • Kompot 250ml jak w zest.I 	mięso na wywar marchew pietruszka seler kasza j. ziemniaki przyprawy pietruszka ziel. szynka wiep. przyprawy mąka margaryna śmietana 18% przyprawy marchew pietruszka seler margaryna mąka przyprawy ziemniaki	40 25 10 5 25 100 100 20 10 20 80 40 10 5 10 300				
Kolacja:			618,55	23,74	21,46	87,01
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Twarożek 70g • Pomidor 30g • Kawa zb. z mlekiem 250 ml 	pieczywo masło twaróg półt. śmietana 18% pomidor kawa zb. cukier mleko	100 15 60 10 30 15 20 150				

Zestaw X – dieta łatwostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			809	25,90	26,91	121,89
<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna z makaronem 300ml Pieczywo 100g Masło 82 % tł. 15g Szynkowa wiep. 40g Jabłko 1 szt. Herbata 250ml 	mleko 2% tł. makaron pieczywo masło szynkowa jabłko herbata cukier	300 25 100 15 40 100 1 20				
Obiad:			942,36	43,38	16,42	139,96
<ul style="list-style-type: none"> Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 400ml Ryba duszona 100g Sos grecki 130g Ziemniaki 200g Kompot 250ml jak w zest.I 	mięso w. marchew pietruska seler buraki ziemniaki śmietana 18% mąka przyprawy pietruska ziel. filet z mint. Przyprawy olej marchew pietruska konc.pomid.30% cukier mąka przyprawy ziemniaki	40 25 10 5 80 200 20 20 150 10 50 20 30 10 20 300				
Kolacja:			702,65	17,84	19,40	115,97
<ul style="list-style-type: none"> Bułka 100g Masło 82 % tł. 15g Dżem 60g Jogurt naturalny 1 szt. Kawa zb. z mlekiem 250 ml 	bułka masło dżem jogurt kawa zb. cukier mleko	100 15 60 120ml 15 20 150				

Zestaw XI – dieta łatwostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			901,95	39,14	29,70	124,30
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z lanym ciastem 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Twaróg 70g • Pomidor 30g • Kawa zb. mlekiem 250 ml 	mleko 2% tł. mąka jajko pieczywo masło twaróg półtł. śmietana 18% pomidor kawa zb. mleko cukier	300 30 20 100 15 60 10 30 15 150 20				
Obiad:			849,66	34,04	27	131,47
<ul style="list-style-type: none"> • Ryżowa 400 ml • Schab duszony 80g • Sos koperkowy 100 ml • Marchew oprószana 130g • Ziemniaki 200g • Kompot 250ml jak w zest.I 	mięso na wywar marchew pietruszka seler ryż przyprawy pietruszka ziel. schab b/k przyprawy koper ziel. margaryna mąka śmietana 18% przyprawy marchew margaryna mąka przyprawy ziemniaki	40 25 10 5 25 100 10 10 20 20 150 5 10 300				
Kolacja:			493,05	14,45	16,06	77,08
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szyńka z drobiu 40g • Pomidor 30g • Herbata 250ml 	pieczywo masło szynka pomidor herbata cukier	100 15 40 30 1 20				

Zestaw XII – dieta lekkostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			766,85	26,44	22,74	120,70
<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml Pieczywo 100g Masło 82 % tł. 15g Polędwica z drobiu 40g Jabłko 1 szt. Herbata 250ml 	mleko 2% tł. kasza jagl. pieczywo masło polędwica jabłko herbata cukier	300 25 100 15 40 100 1 20				
Obiad:			908,09	41,16	26,60	156,41
<ul style="list-style-type: none"> Jarzynowa z ziemniakami 400 ml Makaron z serem białym masłem i cukrem 300g Jogurt owocowy 1 szt. Kompot 250ml jak w zest.I 	mięso na wywyar marchew pietruszka seler ziemniaki mrożonka warz. smietana 18% przyprawy pietruszka ziel. makaron twaróg półtł. margaryna masło cukier jogurt	40 40 20 10 200 20 20 90 100 15 5 10 120 ml				
Kolacja:			537,05	13,73	21,16	77,48
<ul style="list-style-type: none"> Weka 100g Masło 82 % tł. 15g Szynka wieprzowa 40g Pomidor 30g Herbata 250ml 	weka masło szynka pomidor herbata cukier	100 15 40 30 1 20				

Zestaw XIII – dieta łatwostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			804,05	33,92	25,12	116,45
<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna z płatkami ow. Weka 100g Masło 82 % tł. 15g Szynka z kurczaka 40g Pomidor 30g Kawa zb. z mlekiem 250 ml 	mleko 2% tł. płatki ow. weka masło szynka z kurcz. pomidor kawa zb. mleko cukier	300 25 100 15 40 30 15 150 20				
Obiad:			804,86	35,53	22,67	126,54
<ul style="list-style-type: none"> Koperkowa z ryżem 400 ml Filet duszony 80g Sos śmietankowy 100 ml Sałatka z buraków 130g Ziemniaki 200g Kompot 250ml jak w zest. I 	mięso w. marchew pietruszka seler koperek św ryż śmietana 18% przyprawy pietruszka ziel. filet z kurczaka przyprawy mąka margaryna śmietana 18% przyprawy buraki olej cukier przyprawy ziemniaki	40 25 10 5 15 25 20 100 20 10 20 150 5 5 300				
Kolacja:			551,35	15,26	17,82	88,46
<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 100g Masło 82 % tł. 15g Polędwica sopocka 40g Jabłko 1 szt. Herbata 250ml 	pieczywo masło polędwica jabłko herbata cukier	100 15 40 100 1 20				

Zestaw XIV – dieta łatwostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			817,55	25,73	27,67	122,92
<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna z ryżem 300ml Pieczywo 100g Masło 82 % tł. 15g Szynka wieprzowa 40g Jabłko 1szt. Herbata 250ml 	mleko 2% tł. ryż pieczywo masło szynka w. jabłko herbata cukier	300 25 100 15 40 100 1 20				
Obiad:			917,38	19,51	16,37	187,49
<ul style="list-style-type: none"> Jarzynowa z ziemniakami 400ml Ryż z jabłkami, masłem i cukrem 300g Jogurt naturalny 1 szt. Kompot 250ml jak w zest. I 	mięso na wywar marchew pietruszka seler ziemniaki mrożonka w. śmietana 18% przyprawy pietruszka ziel. ryż jabłka cukier masło jogurt	40 40 20 10 200 20 20 100 200 10 10 150				
Kolacja:			618,55	23,74	21,46	87,01
<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 100g Masło 82 % tł. 15g Twarożek 70g Pomidor 30g Kawa zb. z mlekiem 250ml 	pieczywo masło twaróg półt. śmietana pomidor kawa zbożowa cukier mleko	100 15 60 10 30 15 20 150				

Zestaw XV – dieta łatwostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			733,05	26,82	22,38	110,96
<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna z grysiem 300ml Pieczywo 100g Masło 82 % tł. 15g Szynka drobiowa 40g Pomidor 30g Herbata 250ml 	mleko 2% tł. grysiem pieczywo masło szynka drob. pomidor herbata cukier	300 25 100 15 40 30 1 20				
Obiad:			1215,93	38,71	43,42	196,91
<ul style="list-style-type: none"> Brokułowa z ziemniakami 400ml Klopsik duszony 80g Sos pomidorowy 100 ml Surówka z selera i jabłka 130g Ryż na sypko 200g Kompot 250ml jak w zest.I 	mięso na wywar marchew pietruszka seler brokuły ziemniaki śmietana 18% przyprawy pietruszka ziel. mięso wiep. bułka czerstwa jaja przyprawy konc.pomid.30% margaryna mąka śmietana 18% cukier przyprawy seler jabłka cukier śmietana 18% przyprawy ryż	40 25 10 5 40 200 20 100 20 25 10 10 20 20 5 100 50 5 10 100				
Kolacja:			534,55	14,58	16,40	88,10
<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 100g Masło 82 % tł. 15g Szynka biała 40g Jabłko 1 szt. Herbata 250ml 	pieczywo masło szynka b. jabłko herbata cukier	100 15 40 100 1 20				

Zestaw XVI – dieta łatwostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			727,55	28,82	23,12	109,10
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szynka z kurczaka 40g • Pomidor 30g • Herbata 250ml 	mleko 2% tł. makaron pieczywo masło szynka pomidor herbata cukier	300 25 100 15 40 30 1 20				
Obiad:			916,11	34,06	38,83	118,97
<ul style="list-style-type: none"> • Pomidorowa z makaronem • Szynka wieprzowa duszona 80g • Sos koperkowy 100 ml • Sałata zielona z kefirem 130g • Ziemniaki 200g • Kompot 250ml jak w zest. I 	mięso na wywar marchew pietruszka seler konc.pom.30% śmietana 18% makaron przyprawy pietruszka ziel. szynka w. przyprawy koperek ziel. śmietana margaryna mąka przyprawy sałata kefir cukier ziemniaki	40 25 10 5 20 20 25 100 10 20 10 20 100 30 5 300				
Kolacja:			627,85	20,36	20,82	95,72
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Polędwica sopočka 40g • Jabłko 1 szt. • Kawa zb. z mlekiem 250 ml 	pieczywo masło polędwica jabłko kawa zbożowa cukier mleko	100 15 40 100 15 20 150				

Zestaw XVII – dieta łatwostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			916,15	25,90	24,12	153,23
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z kaszą jaglana 300ml • Bułka 100g • Masło 82 % tł. 15g • Dżem 60g • Jabłko 1 szt. • Kawa zb z mlekiem 250 ml 	mleko 2% tł. kasza jagl. bułka masło dżem jabłko kawa zb. mleko cukier	300 25 100 15 60 100 15 150 20				
Obiad:			902,71	38,41	22,98	149,76
<ul style="list-style-type: none"> • Szpinakowa z ziemniakami 400ml • Filet duszony 80g • Sos śmietankowy 100ml • Sałatka z buraków i jabłka 130g • Ziemniaki 200g • Kompot 250ml jak w zest.I 	mięso na wywar marchew pietruska seler szpinak mr. ziemniaki śmietana 18% mleko przyprawy pietruska ziel. filet z kurczaka przyprawy mąka margaryna śmietana 18% przyprawy buraki jabłka olej cukier ziemniaki	40 25 10 5 40 200 20 5 100 20 10 20 150 20 5 5 300				
Kolacja:			493,05	14,45	16,06	77,08
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szyńka drobiowa 40g • Pomidor 30g • Herbata 250ml 	pieczywo masło szyńka drob. pomidor herbata cukier	100 15 40 30 1 20				

Zestaw XVIII – dieta łatwostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			820,45	29,13	29,40	114,77
<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna z lanym ciastem 300ml Pieczywo 100g Masło 82 % tł. 15g Szynka zielonogórska 40g Pomidor 30g Herbata 250ml 	mleko 2% tł. mąka jajko pieczywo masło szynka w. pomidor herbata cukier	300 30 20 100 15 40 30 1 20				
Obiad:			1013,76	54,64	30,69	135,88
<ul style="list-style-type: none"> Ziemniaczanka 400 ml Udko z kurczaka gotowane 200g Marchewka duszona 130g Ziemniaki 200g Kompot 250ml jak w zest.I 	mięso na wywar marchewka pietruszka seler ziemniaki śmietana 18% przyprawy pietruszka ziel. udko z kur. przyprawy marchewka margaryna mąka przyprawy ziemniaki	40 25 10 5 200 20 250 150 10 10 300				
Kolacja:			516,55	13,86	21,50	88,50
<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 100g Masło 82 % tł. 15g Szynka wieprzowa 40g Jabłko 1 szt. Herbata 250ml 	pieczywo masło szynka w. jabłko herbata cukier	100 15 40 100 1 20				

Zestaw XIX – dieta łatwostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			722,05	27,52	20,49	111,50
<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna z ryżem 300ml Pieczywo 100g Masło 82 % tł. 15g Szynka z piersi kurcz.40g Pomidor 30g Herbata 250ml 	mleko 2% tł. ryż pieczywo masło szynka z piersi pomidor herbata cukier	300 25 100 15 40 30 1 20				
Obiad:			1104,16	39,41	32,46	180,32
<ul style="list-style-type: none"> Jarzynowa z ziemniakami 400 ml Schab duszony 80g Sos pomidorowy 100 ml Buraczki na ciepło 130g Kasza j. na sypko 200g Kompot 250ml jak w zest.I 	mięso na wywar marchew pietruszka seler ziemniaki mrożonka w. śmietana 18% przyprawy pietruszka ziel. schab b/k przyprawy przecier pom.30% margaryna mąka śmietana 18% cukier przyprawy buraki margaryna mąka cukier przyprawy kasza j.	40 40 20 10 200 20 20 100 10 10 20 20 5 150 5 5 5 100				
Kolacja:			618,55	23,74	21,46	87,01
<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 100g Masło 82 % tł. 15g Twaróg półt. Pomidor 30g Kawa zb. z mlekiem 250 mll 	pieczywo masło twaróg półt. śmietana 18% pomidor kawa zb. cukier mleko	100 15 60 10 30 15 20 150 ml				

Zestaw XX – dieta łatwostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			717,45	26,38	20,80	110,96
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z grysiem 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szynka z indyka 40g • Pomidor 30g • Herbata 250ml 	mleko 2% tł. Grysik pieczywo masło szynka z ind. pomidor herbata cukier	300 25 100 15 40 30 1 20				
Obiad:			1096,86	36,14	38,19	170,42
<ul style="list-style-type: none"> • Barszcz zabieleny z ziemniakami 400ml • Sztuka mięsa 80g • Sos koperkowy • Surówka z marchwii i jabłka 130g • Ziemniaki 200g • Kompot 250ml jak w zest. I 	mięso na wywar marchew pietruszka seler buraki ziemniaki mąka śmietana 18% przyprawy pietruszka ziel. szynka w. przyprawy koperek mąka margaryna śmietana 18% przyprawy marchewka jabłko cukier ziemniaki	40 25 10 5 80 200 20 20 100 10 20 10 20 150 20 5 300				
Kolacja:			485,85	13,49	15,68	77,08
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Połędwica z indyka 40g • Pomidor 30g • Herbata 250ml 	pieczywo masło połędwica pomidor herbata cukier	100 15 40 30 1 20				

Zestaw I – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			723,35	27,96	22,19	108,57
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szynka z indyka 40g • Ogórek kon. 30g • Herbata 250ml 	mleko 2% tł. płatki ow. pieczywo masło szynka ogórek kon. herbata cukier	300 25 100 15 40 30 1 20				
Obiad:			1188,62	41,60	47,66	164,60
<ul style="list-style-type: none"> • Pomidorowa z makaronem 400ml • Kotlet schabowy panierowany 80g • Surówka z kapusty białej 130g • Ziemniaki 200g • Kompot 250ml (z sezonowych owoców) np. 	mięso wieprzowe lub drób na wywar marchew pietruszka seler cebula śmietana 18% przecier pom.30% makaron przyprawy pietruszka ziel. schab b/k jajka mleko mąka bułka tarta olej kapusta b. ogórek kisz. marchew olej cebula ziemniaki jabłko aronia śliwka cukier	40 25 10 5 10 20 20 25 100 10 5 20 30 20 20 10 15 300 20 20 20 20				
Kolacja:			690,35	20,22	30,59	83,58
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Ser topiony 50g • Pomidor 30g • Herbata 250ml • Jogurt naturalny 	pieczywo masło ser topiony pomidor herbata cukier jogurt	100 15 50 30 1 20 150				

Zestaw II – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			986,85	35,82	335,95	124,17
<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna z ryżem 300ml Pieczywo 100g Masło 82 % 15g Ser żółty 50g Papryka kon. 30g Jogurt owocowy 1 szt. Herbata 250ml 	mleko 2% tł. ryż pieczywo masło ser żółty papryka kon. jogurt herbata cukier	300 25 100 15 50 30 150 1 20				
Obiad:			1227,95	26,72	24,23	232
<ul style="list-style-type: none"> Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami 400ml Naleśniki z dżemem 2 szt. Kompot 250ml z sezonowych owoców np. 	mięso na wywar marchew pietruska seler cebula kapusta kisz. kon. pom. ziemniaki boczek w. czosnek przyprawy pietruska ziel. mąka jajko dżem mleko olej jabłka aronia śliwka cukier	40 25 10 5 10 100 2 200 10 150 1/2 szt. 100 100 15 20 20 20 20				
Kolacja:			509,15	16,66	17,50	79,68
<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 100g Masło 82 % tł. 15g Pasta z twarogu i konserwy rybnej w pomidorach 60g Ogórek zielony 30g Herbata 250ml 	pieczywo masło twaróg półt. kon.rybna ogórek ziel. herbata cukier	100 15 50 20 30 1 20				

Zestaw III – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			978,25	29,29	28,68	132,65
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z grysiem 300ml • Pieczywo 30g • Rogal 70g • Masło 82 % 15g • Miód 30g • Jogurt naturalny 1 szt. • Kawa zb. z mlekiem 250ml 	mleko 2% tł. grysik pieczywo rogal masło miód jogurt kawa zb. mleko cukier	300 25 30 60 15 30 150 15 150 20				
Obiad:			1055,10	36,27	23,05	188,52
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczarkowa z makaronem 400ml • Bitki drobiowe 80g w sosie własnym 100ml • Sałatka z kapusty czerwonej 130g • Kluski śląskie 200g • Kompot 250ml jak w zestawie I 	mięso w. marchew pietruszka seler cebula śmietana 18% pieczarki makaron przyprawy pietruszka ziel. filet z kur. mąka olej przyprawy kapusta czer. cebula olej przyprawy ziemniaki jajko mąka ziemn.	40 25 10 5 10 20 40 25 100 20 10 120 20 5 400 15 60				
Kolacja:			516,85	11,67	19,82	77,02
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % 15g • Kiełbasa szynkowa 40g • Pomidor 30g • Herbata 250ml 	pieczywo masło szynkowa pomidor herbata cukier	100 15 40 30 1 20				

Zestaw IV – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			797,12	26,76	23,25	114,8
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z lanym ciastem 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szyńka mielona 40g • Papryka kon. 30g • Herbata 250ml 	mleko 2% tł. mąka jajka pieczywo masło szynka papryka kon. herbata cukier	300 30 20 100 15 40 30 1 20				
Obiad:			1235,05	37,94	44,01	190,80
<ul style="list-style-type: none"> • Ogórkowa z ziemniakami • Zrazik mielony pieczony 80g • Sos pieczarkowy • Surówka z marchwi 130g • Kasza j. na sypko 200g • Kompot 250ml jak w zes. I 	mięso w. marchew pietruszka seler cebula ogórek kisz. śmietana 18 % ziemniaki przyprawy pietruszka ziel. mięso wiep. jajka bułka czer. olej pieczarki mąka margaryna cebulka śmietana 18% przyprawy marchew śmietana 18% przyprawy kasza j.	40 25 10 5 10 80 20 200 100 25 20 5 40 20 10 10 20 150 10 100				
Kolacja:			706,15	12,64	35,06	92,44
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Franfruterki na gorąco 60g • Ketchup 20g /musztrda 20g • Herbata 250ml • Jabłko 	pieczywo masło franfruterki ketchup herbata cukier jabłko	100 15 60 20 1 20 100				

Zestaw V – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			978,20	35,46	41,49	116,22
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z makaronem 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Salceson drobiowy 60g • Ogórek kiszony 30g • Jogurt naturalny • Herbata 250ml 	mleko 2% tł. makaron pieczywo masło salceson ogórek kisz. jogurt herbata cukier	300 25 100 15 60 30 150 1 20				
Obiad:			1133,95	35,87	44,19	166,82
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml • Sznyceł mielony 80g • Sałatka z buraków i papryki 130g • Ziemniaki 200g • Kompot 250ml jak w zest. I 	mięso w. marchew pietruszka seler cebula kalafior śmietana 18% ziemniaki przyprawy pietruszka ziel. mięso w. jajka bułka czer. bułka tarta olej cebula przyprawy buraki papryka kon. olej przyprawy ziemniaki	40 25 10 5 10 40 20 200 100 15 20 20 10 10 150 20 5 300				
Kolacja:			482,85	12,59	15,78	76,98
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Połędwica z drobiu 40g • Pomidor 30g • Herbata 250ml 	pieczywo masło połędwica pomidor herbata cukier	100 15 40 30 1 20				

Zestaw VI – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			941,15	30,06	27,17	127,82
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z kaszą jagl. 300ml • Pieczywo 50g • Bułka 50g • Masło 82 % tł. 15g • Dżem 60g • Jogurt naturalny 1 szt. • Kawa zb. z mlekiem 250ml 	mleko 2% tł. kasza jagl. pieczywo bułka masło dżem jogurt kawa zb. mleko cukier	300 25 50 50 15 60 150 15 150 20				
Obiad:			1157,65	51,17	29,44	209,84
<ul style="list-style-type: none"> • Grochówka z ziemniakami 400ml • Pierogi ruskie 300g z tłuszczem i cebulką • Kompot 250ml jak w zest. I 	mięso w. marchew pietruszka seler cebula groch ziemniaki boczek w. czosnek przyprawy mąka jajka ziemniaki twaróg półt. cebula olej boczek w. przyprawy	40 25 10 5 10 60 100 10 0,5 100 15 200 100 10 10 10				
Kolacja:			663,25	23,13	32,74	77,89
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Pasta z jajka i sera top. 60g • Pomidor 30g • Kawa zbożowa z ml. 250ml 	pieczywo masło ser topiony jajko majonez pomidor kawa zb. mleko cukier	100 15 30 1 szt. 5 30 15 150 20				

Zestaw VII – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			948,85	38,97	33,74	111,31
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z płatkami ow. 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • 1 jajko gotowane • Rzodkiewka 30g • Jogurt owocowy • Kawa zb. 250ml 	mleko 2% tł. płatki ow. pieczywo masło jajko rzodkiewka jogurt kawa zb. mleko cukier	300 25 100 15 1szt. 30 150 15 150 20				
Obiad:			1046,25	51,28	41,42	129,14
<ul style="list-style-type: none"> • Rosół z makaronem 400ml • Udko z kurczaka pieczone 200g • Marchewka duszona z groszkiem 130g • Ziemniaki 200g • Kompot 250ml jak w zest.I 	mięso na wywar marchew pietruszka seler cebula makaron przyprawy pietruszka ziel. udko z kur. olej przyprawy marchew mąka margaryna groszek kon. przyprawy ziemniaki	40 40 10 10 10 25 250 10 150 10 10 10 300				
Kolacja:			566,85	14,43	24,56	76,98
<ul style="list-style-type: none"> • Chleb 100g • Masło 82 % tł. 15g • Kielbasa żywiecka 40g • Pomidor 30g • Herbata 250ml 	chleb masło żywiecka pomidor herbata cukier	100 15 40 30 1 20				

Zestaw VIII – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			908	47,03	31,81	179,07
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z ryżem 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Pasztet wiep. pieczony 60g • Ogórek kisz. 30g • Jogurt naturalny 1 szt • Herbata 250ml 	mleko 2% tł. ryż pieczywo masło pasztet ogórek kon. jogurt herbata cukier	300 25 100 15 60 30 150 1 20				
Obiad:			926,42	40,20	22,56	155,11
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 400ml • Wątróbka z drobiu 100g w sosie własnym 100ml • Sałata zielona z kefirem 100g • Ziemniaki 200g • Kompot 250ml jak w zest. I 	mięso na wywar marchew pietruszka seler cebula fasola szp. Śmietana 18% ziemniaki przyprawy pietruszka ziel. wątróbka dr. mąka cebula olej przyprawy sałata ziel. kefir cukier ziemniaki	40 25 10 5 10 80 20 200 130 20 20 10 100 30 5 300				
Kolacja:			534,05	12,83	21,26	76,98
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szynka wieprzowa 40g • Pomidor 30g • Herbata 250ml 	pieczywo masło szynka pomidor herbata cukier	100 15 40 30 1 20				

Zestaw IX – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			724,55	27,09	21,13	111,36
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z grysiem 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szynka z indyka 40g • Papryka kon. 30g • Herbata 250ml 	mleko 2% tł. grysik pieczywo masło szynka papryka kon. herbata cukier	300 25 100 15 40 30 1 20				
Obiad:			986,87	31,32	36,48	144,30
<ul style="list-style-type: none"> • Krupnik z ziemniakami 400ml • Szynka wieprzowa pieczona 80g w sosie własnym 100ml • Mizeria 130g • Ziemniaki 200g • Kompot 250ml jak w zest.I 	mięso na wywar marchew pietruszk seler cebula kasza j. ziemniaki przyprawy pietruszk ziel. szynka w. olej mąka przyprawy ogórek ziel. śmietana 18% cukier przyprawy ziemniaki	40 25 10 5 10 25 100 100 10 20 120 20 5 300				
Kolacja:			539,43	17,82	18,57	79,64
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Pasta z twarogu i szczypiorku 70g • Pomidor 30g • Herbata 250ml 	pieczywo masło twaróg półt. śmietana szczypiorek pomidor herbata cukier	100 15 60 10 2 30 1 20				

Zestaw X – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			853,30	30,45	28,89	122,46
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z makaronem 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szynkowa wiep. 40g • Ogórek kon. 30g • Jogurt owocowy 1 szt. • Herbata 250ml 	mleko 2% tł. makaron pieczywo masło szynkowa ogórek kon. jogurt herbata cukier	300 25 100 15 40 30 150 1 20				
Obiad:			1121,30	46,49	33,86	171,98
<ul style="list-style-type: none"> • Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml • Ryba panierowana 100g • Surówka z kapusty kiszanej 130g • Ziemniaki 200g • Kompot 250ml jak w zest. I 	mięso na wywar marchew pietruszką seler cebula buraki śmietana 18% mąka ziemniaki przyprawy pietruszką ziel. ryba filet jajka mąka mleko bułka tarta olej przyprawy kapusta kiszona marchew cebula olej przyprawy ziemniaki	40 25 10 5 10 80 20 20 200 150 25 20 5 30 20 120 20 10 5 300				
Kolacja:			734,70	19,52	35,02	85,22
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Pasta z jajek 60g • Pomidor 30g • Kawa zb. z mlekiem 250ml 	pieczywo masło jajka majonez pomidor kawa zbożowa mleko cukier	100 15 1,1/2 szt. 10 30 15 150 20				

Zestaw XI – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			990,25	32,07	43,73	122,82
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z lanym c.300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Serek fromage 50g • Pomidor 30g • Kawa zb. z mlekiem 250ml 	mleko 2% tł. mąka jajko pieczywo masło serek fromage pomidor kawa zbożowa mleko cukier	300 30 20 100 15 50 30 15 150 20				
Obiad:			1183,22	30,56	45,21	172,97
<ul style="list-style-type: none"> • Żurek z ziemniakami • Karczek pieczony 80g • Sos pieczeniowy • Surówka z marchwi i chrzanu 130g • Kluski śląskie 200g • Kompot 250ml jak w zest.I 	mięso na wywar marchew pietruszka seler cebula żurek śl. ziemniaki śmietana 18% przyprawy pietruszka ziel. karczek w. przyprawy olej mąka olej śmietana 18% przyprawy marchew chrzan kon. śmietana 18% ziemniaki mąka z. jajka	40 25 10 5 10 70 200 20 100 5 20 5 20 150 20 10 400 60 15				
Kolacja:			494,55	13,52	16,55	77,40
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szynka z drobiu 40g • Papryka kon. 30g • Herbata 250ml 	pieczywo masło szynka papryka herbata cukier	100 15 40 30 1 20				

Zestaw XII – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			779,15	30,60	25,27	112,39
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z kaszą jagl. 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Pasta z twarogu i rzodkiewki 70g • Ogórek ziel. 30g • Herbata 250ml 	mleko 2% tł. kasza jagl. pieczywo masło twaróg półt. śmietana rzodkiewka ogórek ziel. herbata cukier	300 25 100 15 60 10 10 30 1 20				
Obiad:			1268,15	40,61	46,34	195,71
<ul style="list-style-type: none"> • Kapuśniak z kapusty białej z ziemniakami 400ml • Pierogi z mięsem 300g , tłuszczem i cebulką • Kompot 250ml jak w zest.I 	mięso na wywar marchew pietruszka seler cebula kapusta biała przecier pom.30% jabłko ziemniaki przyprawy pietruszka ziel. mąka jajka mięso wiep. cebula olej boczek w. przyprawy	40 25 10 5 10 100 3 20 200 150 15 100 10 5 10				
Kolacja:			534,05	12,83	21,26	76,98
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szynka wieprzowa 40g • Pomidor 30g • Herbata 250ml 	pieczywo masło szynka pomidor herbata cukier	100 15 40 30 1 20				

Zestaw XIII – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			814,75	29,68	31,66	109
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z płatkami ow. 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Pieczeń wieprzowa 50g • Pomidor 30g • Herbata 250ml 	mleko 2% tł. płatki ow. pieczywo masło pieczeń pomidor herbata cukier	300 25 100 15 50 30 1 20				
Obiad:			1062,90	38,87	37,05	161,12
<ul style="list-style-type: none"> • Koperkowa z ryżem 400ml • Filet z kurczaka panierowany 80g • Kapusta kiszona zasmażana 130g • Ziemniaki 200g • Kompot 250ml jak w zest. I 	mięso na wywar marchew pietruska seler cebula koper ziel. ryż przyprawy filet z kur. mąka jajka olej bułka tarta przyprawy kapusta kisz. cebula olej mąka wędzonka przyprawy ziemniaki	40 25 10 5 10 15 25 100 20 15 20 30 130 20 10 20 10 300				
Kolacja:			576,45	10,32	26,57	78,63
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Paszтет z drobiu 60g • Ogórek kon. 30g • Herbata 250ml 	pieczywo masło paszтет ogórek kon. herbata cukier	100 15 60 30 1 20				

Zestaw XIV – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			745,25	26,04	23,72	91,65
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z ryżem 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Polędwica sopocka 40g • Ogórek zielony 30g • Herbata 250ml 	mleko 2% tł. ryż pieczywo masło polędwica ogórek ziel. herbata cukier	300 25 100 15 40 30 1 20				
Obiad:			1074,95	32,55	34,76	176,65
<ul style="list-style-type: none"> • Jarzynowa z ziemniakami 400ml • Kotlecik z jajek 80g • Buraczki zasmażane 130g • Ziemniaki 200g • Kompot 250ml jak w zest. I 	mięso na wywar marchew pietruska seler cebula mrożonka w. ziemniaki śmietana 18% przyprawy pietruska ziel. jajka jajka sur. bułka czer. mleko margaryna cebula bułka tarta olej przyprawy buraki margaryna mąka przyprawy ziemniaki	40 40 20 10 10 20 200 20 1,1/2 szt 5 15 15 5 10 20 10 150 5 5 300				
Kolacja:			594,55	23,93	34,76	78,32
<ul style="list-style-type: none"> • Chleb 100g • Masło 82 % tł. 15g • Pasta z twarogu i ryby wędzonej 60g • Ogórek kon. 30g • Herbata 250ml 	chleb masło twaróg półt. ryba wędz. śmietana 18% ogórek kon. herbata cukier	100 15 50 40 5 30 1 20				

Zestaw XV – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			757,25	24,04	26,14	110,90
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z grysiem 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szynka z pieprzem 40g • Pomidor 30g • Herbata 250ml 	mleko 2% tł. grysik pieczywo masło szynka pomidor herbata cukier	300 25 100 15 40 30 1 20				
Obiad:			991,55	32,45	29,47	167,88
<ul style="list-style-type: none"> • Brokułowa z ziemniakami 400ml • Gołąbek siekany 80g • Sos pomidorowy • Surówka z selera i jabłka 130g • Ziemniaki 200g • Kompot 250ml jak w zest.I 	mięso na wywar marchew pietruszk seler cebula brokuły śmietana 18% ziemniaki przyprawy pietruszk ziel. mięso wiep. kapusta b. jajko grysik olej przyprawy przecier pom.30% mąka śmietana 18% margaryna przyprawy seler jabłko śmietana 18% przyprawy ziemniaki	40 25 10 5 10 40 20 200 80 100 15 10 10 10 20 20 5 100 50 10 300				
Kolacja:			630,45	15,06	31,49	76,47
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Salceson wieprzowy 60g • Ogórek kisz. 30g • Herbata 250ml 	pieczywo masło salceson ogórek kisz. herbata cukier	100 15 60 30 1 20				

Zestaw XVI – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			739,05	26,69	23,35	109,42
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szynka z kurczaka 40g • Papryka kon. 30g • Herbata 250ml 	mleko 2% tł. płatki ow. pieczywo masło szynka papryka kon. herbata cukier	300 25 100 15 40 30 1 20				
Obiad:			922,25	32,79	35,74	126,48
<ul style="list-style-type: none"> • Pomidorowa z makaronem • Bitki wieprzowe pieczone 80g • Sos chrzanowy • Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i kukurydzy 130g • Ziemniaki 200g • Kompot 250ml jak w zest. I 	mięso na wywar marchew pietruszka seler cebula przecier pom.30% śmietana 18% makaron przyprawy pietruszka ziel. szynka w. olej przyprawy chrzan kon. mąka olej śmietana 18% przyprawy kapusta pek. ogórek kisz. kukurydza k. olej przyprawy ziemniaki	40 25 10 5 10 20 20 20 przyprawy 100 5 10 20 5 20 100 40 20 5 przyprawy 300				
Kolacja:			644,55	20,04	25,49	88,32
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Paszтет wieprzowy 60g • Ogórek kon. 30g • Kawa zb. z mlekiem 250ml 	pieczywo masło paszтет ogórek kon. kawa zbożowa mleko cukier	100 15 60 30 15 150 20				

Zestaw XVII – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			808,35	29,36	30,55	109,07
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z kaszą jagl. 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Kiełbasa krakowska 40g • Ogórek kon. 30g • Herbata 250ml 	mleko 2% tł. kasza jagl. chleb masło kiełbasa k. ogórek kon. herbata cukier	300 25 100 15 40 30 1 20				
Obiad:			1221,85	37,81	48,26	173,27
<ul style="list-style-type: none"> • Szpinakowa z ziemniakami 400ml • Pieczeń rzymska 80g • Sos pieczeniowy 100ml • Sałatka z buraków i cebuli 130g • Ziemniaki 200g • Kompot 250ml jak w zest. I 	mięso na wywar marchew pietruska seler cebula szpinak mr. śmietana 18% ziemniaki przyprawy pietruska ziel. mięso w. bułka czer. cebula jajka bułka tarta olej przyprawy mąka śmietana 18% olej przyprawy buraki olej cebula przyprawy ziemniaki	40 25 10 5 10 40 20 200 100 20 15 25 10 5 20 20 5 150 5 15 300				
Kolacja:			506,85	14,23	17,58	77,34
<ul style="list-style-type: none"> • Chleb 100g • Masło 82 % tł. 15g • Połędwica sopocka 40g • Pomidor 30g • Herbata 250ml 	chleb masło połędwica pomidor herbata cukier	100 15 40 30 1 20				

Zestaw XVIII – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			847,15	29,62	32,76	113,63
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z lanym ciastem 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szynka zielonogórska 40g • Rzodkiewka 30g • Herbata 250ml 	mleko 2% tł. mąka jajko pieczywo masło szynka rzodkiewka herbata cukier	300 30 20 100 15 40 30 1 20				
Obiad:			1279	49,80	54,52	176,37
<ul style="list-style-type: none"> • Ogórkowa z ziemniakami 400ml • Gołąbki z ryżem i mięsem 2 szt. • Sos pomidorowy • Ziemniaki 100g • Kompot 250ml jak w zest.I 	mięso na wywar marchew pietruszka seler cebula ogórki kisz. śmietana 18% ziemniaki przyprawy pietruszka ziel. mięso w. olej kapusta b. ryż kielbasa zw. przyprawy przecier pom.30% mąka śmietana 18% margaryna przyprawy ziemniaki	40 25 10 5 10 80 20 200 100 5 300 80 60 10 20 20 10 200				
Kolacja:			640,75	18,58	24,74	92,40
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Kielbasa śl. na gorąco 60g • Musztarda 20g/keczup • Herbata 250ml • Jabłko 100g 	pieczywo masło kielbasa śl. musztarda herbata cukier jabłko	100 15 60 20 1 20 100				

Zestaw XX – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:			802,95	30,65	25,35	117,70
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z grysiem 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szynka z udźca kurczaka 40g • Ogórek kon. 30g • Kawa zb. z mlekiem 250ml 	mleko 2% tł. grysik pieczywo masło szynka ogórek kon. kawa zb. mleko cukier	300 25 100 15 40 30 15 150 20				
Obiad:			1139,70	42,94	44,39	159,21
<ul style="list-style-type: none"> • Barszcz ukraiński 400ml • Sztuka mięsa 80g • Sos musztardowy • Surówka z kapusty pekińskiej, papryki i jabłka 130g • Kasza gryczana na sypko 200g • Kompot 250ml jak w zest. I 	mięso w. marchew pietruszka seler cebula buraki fasolka szp. groszek k. fasola śmietana 18% ziemniaki przyprawy pietruszka ziel. szynka w. przyprawy musztarda mąka śmietana 18% olej przyprawy kapusta pek. papryka jabłka olej przyprawy kasza gryczana	40 25 10 5 10 80 10 5 10 20 200 100 15 20 20 5 100 40 20 5 100				
Kolacja:			636,45	22,71	28,52	76,98
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Kabanos wieprzowy 60g • Pomidor 30g • Herbata 250ml 	Pieczywo masło kabanos pomidor herbata cukier	100 15 60 30 1 20				

Zestaw świąteczny I – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:						
<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 100g Masło 82 % tł. 15g Szynka wieprzowa 40g Połudwica sopocka 40g Mandarynka 2 szt. Herbata 250ml 	pieczywo masło szynka połędwica mandarynka herbata cukier	100 15 40 40 100 1 20				
Obiad:						
<ul style="list-style-type: none"> Pomidorowa z makaronem 400ml Schab pieczony ze śliwką 80g Sos własny Sałatka z kapusty czerwonej 130g Ziemniaki 200g Makowiec 100g Kompot jak w zestawie diety podstawowej 	mięso w. na wywar marchew pietruszka seler cebula śmietana 18% przecier pom.30% makaron przyprawy pietruszka ziel. schab b/k olej śliwka susz. przyprawy mąka przyprawy kapusta czer. jabłka olej cebula ziemniaki makowiec	40 25 10 5 10 20 20 25 100 10 20 20 120 30 10 10 300 100				
Kolacja:						
<ul style="list-style-type: none"> Chleb 100g Masło 82 % tł. 15g Sałatka jarzynowa 100g Szynka wieprzowa 40g Połudwica z drobiu 40g Herbata 250ml 	Chleb masło sałatka jarzyn. szynka połędwica herbata cukier	100 15 100 40 40 1 20				

Zestaw świąteczny II – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglow odany
Śniadanie:						
<ul style="list-style-type: none"> Zupa mleczna z ryżem 	mleko 2% tł. ryż	300 25				
<ul style="list-style-type: none"> Pieczywo 100g Masło 82 % 15g Ser żółty 50g Szynka wiep. 40g Papryka kon. 30g Herbata 250ml 	pieczywo masło ser żółty szynka papryka kon herbata cukier	100 15 50 40 30 1 20				
Obiad:						
<ul style="list-style-type: none"> Rosół z makaronem 400ml 	mięso dr. na wywar marchew pietruszka seler cebula makaron przyprawy pietruszka ziel.	40 40 10 10 10 25 100				
<ul style="list-style-type: none"> Pieczeń wieprzowa szpikowana boczkem 80g w sosie własnym 	szynka wiep. boczek w. olej mąka przyprawy	100 20 10 20				
<ul style="list-style-type: none"> Sałatka z kapusty białej 130g 	kapusta biała marchew cebula ogórek kisz. olej przyprawy	120 20 15 20 10				
<ul style="list-style-type: none"> Ziemniaki 200g 	ziemniaki	300				
<ul style="list-style-type: none"> Piernik 100g 	piernik	100				
<ul style="list-style-type: none"> Kompot 250ml 						
Kolacja:						
<ul style="list-style-type: none"> Chleb 100g Masło 82 % tł. 15g Szynka babuni 40g Szynka z indyka 40g Ogórek zielony 30g Herbata 250ml 	chleb masło szynka szynka ogórek ziel. herbata cukier	100 15 40 20 30 1 20				

Zestaw świąteczny III – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:						
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % 15g • Jajko gotowane z chrzanem • Szynka wieprzowa • Pomidor 30g • Herbata 250ml 	pieczywo masło jajko chrzan kon. szynka pomidor herbata cukier	100 15 1 szt. 10 40 30 1 20				
Obiad:						
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczarkowa z makaronem 400ml • Zrazy wieprzowe zwijane 80g w sosie własnym 100ml • Sałatka z kapusty pekińskiej, papryki i ogórka kiszzonego 130g • Kluski śląskie 200g • Babka ucierana 100g • Kompot jak w zest. Podstawy 250ml 	mięso na wywar marchew pietruszka seler cebula pieczarki śmietana 18% makaron przyprawy pietruszka ziel. szynka wiep. boczek w. cebula mąka śmietana 18% przyprawy kapusta pek. papryka kon. ogórek kisz. olej przyprawy ziemniaki jajka mąka ziemn. babka	40 25 10 5 10 40 20 25 100 20 10 20 20 100 20 40 5 400 15 60 100				
Kolacja:						
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % 15g • Szynka z tłuszczem 40g • Szynka z indyka 40g • Ogórek zielony 30g • Herbata 250ml 	chleb masło szynka szynka ogórek ziel. herbata cukier	100 15 40 40 30 1 20				

Zestaw świąteczny IV – dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Śniadanie:						
<ul style="list-style-type: none"> • Zupa mleczna z kasza jaglana 300ml • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szynka wieprzowa 40g • Szynka z kurczaka 40g • Papryka kon. 30g • Herbata 250ml 	mleko 2% tł. kasza jagl. pieczywo masło szynka szynka papryka kon. herbata cukier	300 25 100 15 40 40 30 1 20				
Obiad:						
<ul style="list-style-type: none"> • Rosół z makaronem 400ml • Kotlet drobiowy panierowany z serem żółtym 80g • Sałatka z pory, ogórka kiszzonego i kukurydzy 130g • Ziemniaki 200g • Keksy 100g • Kompot jak w zes. Podstawy 250ml 	mięso drob. na wywar marchew pietruska seler cebula makaron przyprawy pietruska ziel. filet kur. ser żółty masło jajka mąka bułka tarta olej przyprawy pora ogórek kisz. kukurydza k. olej przyprawy ziemniaki keks	40 40 10 10 10 25 100 10 5 10 20 30 20 100 40 20 300 100				
Kolacja:						
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 100g • Masło 82 % tł. 15g • Szynka wieprzowa 40g • Połędwica z indyka 40g • Ogórek kon. 30g • Herbata 250ml 	chleb masło szynka połędwica pomidor herbata cukier	100 15 40 40 30 1 20				

Zestaw – kolacja wigilijna dieta podstawowa

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Kolacja:						
<ul style="list-style-type: none"> • Barszcz czerwony czysty z uszkami 300ml 	buraki	100				
	marchew	25				
	pietruszka	10				
	seler	55				
	cebula	15				
	mąka	100				
	grzyby susz.	10				
	masło	5				
<ul style="list-style-type: none"> • Ryba panierowana 120g 	jajko	25				
	przyprawy					
	pietruszka ziel.					
	filet rybny	150				
<ul style="list-style-type: none"> • Sałatka jarzynowa 100g 	jajka	10				
	bułka tarta	30				
	mąka	20				
	olej	20				
	marchew	50				
<ul style="list-style-type: none"> • Pierogi z kapustą i grzybami 300g 	pietruszka	20				
	seler	20				
	ziemniaki	150				
	ogórek kisz.	30				
	jabłko	20				
	grozek k.	20				
	jajko	10				
	musztarda	5				
	majonez	20				
	przyprawy					
<ul style="list-style-type: none"> • Pieczywo 50g 	mąka	130				
	jajka	25				
	kapusta kisz.	150				
	grzyby susz.	15				
<ul style="list-style-type: none"> • Kompot z suszu 250ml 	tłuszcz	5				
	pieczywo	50				
<ul style="list-style-type: none"> • Pomarańcza 1 szt. 	susz owoc.	50				
	cukier	20				
	pomarańcz	100				

Zestaw – kolacja wigilijna dieta łatwostrawna

Jadłospis	Produkt	Ilość w g na osobę	Kcal	Białko	Tłuszcze	Węglowodany
Kolacja:						
<ul style="list-style-type: none"> • Barszcz czerwony z grzankami 300ml • Filet z ryby duszony 120g • Marchewka duszona • Ziemniaki 200g • Kompot z suszu 250ml • Pomarańcza 1 szt. 	buraki	100				
	marchew	25				
	pietruszka	10				
	seler	5				
	grzanki	40				
	przyprawy pietruszka ziel.					
	filet rybny	150				
	masło	5				
	przyprawy					
	marchew	150				
	margaryna	10				
	mąka	10				
	przyprawy					
	ziemniaki	300				
	susz owoc.	50				
	cukier	20				
	pomarańcza	100				