

1		2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-01 czwartek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 g (MLE) Pomidor 80 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g (SOJ) Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, MLE, SEL) Filet drobiowy w cieście opiekany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Fasolka szparagowa gotowana z bułką tartą 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Paszтет z soczewicy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 106,3 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 64,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 280,7 suma cukrów prostych [g] 47,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Sól [g] 5,1
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Banan 1 szt Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego -dieta 70 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g (SOJ) Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem-dieta 500 ml (GLU, MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Warzywa w kostce gotowane 200 g (SEL) Sos koperkowy-dieta 80 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 923,9 Białko ogółem [g] 93,3 Tłuszcz [g] 44,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 295 suma cukrów prostych [g] 66,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Sól [g] 5,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g (SOJ) Pomidor 80 g Kakao b/c 250 ml (MLE) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 g (MLE) Sałata zielona 20 g	Wafle ryżowe naturalne 20 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Sos koperkowy 80 g (GLU, MLE) Fasolka szparagowa gotowana z wody 100 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Paszтет z soczewicy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 031,3 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 49,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 295,7 suma cukrów prostych [g] 59,3 Błonnik pokarmowy [g] 42,2 Sól [g] 6,3

2025-05-02 piątek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata owocowa z/c 250 g Miód 1 szt Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Zupa mleczna z ryżem 250 g (MLE) Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino 500 g (MLE, SEL) Kotlet z ryby morszczuk smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajecznicza 100 g (JAJ) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ) Rukola (z olejem) 20 g Pasta z twarożku 40 g (MLE)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 123,8 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 62,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 301,7 suma cukrów prostych [g] 85,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sól [g] 4,1
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Sałata zielona 20 g Herbata owocowa z/c 250 g Zupa mleczna z ryżem 250 g (MLE) Miód 1 szt Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 500 g (GLU, MLE, SEL) Pulpet z ryby morszczuk, podpiekany 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Rukola (z olejem) 20 g Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ) Jajecznicza na parze 100 g (JAJ, MLE) Pasta z twarożku 40 g (MLE)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 222,4 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 59,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 331,9 suma cukrów prostych [g] 85,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Sól [g] 5,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata owocowa b/c 250 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ) Pomidor 80 g	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa solferino 500 g (MLE, SEL) Pulpet z ryby morszczuk, podpiekany 100 g (GLU, JAJ, RYB) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 150 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE)	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 30 g (GLU, MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Rukola (z olejem) 20 g Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ) Jajecznicza 100 g (JAJ) Masło 82% 12,5 g (MLE)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 954,5 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 262,8 suma cukrów prostych [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 Sól [g] 5,4

2025-05-03 sobota	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Sałata zielona 20 g Ser kremowy topiony w trójkącikach ze śmietanką 1 szt (MLE) Pomidor z cebulką 100 g Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Piecarkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Szynka wieprzowa pieczona w sosie własnym 150 g Kasza jęczmienna na sypko 250 g (GLU) Surówka Colesław 100 g Mieszanka królewska gotowana 100 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE) Szynka z liściem, szynka wieprzowa, wędzona parzona z dodaną wodą 40 g (GLU, SOJ)	Mandarynka 110 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 037,3 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 63,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 272,3 suma cukrów prostych [g] 58,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Sól [g] 4,8
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g (SOJ) Pomidor z pietruszką 100 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ziemniaczana - dieta 500 ml (GLU, MLE) Szynka wieprzowa pieczona w sosie własnym-dieta 150 g Kasza jęczmienna na sypko 250 g (GLU) Mieszanka królewska gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Twarożek z pietruszką 70 g (MLE)	Mandarynka 110 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 182 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Węglowodany ogółem [g] 316,7 suma cukrów prostych [g] 52 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 Sól [g] 4,8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Sałata zielona 20 g Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g (SOJ) Pomidor z cebulką 100 g	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g (GLU, JAJ)	Kompot z owoców b/c 250 ml Piecarkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Szynka wieprzowa pieczona w sosie własnym 150 g Kasza gryczana 250 g Surówka Colesław 100 g Mieszanka królewska gotowana 100 g	Kisiel truskawkowy b/c 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE) Papryka świeża 80 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)	Mandarynka 110 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 132 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 286,6 suma cukrów prostych [g] 50,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Sól [g] 4,1

2025-05-04 niedziela	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Indyk w galarecie 40 g Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 30 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml (GLU, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 250 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Marchewka z groszkiem 100 g (GLU, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka meksykańska 100 g Ser topiony plastry 1 szt (MLE) Sałata zielona 20 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g (SOJ)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 172,6 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 73,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 284,7 suma cukrów prostych [g] 55,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Sól [g] 4,6
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 30 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem-diet a 500 ml (GLU, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 250 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Mieszanaka warzywna gotowana 200 g (SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka makaronowa z warzywami -dieta 150 g (GLU) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 243,3 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 65,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 318,9 suma cukrów prostych [g] 57,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 Sól [g] 5,8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE)	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml (GLU, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 250 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej 200 g	Wafle ryżowe naturalne 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka meksykańska 100 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 20 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 336,4 Białko ogółem [g] 106,8 Tłuszcz [g] 85,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Węglowodany ogółem [g] 283,5 suma cukrów prostych [g] 42,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 Sól [g] 6

2025-05-05 poniedziałek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Ser gouda, dojrzewający 40 g (MLE) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250 g (GLU , MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Naleśniki z serem i musem jabłkowym 300 g (GLU , JAJ , MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Rukola 10 g Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB , SEL) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 30 g Ogórek zielony 80 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 238,7 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 57,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 327 suma cukrów prostych [g] 65,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sól [g] 5
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ) Twarożek z pomidorem 70 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Mix sałat 20 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250 g (GLU , MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa szpinakowa z ziemniakami-diet a 500 ml (GLU , MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem 350 g (GLU , JAJ , MLE) Sos jogurtowo-cynamonowy 100 g (GLU , JAJ , MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Rukola 10 g Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB , SEL) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 30 g Pomidor 80 g	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 232,8 Białko ogółem [g] 79,5 Tłuszcz [g] 49,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Węglowodany ogółem [g] 374,9 suma cukrów prostych [g] 84,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 Sól [g] 4,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Ser gouda, dojrzewający 30 g (MLE) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Jabłko 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Naleśniki pełnoziarniste z serem i jabłkiem (opiekane) 300 g (GLU , JAJ , MLE)	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Rukola 10 g Ogórek zielony 80 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 30 g Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB , SEL)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 090,6 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 57,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 300,9 suma cukrów prostych [g] 58,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 Sól [g] 5,1

2025-05-06 wtorek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Roszponka 10 g Pomidor 90 g Pasta z groszku 70 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Grysikowa 500 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka wielowarzywna 100 g Sos pieczarkowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 100 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Chłopski garnek z ziemniakami i kapustą 500 g (GOR)	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 253,3 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 71,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20 Węglowodany ogółem [g] 321,1 suma cukrów prostych [g] 61,4 Błonnik pokarmowy [g] 39,2 Sól [g] 4,3
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Roszponka 10 g Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g (SOJ) Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grysikowa - dieta 500 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z marchwi i jabłka 200 g (MLE) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Mix sałat z pomidorem i olejem 100 g Serek do chleba (śmietankowy) 50 g (MLE)	Mandarynka 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 097,3 Białko ogółem [g] 78,2 Tłuszcz [g] 72,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Węglowodany ogółem [g] 291,4 suma cukrów prostych [g] 53,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 Sól [g] 4,9
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Pomidor 90 g Kakao b/c 250 ml (MLE) Pasta z groszku 70 g Roszponka 10 g	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g (GLU, JAJ)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos pieczarkowy 100 g (GLU, MLE) Surówka wielowarzywna 100 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Chłopski garnek z ziemniakami i kapustą 500 g (GOR)	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 353,1 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 75,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Węglowodany ogółem [g] 328,6 suma cukrów prostych [g] 67,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,5 Sól [g] 4,9

2025-05-07 środa	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 40 g (GLU) Ser mozzarella 30 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ogórkowa z ziemniakami 500 g (MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany 200 g (GLU) Ryż gotowany 250 g Surówka z kapusty, rzodkiewki i ogórka z olejem 100 g Kalafior gotowany 100 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g Serek kremowy topiony 1 szt (MLE)	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 267,5 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 76,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 306,7 suma cukrów prostych [g] 55,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 Sól [g] 4,6
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ziemniaczana - dieta 500 ml (GLU, MLE) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g (GLU) Ryż gotowany 250 g Warzywa w kostce gotowane 200 g (SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g Pomidor z pietruszką 100 g Sałata zielona 10 g	Chleb bułkowy 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Serek do chleba (śmietankowy) 20 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 414,4 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 358,8 suma cukrów prostych [g] 37,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Sól [g] 5,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Wafle suche bez dodatku cukru podpiomyki 20 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa ogórkowa z ziemniakami 500 g (MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany 200 g (GLU) Ryż brązowy, gotowany 250 g Surówka z kapusty, rzodkiewki i ogórka z olejem 100 g Kalafior gotowany 100 g	Kisiel truskawkowy b/c 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Serek do chleba (śmietankowy) 20 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 243,6 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 70,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Węglowodany ogółem [g] 307,1 suma cukrów prostych [g] 37,5 Błonnik pokarmowy [g] 39,8 Sól [g] 5,1

Oznaczenia alergenów:

GLU - Zboża zawierające gluten,
SKR - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzechy ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLEK b/Lak - Mleko i pochodne bez laktozy,