

1		2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-28 czwartek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pomidor z cebulką 100 g Ser gouda, dojrzewający 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z zacierką 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 200 g Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej 200 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 brokułowa 150 g (JAJ, MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 10 g	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 12,7 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 88,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Węglowodany ogółem [g] 256,9 suma cukrów prostych [g] 53,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 4,8
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobniowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z zacierką - dieta 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 200 g Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka ryżowa z wędliną-dieta 150 g (MLE, SEL) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 10 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 139,1 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 54,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 316,6 suma cukrów prostych [g] 61,6 Błonnik pokarmowy [g] 19 Sól [g] 5,8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Pomidor z cebulką 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Sałata zielona 10 g Ser gouda, dojrzewający 50 g (MLE)	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Koperkowa z ryżem brązowym 500 ml (MLE, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 200 g Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej 200 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka brokułowa 150 g (JAJ, MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 10 g	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 173,2 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 90,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Węglowodany ogółem [g] 239,8 suma cukrów prostych [g] 51,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 Sól [g] 4,9

2025-08-29 piątek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Miód 1 szt Herbata owocowa z/c 250 g Zupa mleczna z kaszą jaglaną 220 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Morszczuk pieczony 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Surówka z buraka, marchwi i jabłka 200 g Kalafiorowa z makaronem 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL)		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 Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70 g (JAJ) Szyńka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 40 g (SOJ) Pomidor z cebulką 80 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 092,1 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 61,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 305,6 suma cukrów prostych [g] 99,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Sól [g] 4,6
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Herbata owocowa z/c 250 g Zupa mleczna z kaszą jaglaną 220 g (MLE) Miód 1 szt Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Pomidor 80 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (GLU, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 200 g Kalafiorowa z makaronem-dieta 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Szyńka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 40 g (SOJ) Pomidor 80 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 051 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 50,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Węglowodany ogółem [g] 320,5 suma cukrów prostych [g] 97,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 Sól [g] 6,1

2025-08-29 piątek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 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. 50 g (SOJ) Pomidor 90 g	Jabłko* 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (GLU, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Surówka z buraka, marchwi i jabłka 200 g Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70 g (JAJ) Szyunka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 40 g (SOJ) Pomidor z cebulką 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szyunkowa, kiełbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 20 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 959,6 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 67,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 254 suma cukrów prostych [g] 62,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sól [g] 5,3
2025-08-30 sobota	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) Pasta z kukurydzy 70 g Pomidor 80 g Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 500 ml (GLU, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp. gotowaną 300 g (GLU, JAJ, MLE) Kalafior gotowany 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) Papryka konserwowa 80 g Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 70 g (GLU) Ser topiony plastry 2 szt (MLE) Sałata zielona 20 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 365,7 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 95,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,3 Węglowodany ogółem [g] 275,8 suma cukrów prostych [g] 62,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 Sól [g] 6,3
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta warzywna 70 g (SEL) Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ryżowa 500 ml (GLU, MLE) Makaron z sosem bolognese z łopatką wieprzową (gotowaną)-dieta 300 g (GLU, JAJ) Kalafior gotowany 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g Pomidor 80 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 359 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 75 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Węglowodany ogółem [g] 326,1 suma cukrów prostych [g] 61,1 Błonnik pokarmowy [g] 21 Sól [g] 4,8

2025-08-30 sobota	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta warzywna 70 g (SEL) Kakao b/c 250 ml (MLE) Pomidor 80 g Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g	Wafle ryżowe naturalne 25 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 500 ml (GLU, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp. gotowaną 300 g (GLU, JAJ, MLE) Kalafior gotowany 150 g	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Paszтет drobiowo, drobiowo wieprzowy 70 g (GLU) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g Sałata zielona 20 g	Mandarynka 100 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 025,5 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 70,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 251,7 suma cukrów prostych [g] 50,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Sól [g] 5,7
	Dieta Podstawowa-1	Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 90 g Serek kremowy topiony 2 szt (MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Chleb graham 40 g (GLU) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml (GLU, JAJ, SEL) Kotlet drobiowy panierowany z fileta drobiowego 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Mizeria 100 g (MLE) Surówka Coleslaw 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 jarzynka 150 g Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 40 g Sałata zielona 10 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 159,4 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 80,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 274,5 suma cukrów prostych [g] 53,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Sól [g] 5,1
2025-08-31 niedziela	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) Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem-diet a 500 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Mieszanka królewska z olejem 150 g Sos koperkowy 80 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka jarzynka - dieta 150 g (MLE) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 943,3 Białko ogółem [g] 78,8 Tłuszcz [g] 58,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 280,5 suma cukrów prostych [g] 51,9 Błonnik pokarmowy [g] 23 Sól [g] 5,6

2025-08-31 niedziela	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 90 g Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Surówka Colesław 100 g Mizeria 100 g (MLE)	Kisiel truskawkowy b/c 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka jarzynka 150 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 20 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 916 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 63,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 240,9 suma cukrów prostych [g] 36,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 Sól [g] 6,6
	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Serek wiejski ziarnisty z rzodkiewką 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 50 g (SOJ) Zupa mleczna z płatkami pszennymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Żurek z kielbasą i ziemniakami 500 g (GLU, MLE, GOR) Risotto z ryżem brązowym i warzywami 300 g (MLE) Sos pomidorowy 80 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Sałatka z sałaty lodowej z pomidorem polana oliwą z oliwek 100 g Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 023 Białko ogółem [g] 90,6 Tłuszcz [g] 73,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Węglowodany ogółem [g] 276,2 suma cukrów prostych [g] 56,2 Błonnik pokarmowy [g] 33 Sól [g] 6,7
2025-09-01 poniedziałek	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z płatkami pszennymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ziemniaczana - dieta 500 ml (GLU, MLE) Risotto warzywne - dieta 300 g (MLE) Sos pomidorowy 80 g (GLU, MLE)		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 40 g Sałatka z sałaty lodowej z pomidorem polana oliwą z oliwek 100 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 176,3 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 59,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 351 suma cukrów prostych [g] 55,2 Błonnik pokarmowy [g] 23 Sól [g] 7,1

2025-09-01 poniedziałek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty z rzodkiewką 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Sałata zielona 10 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 50 g (SOJ)	Jabłko 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Żurek z kielbasą i ziemniakami 500 g (GLU, MLE, GOR) Risotto z ryżem brązowym i warzywami 300 g (MLE) Sos pomidorowy 80 g (GLU, MLE)	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 100 g (GLU) Sałatka z sałaty lodowej z pomidorem polana oliwą z oliwek 100 g Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 010,2 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 75,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 249,8 suma cukrów prostych [g] 51 Błonnik pokarmowy [g] 38,4 Sól [g] 7
	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pasta z groszku 70 g Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 50 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 500 g (MLE, SEL) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Surówka z białej rzepy i jabłka 100 g (MLE) Sos pieczeniowy 80 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 40 g (GLU) Kociółek drobiowo warzywny z makaronem pełnoziarnistym 450 g (GLU, JAJ)	Banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 174,4 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 73,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 296,4 suma cukrów prostych [g] 69,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 Sól [g] 4,2
2025-09-02 wtorek	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 50 g (SOJ) Miodowy twarożek pomarańczowy 70 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa szpinakowa z ziemniakami-diet a 500 ml (GLU, MLE) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Cukinia gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kociółek drobiowo-warzwny z makaronem - dieta 450 g (GLU, JAJ)	Banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 314,3 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 350,5 suma cukrów prostych [g] 69,4 Błonnik pokarmowy [g] 26 Sól [g] 4,3

2025-09-02 wtorek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z groszku 70 g Pomidor 80 g Kakao b/c 250 ml (MLE) Sałata zielona 10 g Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 50 g	Wafle ryżowe naturalne 20 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 500 g (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty kiszonej 100 g Surówka z białej rzepy i jabłka 100 g (MLE)	Koktajl jogurtowo malinowy 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Kociółek drobiowo warzywny z makaronem pełnoziarnistym 450 g (GLU, JAJ) Masło 82% 12,5 g (MLE)	Nektarynka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 268,2 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 77 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 300,8 suma cukrów prostych [g] 58,2 Błonnik pokarmowy [g] 41,5 Sól [g] 5,1
	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Paprykarz z ryby morskiczuk 70 g (RYB) Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pomidor z cebulką 100 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Kasza gryczana 200 g Sos pieczarkowy 100 g (GLU, MLE) Surówka wielowarzywna 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g Jajecznicza ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 50 g (GLU, SOJ, SEL)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 036,9 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 61,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 279,7 suma cukrów prostych [g] 58,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 Sól [g] 5,3
2025-09-03 środa	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Paprykarz z ryby morskiczuk-dieta 70 g (RYB) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Mieszanka królewska z olejem 200 g Sos potrawkowy 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Jajecznicza na parze 100 g (JAJ, MLE) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g Pomidor 80 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 157,9 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 73 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 285,2 suma cukrów prostych [g] 54,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Sól [g] 5,4

2025-09-03 środa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Paprykarz z ryby morskiczuk 70 g (RYB) Pomidor z cebulką 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Sałata zielona 10 g Południca z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ)	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Kasza gryczana 200 g Sos pieczarkowy 100 g (GLU, MLE) Surówka wielowarzywna 200 g	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 100 g (GLU) Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g Jajecznica ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 50 g (GLU, SOJ, SEL)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 130,7 Białko ogółem [g] 104,4 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Węglowodany ogółem [g] 286,1 suma cukrów prostych [g] 53,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 Sól [g] 6,2
------------------	--	---	---	---	---------------------------------	--	--------------	---

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,