

1		2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-04 czwartek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Papryka świeża 80 g Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (GLU, MLE, SEL) Schab pieczony 100 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Surówka z marchwii 100 g 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 60 g (GLU) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Ser mozzarella 50 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 50 g (SOJ)	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 966,8 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Węglowodany ogółem [g] 247,2 suma cukrów prostych [g] 56,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Sól [g] 4,7
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pasta twarogowa ze szpinakiem- dieta 70 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 500 g (GLU, MLE, SEL) Schab gotowany 100 g Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Surówka z marchwii 200 g Sos własny 80 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 50 g (SOJ) Serek kanapkowy (śmietankowy) 70 g (MLE) Pomidor 80 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 990,2 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 273,8 suma cukrów prostych [g] 67,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 Sól [g] 5,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE) Papryka świeża 80 g Kakao b/c 250 ml (MLE) Sałata zielona 10 g Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 20 g (GLU, JAJ)	Kompot z owoców b/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Schab pieczony 100 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Surówka z marchwii 100 g Sos pieczeniowy 80 g (GLU)	Jogurt naturalny 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 Pomidor 80 g Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 50 g (SOJ) Ser mozzarella 50 g (MLE)	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 093,7 Białko ogółem [g] 102,9 Tłuszcz [g] 73,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 Węglowodany ogółem [g] 259,3 suma cukrów prostych [g] 60,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,2 Sól [g] 5,6

2025-09-05 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 Dżem brzoskwinowy o obniżonej zawartości cukru 40 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Zupa mleczna z zacierką 250 g (GLU, JAJ, MLE) Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 500 g (MLE, SEL) Morszczuk smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Warzywa po grecku 200 g (GLU, SEL, GOR)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70 g (JAJ) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 40 g Sałatka z sałaty lodowej z ogórkiem i papryką polana oliwą z oliwek 100 g	Mandarynka 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 180,9 Białko ogółem [g] 89,4 Tłuszcz [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 324,2 suma cukrów prostych [g] 85,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Sól [g] 4,2
	Dieta łatwastrawna -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 zacierką 250 g (GLU, JAJ, MLE) Dżem brzoskwinowy o obniżonej zawartości cukru 40 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ryżowa 500 ml (GLU, MLE) Morszczuk pieczony 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 200 g (GLU, SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka z sałaty lodowej z pomidorem polana oliwą z oliwek 100 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 40 g Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 105,1 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 50,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 325,2 suma cukrów prostych [g] 82,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Sól [g] 5,6
	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) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g	Jabłko 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 500 g (MLE, SEL) Morszczuk pieczony 100 g (RYB) Warzywa po grecku 200 g (GLU, SEL, GOR) Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 170 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70 g (JAJ) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 40 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka z sałaty lodowej z ogórkiem i papryką polana oliwą z oliwek 100 g	Mandarynka 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 897,9 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 58,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 62,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 Sól [g] 6

2025-09-06 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) Paszтет z soczewicy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 80 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pieczarkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Sos własny 80 g (GLU) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 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) Sałata zielona 10 g Pomidor z szczypiorkiem 80 g Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Serek kremowy topiony 2 szt (MLE) Ketchup, produkt pasteryzowany 10 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 164,1 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 68,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 299,1 suma cukrów prostych [g] 74,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 5,8
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL) Kakao z/c 250 ml (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ziemniaczana - dieta 500 ml (GLU, MLE) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Sos własny 80 g (GLU) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 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 Południca z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE)	Banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 071,7 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 48 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 329,9 suma cukrów prostych [g] 71,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 Sól [g] 5,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Paszтет z soczewicy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Kakao b/c 250 ml (MLE) Sałata zielona 10 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Papryka świeża 80 g	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Pieczarkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Sos własny 80 g (GLU) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 200 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) Sałata zielona 10 g Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Pomidor z szczypiorkiem 80 g Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE)	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 212,9 Białko ogółem [g] 112 Tłuszcz [g] 65,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 299,6 suma cukrów prostych [g] 62,9 Błonnik pokarmowy [g] 37 Sól [g] 6

2025-09-07 niedziela	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Rzodkiewka 70 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Ser gouda, dojrzewający 40 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 200 g Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Marchewka z groszkiem 100 g (GLU, MLE) Surówka Colesław 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 Południca 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] [kcal] 2 082,5 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 72 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 267,8 suma cukrów prostych [g] 55,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 Sól [g] 5,2
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pasta z twarogu 70 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g Miód 1 szt		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem-diet a 500 ml (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 200 g Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Marchewka gotowana-diet a 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka jarzynka - dieta 150 g (MLE) Południca z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 111,6 Białko ogółem [g] 102,4 Tłuszcz [g] 55,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 306,4 suma cukrów prostych [g] 80 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 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 Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Ser gouda, dojrzewający 40 g (MLE) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g Rzodkiewka 70 g Pomidor 80 g	Wafle ryżowe naturalne 20 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Noga z kurczaka, pieczona 200 g Surówka Colesław 200 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Sałatka jarzynka 150 g Południca z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 075 Białko ogółem [g] 100,7 Tłuszcz [g] 78,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 Węglowodany ogółem [g] 244,1 suma cukrów prostych [g] 54,5 Błonnik pokarmowy [g] 36 Sól [g] 5,1

2025-09-08 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 Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Twarożek z czosnkiem 70 g (MLE) Zupa mleczna z płatkami pszennymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL) Naleśniki z serem polane sosem truskawkowym (opiekane) 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) Sałatka z sałaty zielonej, ogórka i pomidora, polana olejem 100 g Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pasta z makreli z cebulką 70 g (RYB, MLE, GOR)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 2 252,3 Białko ogółem [g] 123,3 Tłuszcz [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 323,7 suma cukrów prostych [g] 84,5 Błonnik pokarmowy [g] 28 Sól [g] 5,5
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Szyńka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 50 g (SOJ) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Sałata zielona 10 g Zupa mleczna z płatkami pszennymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa szpinakowa z ziemniakami-diet a 500 ml (GLU, MLE) Ryż gotowany z jabłkiem - dieta 400 g (MLE) Sos truskawkowy (przecierany) 100 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka z pomidorem, polana olejem 100 g Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 2 231,1 Białko ogółem [g] 70,5 Tłuszcz [g] 58,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Węglowodany ogółem [g] 384,1 suma cukrów prostych [g] 78,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 Sól [g] 6,8
	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 Twarożek z czosnkiem 70 g (MLE) Szyńka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 50 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Nektarynka 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL) Papryka faszerowana ryżem brązowym i warzywami 300 g Brokuł gotowany z olejem 150 g	Jogurt naturalny 2% tł 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka z sałaty zielonej, ogórka i pomidora, polana olejem 100 g Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pasta z makreli z cebulką 70 g (RYB, MLE, GOR)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 2 020,6 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 279,2 suma cukrów prostych [g] 65,6 Błonnik pokarmowy [g] 43,7 Sól [g] 6,1

2025-09-09 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) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 80 g Serek wiejski ziarnisty z rzodkiewką 70 g (MLE) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem brązowym 500 ml (MLE, SEL) Szynka wieprzowa pieczona w sosie własnym 150 g Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Surówka z pora, jabłka i marchwii 100 g (MLE) Fasolka szparagowa gotowana z wody 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 Ogórek kiszony 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)	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 224,8 Białko ogółem [g] 102,4 Tłuszcz [g] 78,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Węglowodany ogółem [g] 270,2 suma cukrów prostych [g] 60,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Sól [g] 7
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem - dieta 500 ml (MLE, SEL) Szynka wieprzowa pieczona w sosie własnym-dieta 150 g Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Surówka z marchwi i jabłka 200 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Połudwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Jajecznicza na parze 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 309,2 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 79,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 Węglowodany ogółem [g] 285,7 suma cukrów prostych [g] 65,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,7 Sól [g] 6,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Papryka świeża 80 g Kakao b/c 250 ml (MLE) Serek wiejski ziarnisty z rzodkiewką 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Jabłko 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Koperkowa z ryżem brązowym 500 ml (MLE, SEL) Szynka wieprzowa pieczona w sosie własnym 150 g Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Fasolka szparagowa gotowana z wody 100 g Surówka z pora, jabłka i marchwii 100 g (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) Sałata zielona 10 g Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 50 g (GLU, SOJ, SEL) Jajecznicza ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Połudwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadłnej 20 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 031,6 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 65,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Węglowodany ogółem [g] 254,1 suma cukrów prostych [g] 50 Błonnik pokarmowy [g] 38,2 Sól [g] 8,2

2025-09-10 środa	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250 g (MLE) Pomidor z pietruszką 100 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 500 ml (GLU, MLE, SEL) Łazanki z kapustą i mięsem gotowanym 300 g (GLU, JAJ, GOR) Mieszanka królewska z olejem 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Leczo z kielbasą 400 g (GOR)	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 554 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 91,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Węglowodany ogółem [g] 339,3 suma cukrów prostych [g] 58,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Sól [g] 5
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor z pietruszką 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250 g (MLE) Pasta z marchwi 70 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ziemniaczana -dieta 500 ml (GLU, MLE) Makaron z kurczakiem i szpinakiem gotowanym -dieta 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mieszanka królewska z olejem 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z pomidorem 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 353,4 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 353,7 suma cukrów prostych [g] 51,1 Błonnik pokarmowy [g] 24 Sól [g] 5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor z pietruszką 100 g Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g	Wafle ryżowe naturalne 20 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 500 ml (GLU, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mieszanka królewska z olejem 150 g	Kisiel pomarańczowy b/c 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Leczo z kielbasą 400 g (GOR)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 930,5 Białko ogółem [g] 81 Tłuszcz [g] 77,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 230,5 suma cukrów prostych [g] 41,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Sól [g] 4,8

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,