

1		2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-07 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) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pomidor 80 g Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL) Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (GLU, MLE, SEL) Filet pieczony z indyka 100 g Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Surówka wielowarzywna 200 g Sos pieczarkowy 100 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Indyk w galarecie 40 g Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 10 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 101,3 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 69,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Węglowodany ogółem [g] 263,1 suma cukrów prostych [g] 58,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 Sól [g] 6
	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) Kakao z/c 250 ml (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 40 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 500 g (GLU, MLE, SEL) Filet pieczony z indyka 100 g Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Sos potrawkowy 100 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) Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 200 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 057,3 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 59,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Węglowodany ogółem [g] 278,9 suma cukrów prostych [g] 59,3 Błonnik pokarmowy [g] 16,7 Sól [g] 5,7
	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 80 g Kakao b/c 250 ml (MLE) Sałata zielona 10 g Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL)	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (GLU, MLE, SEL) Filet pieczony z indyka 100 g Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Sos pieczarkowy 100 g (GLU, MLE) Surówka wielowarzywna 200 g	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) Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadłnej 40 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 50 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Pasta z twarogu 20 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 007,9 Białko ogółem [g] 103,9 Tłuszcz [g] 57,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Węglowodany ogółem [g] 270,1 suma cukrów prostych [g] 49,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Sól [g] 5,9

2025-08-08 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) Dżem truskawkowy (o obniżonej zawartości cukru) 30 g Herbata owocowa z/c 250 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 230 g (GLU, MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE)		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 Zupa jarzynowa z makaronem 500 g (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) Sałatka z sałaty lodowej z ogórkiem i papryką polana oliwą z oliwek 100 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70 g (JAJ) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 097,4 Białko ogółem [g] 85,1 Tłuszcz [g] 64 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 Węglowodany ogółem [g] 299,5 suma cukrów prostych [g] 95,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 Sól [g] 4,9
	Dieta łatwastrawna -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 płatkami jęczmiennymi 230 g (GLU, MLE) Dżem truskawkowy (o obniżonej zawartości cukru) 30 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Pomidor 80 g		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 Zupa szpinakowa z ziemniakami-diet a 500 ml (GLU, MLE)		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 Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 40 g (SOJ)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 100,2 Białko ogółem [g] 82,5 Tłuszcz [g] 54,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Węglowodany ogółem [g] 323,1 suma cukrów prostych [g] 90,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Sól [g] 5,8
	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) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 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 Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU, JAJ, MLE, SEL)	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 40 g (GLU, JAJ)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka z sałaty lodowej z ogórkiem i papryką polana oliwą z oliwek 100 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70 g (JAJ) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 950,2 Białko ogółem [g] 79,7 Tłuszcz [g] 65 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 260,7 suma cukrów prostych [g] 67,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 Sól [g] 5,7

2025-08-09 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) Pasta z kukurydzy 70 g Pomidor 80 g Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 500 g (MLE, SEL) Makaron 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 50 g (GLU) Ser topiony plastry 2 szt (MLE) Sałata zielona 20 g	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 237,3 Białko ogółem [g] 87,2 Tłuszcz [g] 77,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 304,8 suma cukrów prostych [g] 49,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Sól [g] 5,4
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, 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) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Banan (połowa) 1 szt	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 198,4 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 57,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 340,8 suma cukrów prostych [g] 65,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Sól [g] 4,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta warzywna 70 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pomidor 80 g Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Sałata zielona 20 g	Wafle ryżowe naturalne 25 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 500 g (MLE, SEL) gulasz z łopatki wieprzowej- dieta (gotowany) 200 g (GLU, SEL) Kalafior gotowany 150 g Kasza gryczana 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 pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 028,3 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 62 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 274,7 suma cukrów prostych [g] 45,9 Błonnik pokarmowy [g] 37 Sól [g] 5,2

2025-08-10 niedziela	Dieta Podstawowa-1	Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 90 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Twarożek z szczypiorkiem 70 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Chleb graham 40 g (GLU) Zupa mleczna z płatkami pszennymi 230 g (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 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 brokułowa 140 g (JAJ, MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka, wieprzowa, schab, parzony, pieczony 40 g Sałata zielona 10 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 051,2 Białko ogółem [g] 100,7 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 291,6 suma cukrów prostych [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 Sól [g] 4
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor 90 g Zupa mleczna z płatkami pszennymi 230 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem-diet 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) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 40 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 020 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 60,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 307,1 suma cukrów prostych [g] 63 Błonnik pokarmowy [g] 22,6 Sól [g] 6,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 90 g Twarożek z szczypiorkiem 70 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE)	Wafle suche bez dodatku cukru podpiomyki 40 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 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 140 g (JAJ, MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 40 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 907,5 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 58,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 252,8 suma cukrów prostych [g] 63,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 Sól [g] 4,5

2025-08-11 poniedziałek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Serek kremowy topiony 3 szt (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL) 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 130 g Jajecznica ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Szyunkowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g	Mandarynka 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 250,2 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 86 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 Węglowodany ogółem [g] 288,5 suma cukrów prostych [g] 55,6 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 Sól [g] 5,1
	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 40 g Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pomidor 80 g		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) Jajecznica na parze 100 g (JAJ, MLE) Szyunkowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Sałatka z sałaty lodowej z pomidorem polana oliwą z oliwek 130 g	Mandarynka 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 186,4 Białko ogółem [g] 78,7 Tłuszcz [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Węglowodany ogółem [g] 335,5 suma cukrów prostych [g] 52,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 Sól [g] 5,3
	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) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Sałata zielona 10 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 40 g	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL) Risotto warzywne z ryżem brązowym 300 g (MLE) Sos pomidorowy 80 g (GLU, MLE)	Kisiel pomarańczowy b/c 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 100 g (GLU) Sałatka z sałaty lodowej z ogórkiem i papryką polana oliwą z oliwek 130 g Szyunkowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Jajecznica ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE)	Mandarynka 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 277,7 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 73,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Węglowodany ogółem [g] 310,4 suma cukrów prostych [g] 48,3 Błonnik pokarmowy [g] 43,7 Sól [g] 5,7

2025-08-12 wtorek	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 40 g Rzodkiewka 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Surówka z kapusty czerwonej 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 500 g (GLU, JAJ)	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 248,3 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 71,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 317,4 suma cukrów prostych [g] 76,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 Sól [g] 4
	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. 40 g (SOJ) Pasta twarogowa ze szpinakiem-dieta 70 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami-dieta 500 ml (MLE, SEL) 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-warzywny z makaronem - dieta 500 g (GLU, JAJ)	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 314,3 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 350,4 suma cukrów prostych [g] 71,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Sól [g] 4,8
	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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Sałata zielona 10 g Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g	Wafle ryżowe naturalne 20 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (młode) 250 g (MLE) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty czerwonej 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 500 g (GLU, JAJ) Masło 82% 12,5 g (MLE)	Nektarynka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 133,4 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 73,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 284,3 suma cukrów prostych [g] 48 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Sól [g] 4

2025-08-13 środa	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 morskczuk 70 g (RYB) Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Ogórek zielony 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z zacierką 500 ml (GLU, JAJ, 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 40 g (MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 074,8 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 67,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 276 suma cukrów prostych [g] 55,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 4,6
	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 Paprykarz z ryby morskczuk-dieta 70 g (RYB) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z zacierką - dieta 500 ml (GLU, JAJ, 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 Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Pasta z twarogu 70 g (MLE) Pomidor 80 g	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 023,5 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 54,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4 Węglowodany ogółem [g] 294,6 suma cukrów prostych [g] 58 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Sól [g] 4,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Paprykarz z ryby morskczuk 70 g (RYB) Pomidor 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	Wafle suche bez dodatku cukru podpiomyki 20 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Koperkowa z ryżem brązowym 500 ml (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 Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Ser mozzarella 40 g (MLE)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 075,9 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 69,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Węglowodany ogółem [g] 265,9 suma cukrów prostych [g] 60,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 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,