

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-11 sobota	Dieta Podstawowa		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna na sypko 150 g (GLU) Sos pieczarkowy 100 g (GLU, MLE) Sałatka z kapusty czerwonej 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) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Ser kremowy topiony w trójkącikach 3 szt (MLE) Pomidor z cebulką 100 g Sałata zielona 20 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 416,1 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 90,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,2 Węglowodany ogółem [g] 304,1 suma cukrów prostych [g] 74,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 Sód [mg] 972,2
	Dieta Latwostrawna		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami-dieta 500 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna na sypko 150 g (GLU) Cukinia gotowana 200 g Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Pomidor z pietruszką 100 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 274,9 Białko ogółem [g] 85,5 Tłuszcz [g] 77,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 301,4 suma cukrów prostych [g] 59,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,5 Sód [mg] 599,8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jabłko 1 szt		Kompot z owoców b/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Kasza gryczana 150 g Sos pieczarkowy 100 g (GLU, MLE) Sałatka z kapusty czerwonej 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) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Pomidor z cebulką 100 g Sałata zielona 20 g	Gruszka 1 szt

2026-04-12 niedziela	Dieta Podstawowa	Chleb mieszany 60 g (GLU) Chleb graham 40 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE) Szynka juhasa wp. 40 g Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 10 g Grejpfrut (połowa) 130 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 250 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka Colesław 100 g Surówka z marchwi i jabłka-dieta 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 z tuńczykiem i jajkiem 130 g (JAJ) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 251 Białko ogółem [g] 113,2 Tłuszcz [g] 80,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 Węglowodany ogółem [g] 274,2 suma cukrów prostych [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 Sód [mg] 1 177,2
	Dieta Łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Szynka juhasa wp. 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Banan 1 szt		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 250 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z marchwi i jabłka-dieta 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka z tuńczykiem i jajkiem - dieta 130 g (JAJ) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 361,9 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 79,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Węglowodany ogółem [g] 306,7 suma cukrów prostych [g] 82,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 Sód [mg] 807,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE) Szynka juhasa wp. 40 g Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 10 g	Grejpfrut (połowa) 130 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 250 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka Colesław 100 g Surówka z marchwi i jabłka-dieta 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka z tuńczykiem i jajkiem 130 g (JAJ) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 172,4 Białko ogółem [g] 116,3 Tłuszcz [g] 84,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Węglowodany ogółem [g] 239,7 suma cukrów prostych [g] 63,6 Błonnik pokarmowy [g] 35 Sód [mg] 1 691,2

2026-04-13 poniedziałek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Ser gouda z czarnuszką 40 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszonej 500 g (GLU, SEL, GOR) 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 40 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Bogracz 350 g (GLU, GOR) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 280,3 Białko ogółem [g] 111,4 Tłuszcz [g] 84,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,7 Węglowodany ogółem [g] 269 suma cukrów prostych [g] 66,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 Sód [mg] 1 537,6
	Dieta Latwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) mozzarella 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa szpinakowa z ziemniakami-diet a 500 ml (GLU, MLE) Naleśniki z serem i musem jabłkowym (opiekane) 300 g (GLU, JAJ, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 175,9 Białko ogółem [g] 116,2 Tłuszcz [g] 66,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Węglowodany ogółem [g] 282,5 suma cukrów prostych [g] 58,1 Błonnik pokarmowy [g] 17,7 Sód [mg] 1 018,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Ser gouda z czarnuszką 40 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 80 g	Gruszka 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszonej 500 g (GLU, SEL, GOR) Papryka faszerowana ryżem brązowym i warzywami 350 g	Koktajl na kefirze z truskawkami 150 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 80 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Bogracz 350 g (GLU, GOR) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)

2026-04-14 wtorek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z twarogu 70 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Zupa mleczna z płatkami pszennymi 250 g (GLU, MLE) Pomidor 80 g Rukola 7 g Połowa pomarańczy 140 g Miód 1 szt		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 500 ml (GLU, MLE, SEL) Gulasz z łopatki wieprzowej (gotowany) 200 g (GLU) Kasza gryczana 150 g Surówka z ogórków kiszonych z cebulą 100 g Surówka z kalarepy, marchwi i jabłka 100 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Schab zbjonicki 40 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 132,8 Białko ogółem [g] 106,6 Tłuszcz [g] 58,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 324,9 suma cukrów prostych [g] 104,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sód [mg] 1 735,1
	Dieta Łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z twarogu 70 g (MLE) Miód 1 szt Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Rukola 7 g Połowa pomarańczy 140 g Zupa mleczna z płatkami pszennymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami - dieta 500 ml (GLU, MLE, SEL) gulasz z łopatki wieprzowej- dieta (gotowany) 200 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 150 g (GLU) Marchewka mini gotowana 200 g		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) Schab zbjonicki 40 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 10 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 149,4 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 53,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 350,4 suma cukrów prostych [g] 102 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Sód [mg] 628,9
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Pomidor 80 g Rukola 7 g	Połowa pomarańczy 140 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 500 ml (GLU, MLE, SEL) Gulasz z łopatki wieprzowej (gotowany) 200 g (GLU) Kasza gryczana 150 g Surówka z ogórków kiszonych z cebulą 100 g Surówka z kalarepy, marchwi i jabłka 100 g (MLE)	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Schab zbjonicki 40 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 895,2 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 59,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Węglowodany ogółem [g] 243,7 suma cukrów prostych [g] 53,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Sód [mg] 2 136,1

Dieta Podstawowa	<p>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) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 40 g Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Roszponka 6 g Rzodkiewka 80 g</p>	<p>Kompot z owoców z/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL) Gołąbki bez zwińjania 300 g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty włoskiej 200 g (MLE) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE)</p>	<p>Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Galaretka drobiowa z udźca z jajkiem 100 g (JAJ) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Ser kremowy topiony w trójkącikach 1 szt (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 179,2 Białko ogółem [g] 118,8 Tłuszcz [g] 61 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 Węglowodany ogółem [g] 298 suma cukrów prostych [g] 66 Błonnik pokarmowy [g] 42 Sód [mg] 1 024,1</p>		
Dieta Łatwostrawna	<p>Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 40 g Pomidor 80 g Roszponka 6 g</p>	<p>Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 500 ml (GLU, MLE) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Ryż gotowany 130 g Dynia gotowana 200 g Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU)</p>	<p>Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Galaretka drobiowa z udźca z jajkiem-dieta 100 g (JAJ) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE)</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 078,8 Białko ogółem [g] 108,4 Tłuszcz [g] 52,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 297 suma cukrów prostych [g] 63,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Sód [mg] 765,8</p>		
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 40 g Roszponka 6 g Rzodkiewka 80 g</p>	<p>Wafle ryżowe naturalne 40 g</p>	<p>Kompot z owoców b/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL) Gołąbki bez zwińjania 300 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z kapusty włoskiej 150 g (MLE)</p>	<p>Kefir 1,5% 150 g (MLE)</p>	<p>Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Galaretka drobiowa z udźca z jajkiem 100 g (JAJ) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Ser kremowy topiony w trójkącikach 1 szt (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g</p>	<p>Jabłko 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 345,5 Białko ogółem [g] 130,8 Tłuszcz [g] 65,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Węglowodany ogółem [g] 316,4 suma cukrów prostych [g] 57,3 Błonnik pokarmowy [g] 45,6 Sód [mg] 1 542,6</p>

2026-04-16 czwartek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z soczewicy 70 g (SEL) Polędwica sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 50 g (GLU) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250 g (GLU, MLE) Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 10 g	Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (GLU, MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty kiszonej i marchwi 100 g Brokuł gotowany 100 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 70 g (GLU) Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Rukola 8 g Rzodkiewka 80 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 706,4 Białko ogółem [g] 125,8 Tłuszcz [g] 93 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7 Węglowodany ogółem [g] 336,4 suma cukrów prostych [g] 61,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,2 Sód [mg] 1 071,9	
	Dieta Łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250 g (GLU, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 500 g (GLU, MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym-dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 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) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Pomidor 80 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE) Rukola 8 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 524,5 Białko ogółem [g] 115,4 Tłuszcz [g] 82,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,8 Węglowodany ogółem [g] 322,9 suma cukrów prostych [g] 64,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 Sód [mg] 623,8	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g Pasta z soczewicy 70 g (SEL) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 10 g	Gruszka 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g (GLU, MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty kiszonej i marchwi 100 g Brokuł gotowany 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 100 g (GLU) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Rzodkiewka 80 g Rukola 8 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 20 g

2026-04-17 piątek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Roszponka 7 g Pomidor z pietruszką 100 g	Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Morszczuk smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem 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) Jajecznicza ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 2 066,6 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 292,8 suma cukrów prostych [g] 72,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 Sód [mg] 1 306,5
	Dieta Łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Roszponka 7 g Pomidor z pietruszką 100 g Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ)	Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Morszczuk pieczony 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem 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) Jajecznicza na parze 100 g (JAJ, MLE) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 1 962,7 Białko ogółem [g] 92,5 Tłuszcz [g] 51,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 285,7 suma cukrów prostych [g] 68,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Sód [mg] 847,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Roszponka 7 g Pomidor z pietruszką 100 g	Jabłko 1 szt Kompot z owoców b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Morszczuk pieczony 100 g (RYB) Warzywa po grecku 200 g (GLU, SEL, GOR) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE)	Maślanka naturalna 150 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajecznicza ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 2 014 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 55,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Węglowodany ogółem [g] 280,4 suma cukrów prostych [g] 83,9 Błonnik pokarmowy [g] 36 Sód [mg] 1 756,6

2026-04-18 sobota	Dieta Podstawowa	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 udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Ser gouda, dojrzewający 40 g (MLE) Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Piecarkowa z ziemniakami 500 ml (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) Twarożek z szczypiorkiem 70 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 172,6 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Węglowodany ogółem [g] 281,3 suma cukrów prostych [g] 49 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 Sód [mg] 818,6
	Dieta Łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Połudwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami-dieta 500 g (MLE, SEL) Makaron z sosem bolognese z łyżką 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) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 043,5 Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 297,4 suma cukrów prostych [g] 49,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 Sód [mg] 502
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Połudwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 10 g	Mandarynka 100 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Piecarkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp. gotowaną 300 g (GLU, JAJ, MLE) Kalafior gotowany 150 g	Koktajl na kefirze z malinami 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z szczypiorkiem 70 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 919,3 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 66,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 Węglowodany ogółem [g] 231,1 suma cukrów prostych [g] 54,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sód [mg] 1 337,1

2026-04-19 niedziela	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Awanturka 70 g (MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Dżem truskawkowy (o obniżonej zawartości cukru) 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem 500 ml (MLE, SEL) Kotlet drobiowy panierowany z fileta drobiowego 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 100 g (MLE) Surówka z marchwii, ananasa i jabłka 100 g (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 serowa z makaronem 120 g (GLU, JAJ, MLE) Szynkowa dębowa, kiełbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 171,7 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 68 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Węglowodany ogółem [g] 305,5 suma cukrów prostych [g] 75,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Sód [mg] 861,6
	Dieta Latwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Awanturka-dieta 70 g (MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Dżem truskawkowy (o obniżonej zawartości cukru) 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem - dieta 500 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 100 g (MLE) Surówka z marchwii, ananasa i jabłka 100 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka makaronowa z warzywami - dieta 130 g (GLU, JAJ) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Sałata zielona 10 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 032,1 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 46,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 Węglowodany ogółem [g] 321,7 suma cukrów prostych [g] 75 Błonnik pokarmowy [g] 22,9 Sód [mg] 285,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Awanturka 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Grejpfrut (połowa) 130 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 500 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 200 g (MLE)	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka serowa z makaronem 120 g (GLU, JAJ, MLE) Szynkowa dębowa, kiełbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 866,9 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 59,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 236,9 suma cukrów prostych [g] 51,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 Sód [mg] 1 186,6

2026-04-20 poniedziałek	Dieta Podstawowa	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 twarogu, ogórka i czosnku 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Risotto z ryżem brązowym i warzywami 300 g (MLE) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, papryki 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) Pasta z wędzonej ryby z jajkiem, ogórkiem kiszonym i cebulką 70 g (JAJ, RYB) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w ostonce niejadł 40 g (GLU, SOJ, SEL) Rukola 8 g Papryka świeża 80 g	Babka ucierana z kakao 80 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 530,5 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 93,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 331,1 suma cukrów prostych [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 42,9 Sód [mg] 1 378
	Dieta Łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ziemniaczana - dieta 500 ml (GLU, MLE) Risotto warzywne - dieta 300 g (MLE) Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU) Dyńa gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z morskiczka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 8 g Pomidor 80 g	Babka ucierana z kakao 80 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 429,1 Białko ogółem [g] 78,9 Tłuszcz [g] 72,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 Węglowodany ogółem [g] 374,6 suma cukrów prostych [g] 64,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,7 Sód [mg] 365,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu, ogórka i czosnku 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Jabłko 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Risotto z ryżem brązowym i warzywami 300 g (MLE) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, papryki 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) Pasta z wędzonej ryby z jajkiem, ogórkiem kiszonym i cebulką 70 g (JAJ, RYB) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Papryka świeża 80 g Rukola 8 g	Pomarańcza 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 416,9 Białko ogółem [g] 103,6 Tłuszcz [g] 82 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 Węglowodany ogółem [g] 327,2 suma cukrów prostych [g] 76,4 Błonnik pokarmowy [g] 51,8 Sód [mg] 1 882

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,