

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-21 czwartek	Dieta Podstawowa		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ) Gulasz z kurczaka gotowany 200 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g ( <b>MLE</b> ) Surówka wielowarzywna 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Serek wiejski ziarnisty 200 g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat z ogórkiem, rzodkiewką, pomidorem i olejem 110 g	Jabłko 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 113,5 <b>Białko ogółem</b> [g] 118,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 60,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 26 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 277,4 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 67,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 27,7 <b>Sód</b> [mg] 1 933,9
	Dieta Łatwostrawna		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem-diet a 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g ( <b>MLE</b> ) Cukinia gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Serek wiejski ziarnisty 200 g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat z pomidorem i olejem 110 g	Jabłko 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 203,3 <b>Białko ogółem</b> [g] 119,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 60,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 25,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 300,4 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 65,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 21,4 <b>Sód</b> [mg] 1 335,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Gruszka 1 szt		Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ) Gulasz z kurczaka gotowany 200 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g ( <b>MLE</b> ) Surówka wielowarzywna 200 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g ( <b>MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Serek wiejski ziarnisty 200 g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat z ogórkiem, rzodkiewką i pomidorem 110 g	Jabłko 1 szt

2026-05-22 piątek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g ( <b>MLE</b> ) Dżem brzoskwinowy o obniżonej zawartości cukru 40 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g ( <b>SOJ</b> ) Roszponka 8 g Pomidor 80 g Połowa pomarańczy 120 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z makaronem zacierka 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ) Morszczuk smażony 100 g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SOJ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wędzonej ryby z jajkiem, ogórkiem kiszonym i cebulką 70 g ( <b>JAJ, RYB</b> ) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Rukola 7 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 329,4 <b>Białko ogółem</b> [g] 103 <b>Tłuszcz</b> [g] 83,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 27,8 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 295,6 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 71,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 28,5 <b>Sód</b> [mg] 1 844,9
	Dieta Łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g ( <b>MLE</b> ) Dżem brzoskwinowy o obniżonej zawartości cukru 40 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Roszponka 8 g Połowa pomarańczy 120 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z makaronem zacierka- dieta 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ) Morszczuk pieczony 100 g ( <b>RYB</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g ( <b>MLE</b> ) Warzywa po grecku- dieta 200 g ( <b>GLU, SEL</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g Rukola 7 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 072,6 <b>Białko ogółem</b> [g] 101,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 52,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 23,2 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 304,4 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 78,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 24,8 <b>Sód</b> [mg] 582,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kakao b/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g ( <b>MLE</b> ) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Roszponka 8 g	Połowa pomarańczy 120 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Morszczuk pieczony 100 g ( <b>RYB</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi 200 g Ziemniaki z koperkiem 250 g ( <b>MLE</b> )	Maślanka naturalna 150 g ( <b>MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wędzonej ryby z jajkiem, ogórkiem kiszonym i cebulką 70 g ( <b>JAJ, RYB</b> ) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Rukola 7 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 084,4 <b>Białko ogółem</b> [g] 105,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 79 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 28,5 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 240,5 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 58,7 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 31,6 <b>Sód</b> [mg] 2 242,3

2026-05-23 sobota	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Parówki z piersi kurczaka 82 g ( <b>MLE</b> ) Serek kremowy topiony 2 szt ( <b>MLE</b> ) Roszponka 10 g Papryka świeża 80 g Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 500 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g ( <b>MLE</b> ) Sos własny 80 g ( <b>GLU</b> ) Surówka Colesław 100 g Mieszanka królewska gotowana 100 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z soczewicy 70 g ( <b>SEL</b> ) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor z cebulką 100 g Sałata zielona 20 g	Rogal drożdżowy 1 szt ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 580 <b>Białko ogółem</b> [g] 102,9 <b>Tłuszcz</b> [g] 87,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 38 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 342,9 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 69,4 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 33,3 <b>Sód</b> [mg] 1 072,6
	Dieta Łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Parówki z piersi kurczaka 82 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g ( <b>SOJ</b> ) Roszponka 10 g Pomidorki koktajlowe 100 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ryżowa 500 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g ( <b>MLE</b> ) Sos własny 80 g ( <b>GLU</b> ) Mieszanka królewska gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z marchwi 70 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor z pietruszką 100 g Sałata zielona 20 g	Rogal drożdżowy 1 szt ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 386,5 <b>Białko ogółem</b> [g] 94,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 72,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 30,7 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 335 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 64,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 19,9 <b>Sód</b> [mg] 433,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Parówki z piersi kurczaka 82 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g ( <b>SOJ</b> ) Papryka świeża 80 g Roszponka 10 g	Mandarynka 120 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 500 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g ( <b>MLE</b> ) Sos własny 80 g ( <b>GLU</b> ) Surówka Colesław 100 g Mieszanka królewska gotowana 100 g	Kefir 1,5% 150 g ( <b>MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z soczewicy 70 g ( <b>SEL</b> ) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor z cebulką 100 g Sałata zielona 20 g	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Margaryna 60% 5 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Pierś gotowana z indyka (Bianka) 20 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 269,8 <b>Białko ogółem</b> [g] 112,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 65,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 25,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 315 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 50,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 41,7 <b>Sód</b> [mg] 1 771,6

2026-05-24 niedziela	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 40 g Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem 70 g ( <b>RYB, MLE</b> ) Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g ( <b>MLE</b> ) Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z kapusty włoskiej 100 g ( <b>MLE</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka meksykańska 150 g Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Sałata zielona 10 g	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 233,8 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 66,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 304,7 suma cukrów prostych [g] 56,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Sód [mg] 1 085,1
	Dieta Łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem-dieta 70 g ( <b>RYB, MLE</b> ) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 40 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem-dieta 500 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g ( <b>MLE</b> ) Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 200 g ( <b>MLE</b> ) Sos pietruszkowy 60 g ( <b>GLU, MLE</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka ryżowa z wędliną-dieta 150 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Sałata zielona 10 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 078,7 Białko ogółem [g] 109,7 Tłuszcz [g] 41 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Węglowodany ogółem [g] 318,4 suma cukrów prostych [g] 63 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 Sód [mg] 470,8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kakao b/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem 70 g ( <b>RYB, MLE</b> ) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 40 g Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g	Jabłko 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 500 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g ( <b>MLE</b> ) Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z kapusty włoskiej 100 g ( <b>MLE</b> )	Koktajl na kefirze z truskawkami 150 g ( <b>MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka meksykańska 150 g Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Sałata zielona 10 g	Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 940,3 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 51,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 268,5 suma cukrów prostych [g] 64,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 Sód [mg] 1 488,2

2026-05-25 poniedziałek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) mozzarella 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 500 ml ( <b>GLU</b> ) Pierogi ruskie (gotowane) 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Surówka z marchwii, ananasa i jabłka 200 g ( <b>MLE</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g ( <b>SEL</b> ) Ser gouda z czarnuszką 40 g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat z ziołami i olejem 25 g Ogórek zielony 80 g	Sok wielowarzywny 1 szt ( <b>SEL</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 331,3 <b>Białko ogółem</b> [g] 103 <b>Tłuszcz</b> [g] 64,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 33,2 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 341,5 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 70,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 37,2 <b>Sód</b> [mg] 841,6
	Dieta Łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) mozzarella 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Pomidor z pietruszką 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 500 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pierogi z twarogiem (gotowane) 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Surówka z marchwii, ananasa i jabłka 200 g ( <b>MLE</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g ( <b>SEL</b> ) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 40 g Mix sałat z ziołami i olejem 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Sok wielowarzywny 1 szt ( <b>SEL</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 325,4 <b>Białko ogółem</b> [g] 99,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 63,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 31,4 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 341,3 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 83,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 25 <b>Sód</b> [mg] 500,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) mozzarella 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Rzodkiewka 100 g	Wafle ryżowe naturalne 30 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 500 ml ( <b>GLU</b> ) Pierogi żytnie (gotowane) 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Surówka z marchwii i jabłka-dieta 200 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g ( <b>SEL</b> ) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 40 g Ogórek zielony 80 g Mix sałat z ziołami i olejem 25 g	Sok wielowarzywny 1 szt ( <b>SEL</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 413,8 <b>Białko ogółem</b> [g] 104,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 66,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 30,5 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 356 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 65,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 46,5 <b>Sód</b> [mg] 1 370,5

2026-05-26 wtorek	Dieta Podstawowa	<p>Chleb graham 40 g (<b>GLU</b>)                  Chleb mieszany 60 g (<b>GLU</b>)                  Masło 82% 12,5 g (<b>MLE</b>)                  Herbata owocowa z/c 250 g                  Twarożek z szczypiorkiem 70 g (<b>MLE</b>)                  Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Roszponka 8 g                  Papryka świeża 80 g                  Zupa mleczna z zacierką 250 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)</p>		<p>Kompot z owoców z/c 250 ml                  Krupnik jęczmienny 500 g (<b>GLU, MLE, SEL</b>)                  Noga z kurczaka, pieczona 250 g                  Ziemniaki z koperkiem 250 g (<b>MLE</b>)                  Sałata lodowa z rzodkiewką, ogórkiem, pomidorem, szczypiorkiem i jogurtem naturalnym 150 g (<b>MLE</b>)</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g                  Chleb graham 40 g (<b>GLU</b>)                  Chleb mieszany 60 g (<b>GLU</b>)                  Masło 82% 12,5 g (<b>MLE</b>)                  Jajko gotowane na twardo 2 szt (<b>JAJ</b>)                  Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g                  Ogórek kiszony 80 g                  Sałata zielona 10 g</p>	<p>Jogurt naturalny z płatkami owsianymi i bananem 250 g (<b>GLU, MLE</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna</b>[kcal] [kcal] 2 374,3  <b>Białko ogółem</b> [g] 125,8  <b>Tłuszcz</b> [g] 76,1  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 31,1  <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 299,9  <b>suma cukrów prostych</b> [g] 61,8  <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 26,5  <b>Sód</b> [mg] 1 602,5</p>
	Dieta Łatwostrawna	<p>Chleb bułkowy 100 g (<b>GLU</b>)                  Masło 82% 12,5 g (<b>MLE</b>)                  Herbata owocowa z/c 250 g                  Twarożek z pietruszką 70 g (<b>MLE</b>)                  Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Roszponka 8 g                  Pomidor 80 g                  Zupa mleczna z zacierką 250 g (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)</p>		<p>Kompot z owoców z/c 250 ml                  Krupnik jęczmienny-dieta 500 g (<b>GLU, MLE, SEL</b>)                  Noga z kurczaka, gotowana 200 g                  Ziemniaki z koperkiem 250 g (<b>MLE</b>)                  Sałata lodowa z pomidorem, pietruszką i jogurtem naturalnym 150 g (<b>MLE</b>)</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g                  Chleb bułkowy 100 g (<b>GLU</b>)                  Masło 82% 12,5 g (<b>MLE</b>)                  Jajko gotowane na twardo 2 szt (<b>JAJ</b>)                  Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (<b>SOJ</b>)                  Sałata zielona 10 g                  Pomidor z pietruszką 80 g</p>	<p>Jogurt naturalny z płatkami owsianymi i bananem 250 g (<b>GLU, MLE</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna</b>[kcal] [kcal] 2 331  <b>Białko ogółem</b> [g] 118,7  <b>Tłuszcz</b> [g] 68,6  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 28,5  <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 313,9  <b>suma cukrów prostych</b> [g] 60,3  <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 22  <b>Sód</b> [mg] 680,5</p>
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Chleb graham 100 g (<b>GLU</b>)                  Masło 82% 12,5 g (<b>MLE</b>)                  Herbata owocowa b/c 250 g                  Twarożek z szczypiorkiem 70 g (<b>MLE</b>)                  Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)                  Papryka świeża 80 g                  Roszponka 8 g</p>	<p>Gruszka 1 szt</p>	<p>Kompot z owoców b/c 250 ml                  Krupnik jęczmienny 500 g (<b>GLU, MLE, SEL</b>)                  Noga z kurczaka, pieczona 250 g                  Ziemniaki z koperkiem 250 g (<b>MLE</b>)                  Sałata lodowa z rzodkiewką, ogórkiem, pomidorem, szczypiorkiem i jogurtem naturalnym 150 g (<b>MLE</b>)</p>	<p>Kefir 1,5% 150 g (<b>MLE</b>)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g                  Chleb graham 100 g (<b>GLU</b>)                  Masło 82% 12,5 g (<b>MLE</b>)                  Jajko gotowane na twardo 2 szt (<b>JAJ</b>)                  Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (<b>SOJ</b>)                  Ogórek kiszony 80 g                  Sałata zielona 10 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<b>MLE</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna</b>[kcal] [kcal] 2 048,7  <b>Białko ogółem</b> [g] 109,1  <b>Tłuszcz</b> [g] 76,6  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 33,7  <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 231,1  <b>suma cukrów prostych</b> [g] 43,5  <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 28,4  <b>Sód</b> [mg] 1 871,3</p>

2026-05-27 środa	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu, ogórka i czosnku 70 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor z szczypiorkiem 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa z czerwoną soczewicą, ciecierzycą i ziemniakami 500 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Mieszanka królewska gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Sałatka brokułowa 150 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Schab zbojnicki gotowanym 50 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 159,4 Białko ogółem [g] 121,5 Tłuszcz [g] 67,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 269,7 suma cukrów prostych [g] 48,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sód [mg] 726,2
	Dieta Łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu 70 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 100 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 500 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Makaron z kurczakiem i szpinakiem gotowanym - dieta 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Mieszanka królewska gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Sałatka makaronowa z warzywami - dieta 150 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 286,1 Białko ogółem [g] 117,7 Tłuszcz [g] 56,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 Węglowodany ogółem [g] 338,6 suma cukrów prostych [g] 46,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sód [mg] 429
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kakao b/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu, ogórka i czosnku 70 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor z szczypiorkiem 80 g Sałata zielona 20 g	Jabłko 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa z czerwoną soczewicą, ciecierzycą i ziemniakami 500 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Mieszanka królewska gotowana 200 g	Sałatka z fetą, rukolą, pomidorem, słonecznikiem i olejem 150 g ( <b>MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Sałatka brokułowa 150 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 353,2 Białko ogółem [g] 127,5 Tłuszcz [g] 81,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 279,9 suma cukrów prostych [g] 55,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 Sód [mg] 1 280,3

2026-05-28 czwartek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z groszku 70 g Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> )		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami 500 ml ( <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym 200 g ( <b>GLU</b> ) Kasza gryczana 150 g Surówka z kapusty czerwonej 100 g Marchewka mini gotowana 100 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Indyk w galarecie 50 g Ser wędzony 40 g ( <b>JAJ</b> , <b>MLE</b> ) Rukola 10 g Ogórek zielony 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 104,9 <b>Białko ogółem</b> [g] 118,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 61,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 26,8 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 276,7 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 58,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 36,1 <b>Sód</b> [mg] 1 085,4
	Dieta Łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Herbata owocowa z/c 250 g Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> )		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami-dieta 500 ml ( <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym-dieta 200 g ( <b>GLU</b> ) Kasza jęczmienna na sypko 150 g ( <b>GLU</b> ) Marchewka mini gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Indyk w galarecie 50 g Szynekowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Rukola 10 g Pomidor z pietruszką 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 066,7 <b>Białko ogółem</b> [g] 107,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 59,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 28,4 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 280,7 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 54,7 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 28 <b>Sód</b> [mg] 742
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Herbata owocowa b/c 250 g Pasta z groszku 70 g Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g	Mandarynka 140 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami 500 ml ( <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym 200 g ( <b>GLU</b> ) Kasza gryczana 150 g Surówka z kapusty czerwonej 200 g	Maślanka naturalna 150 g ( <b>MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Indyk w galarecie 50 g Ser wędzony 40 g ( <b>JAJ</b> , <b>MLE</b> ) Ogórek zielony 80 g Rukola 10 g Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> )	Gruszka 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 016,6 <b>Białko ogółem</b> [g] 107,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 63,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 27,8 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 260,5 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 61,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 39,3 <b>Sód</b> [mg] 1 293,6

2026-05-29 piątek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g ( <b>MLE</b> ) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Roszponka 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grycikowa 500 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Morszczuk w sosie koperkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, MLE</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z białej kapusty 100 g Fasolka szparagowa gotowana z wody 100 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Jajecznica 100 g ( <b>JAJ</b> ) Połudwica sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 40 g ( <b>GLU</b> ) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 80 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 128 <b>Białko ogółem</b> [g] 107,3 <b>Tłuszcz</b> [g] 64,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 22,8 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 284,9 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 57,4 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 35,2 <b>Sód</b> [mg] 1 300,8
	Dieta Łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g ( <b>MLE</b> ) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Roszponka 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grycikowa - dieta 500 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Morszczuk w sosie koperkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, MLE</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g ( <b>MLE</b> ) Dyńa gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Jajecznica na parze 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Połudwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 039,9 <b>Białko ogółem</b> [g] 98,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 55,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 22,9 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 290,1 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 57,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 20,4 <b>Sód</b> [mg] 695,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g ( <b>MLE</b> ) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Roszponka 10 g	Koktajl na kefirze z truskawkami 150 g ( <b>MLE</b> )	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ) Morszczuk w sosie koperkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, MLE</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z białej kapusty 100 g Fasolka szparagowa gotowana z wody 100 g	Jabłko 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Jajecznica 100 g ( <b>JAJ</b> ) Połudwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 073,9 <b>Białko ogółem</b> [g] 107,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 65,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 24,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 266,3 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 59,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 41,5 <b>Sód</b> [mg] 1 862,3

2026-05-30 sobota	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Pasta warzywna 70 g ( <b>SEL</b> ) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1 szt		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Brokuł gotowany 100 g Sos pieczarkowy 80 g ( <b>GLU, MLE</b> )		Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Szyńka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadal 50 g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ) Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt ( <b>MLE</b> ) Sałata lodowa z pomidorem, papryką i kukurydzą 120 g ( <b>GOR</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 160,5 Białko ogółem [g] 85,4 Tłuszcz [g] 78 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 Węglowodany ogółem [g] 283,7 suma cukrów prostych [g] 76,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 Sód [mg] 1 432,8
	Dieta Latwostrawna	Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Pasta warzywna - dieta 70 g ( <b>SEL</b> ) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1 szt		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g ( <b>MLE</b> ) Marchewka gotowana 200 g Sos koperkowy-dieta 80 g ( <b>GLU, MLE</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Połudwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt ( <b>MLE</b> ) Sałata lodowa z pomidorkami i koperkiem 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 242 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 304,5 suma cukrów prostych [g] 78,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Sód [mg] 528,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kakao b/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Pasta warzywna 70 g ( <b>SEL</b> ) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Gruszka 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem 250 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Brokuł gotowany 100 g Sos pieczarkowy 80 g ( <b>GLU, MLE</b> )	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g ( <b>MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Szyńka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadal 50 g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ) Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt ( <b>MLE</b> ) Sałata lodowa z pomidorem, papryką i kukurydzą 120 g ( <b>GOR</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 209,5 Białko ogółem [g] 91,6 Tłuszcz [g] 80,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2 Węglowodany ogółem [g] 282,1 suma cukrów prostych [g] 73,7 Błonnik pokarmowy [g] 35 Sód [mg] 2 038,6

## **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,