

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-01 środa	PODSTAWA - SZP	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 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 10 g Ogórek zielony 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany 200 g (GLU) Kasza gryczana 150 g Surówka wielowarzywna 150 g		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Szynka juhasa wp. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 80 g (GLU) Serek wiejski zmiasty 200 g (MLE) Masło 82% 10 g (MLE) Pomidor 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 261,5 Białko ogółem [g] 130,5 Tłuszcz [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Węglowodany ogółem [g] 277 suma cukrów prostych [g] 59,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 Sód [mg] 2 221,1
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g (GLU) Kasza jęczmienna na sypko 150 g (GLU) Marchewka mini gotowana 150 g		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka juhasa wp. 40 g Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb bułkowy 80 g (GLU) Serek wiejski zmiasty 200 g (MLE) Masło 82% 10 g (MLE) Pomidor 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 261,2 Białko ogółem [g] 122,8 Tłuszcz [g] 65,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 Węglowodany ogółem [g] 300,6 suma cukrów prostych [g] 59,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 Sód [mg] 1 368,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 10 g	Grejpfrut (połowa) 120 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g (GLU) Kasza gryczana 150 g Surówka wielowarzywna 150 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Szynka juhasa wp. 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 075,3 Białko ogółem [g] 124,1 Tłuszcz [g] 65,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 248,9 suma cukrów prostych [g] 53,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 Sód [mg] 1 912
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g (GLU) Kasza jęczmienna na sypko 150 g (GLU) Marchewka mini gotowana 150 g		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Szynka juhasa wp. 40 g Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb bułkowy 80 g (GLU) Serek wiejski zmiasty 200 g (MLE) Margaryna 60% 10 g (MLE) Pomidor b/skórki 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 217,4 Białko ogółem [g] 122,5 Tłuszcz [g] 60,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5 Węglowodany ogółem [g] 300,5 suma cukrów prostych [g] 59 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 Sód [mg] 1 392,6

2026-04-02 czwartek	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Herbata owocowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor z szczypiorkiem 80 g Zupa mleczna z kaszą jaglaną 200 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszzonej 400 g (GLU, SEL, GOR) Filet z kurczaka w sosie koperkowym 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z marchwi i jabłka-dieta 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) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 363,4 Białko ogółem [g] 112,9 Tłuszcz [g] 77,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Węglowodany ogółem [g] 305,2 suma cukrów prostych [g] 46,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Sód [mg] 1 306,5
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Herbata owocowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Zupa mleczna z kaszą jaglaną 200 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Filet z kurczaka w sosie koperkowym 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z marchwi i jabłka-dieta 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 355,7 Białko ogółem [g] 110,1 Tłuszcz [g] 65,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 337,5 suma cukrów prostych [g] 48,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 Sód [mg] 428,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Herbata owocowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Pomidor z szczypiorkiem 80 g Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe naturalne 30 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszzonej 400 g (GLU, SEL, GOR) Filet z kurczaka w sosie koperkowym 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z marchwi i jabłka-dieta 150 g	Koktajl na kefirze z truskawkami 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 094 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 260,7 suma cukrów prostych [g] 29,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Sód [mg] 1 484,8
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Herbata owocowa z/c 250 g Margaryna 60% 15 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Zupa mleczna z kaszą jaglaną 200 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Filet z kurczaka w sosie koperkowym 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z marchwi i jabłka-dieta 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 10 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 311,8 Białko ogółem [g] 109,8 Tłuszcz [g] 60,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5 Węglowodany ogółem [g] 337,4 suma cukrów prostych [g] 48,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 Sód [mg] 452,4

2026-04-03 piątek	PODSTAWA - SZP	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) mozzarella 60 g (MLE) Rozponka 6 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE) Makaron pełnoziarnisty z warzywami 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU) Surówka z kapusty włoskiej 150 g (MLE)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Sałata zielona 10 g Rzodkiewka 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 226,6 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 78,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 Węglowodany ogółem [g] 290,3 suma cukrów prostych [g] 81,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 Sód [mg] 963
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	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) mozzarella 60 g (MLE) Rozponka 6 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Makaron z warzywami - dieta 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwii, ananasa i jabłka 150 g (MLE) Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 373,2 Białko ogółem [g] 93,2 Tłuszcz [g] 72,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Węglowodany ogółem [g] 348,5 suma cukrów prostych [g] 89,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Sód [mg] 619,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	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) mozzarella 60 g (MLE) Pomidor 80 g Rozponka 6 g	Jabłko 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE) Makaron pełnoziarnisty z warzywami 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU) Surówka z kapusty włoskiej 150 g (MLE)	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Sałata zielona 10 g Rzodkiewka 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Ser gouda, dojrzewający 20 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 271,6 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 84,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,4 Węglowodany ogółem [g] 275,4 suma cukrów prostych [g] 59,4 Błonnik pokarmowy [g] 42,7 Sód [mg] 1 685,9
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) mozzarella 60 g (MLE) Rozponka 6 g Pomidor b/skórki 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Makaron z warzywami - dieta 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwii, ananasa i jabłka 150 g (MLE) Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 349,6 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 348,4 suma cukrów prostych [g] 89,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 Sód [mg] 637,7

2026-04-04 sobota	PODSTAWA - SZP	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 soczewicy 70 g (SEL) Serek wiejski ziamisty 100 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Rukola 8 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Morszczuk smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 150 g (GLU, SEL)		Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata z cytryną z/c 250 g Twarożek z szczypiorkiem 70 g (MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 40 g (MLE) Pomidor z cebulką 80 g Sałata zielona 20 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 534,1 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 89 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,3 Węglowodany ogółem [g] 329,7 suma cukrów prostych [g] 70,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Sód [mg] 1 856
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL) Serek wiejski ziamisty 100 g (MLE) Rukola 8 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (GLU, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 150 g (GLU, SEL)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 40 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 100 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 352,3 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 81 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,4 Węglowodany ogółem [g] 304,2 suma cukrów prostych [g] 70,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Sód [mg] 968,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z soczewicy 70 g (SEL) Serek wiejski ziamisty 100 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Rukola 8 g	Półowa pomarańczy 140 g	Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (GLU, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 150 g (GLU, SEL)	Jogurt naturalny z płatkami owsianymi i musem malinowym 200 g (GLU, MLE)	Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z szczypiorkiem 70 g (MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 40 g (MLE) Pomidor z cebulką 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 25 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 361,6 Białko ogółem [g] 107,1 Tłuszcz [g] 77,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Węglowodany ogółem [g] 316,8 suma cukrów prostych [g] 61,4 Błonnik pokarmowy [g] 44,4 Sód [mg] 2 545,4
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL) Serek wiejski ziamisty 100 g (MLE) Rukola 8 g Pomidor b/skórki 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (GLU, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 150 g (GLU, SEL)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 40 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 100 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 286,5 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 73,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Węglowodany ogółem [g] 304 suma cukrów prostych [g] 70,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Sód [mg] 987,2

2026-04-05 niedziela	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Schab zbojnicki 40 g Kielbasa podhalańska 30 g (GOR) Salata zielona 10 g Pomidor 80 g Chrzan tarty 20 g (MLE, S02) Babka piaskowa 60 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Żurek z jajkiem i ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, GOR) Noga z kurczaka, pieczona 250 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Salatka z białej kapusty 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) Salatka jarzynka 100 g Piers gotowana z indyka (Bianka) 40 g Salata zielona 10 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 312,5 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 99,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Węglowodany ogółem [g] 252,8 suma cukrów prostych [g] 51,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Sód [mg] 976,5
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Schab zbojnicki 40 g Kielbasa podhalańska 30 g (GOR) Pomidor 80 g Salata zielona 10 g Babka piaskowa 60 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa szpinakowa z jajkiem i ziemniakami-dieta 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Noga z kurczaka, pieczona 250 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Salatka jarzynka - dieta 100 g (MLE) Piers gotowana z indyka (Bianka) 40 g Salata zielona 10 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 184,6 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 75,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Węglowodany ogółem [g] 279,2 suma cukrów prostych [g] 50,1 Błonnik pokarmowy [g] 24 Sód [mg] 553,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Schab zbojnicki 40 g Kielbasa podhalańska 30 g (GOR) Chrzan tarty 20 g (MLE, S02) Salata zielona 10 g Pomidor 80 g	Gruszka 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Żurek z jajkiem i ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, GOR) Noga z kurczaka, pieczona 250 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Salatka z białej kapusty b/c 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) Salatka jarzynka 100 g Piers gotowana z indyka (Bianka) 40 g Salata zielona 10 g Pomidor 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Salata zielona 10 g Polędwica sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 514,2 Białko ogółem [g] 117,3 Tłuszcz [g] 106,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Węglowodany ogółem [g] 273,1 suma cukrów prostych [g] 53,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,3 Sód [mg] 1 701
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Schab zbojnicki 40 g Kielbasa podhalańska 30 g (GOR) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 10 g Babka piaskowa 60 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa szpinakowa z jajkiem i ziemniakami-dieta 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Noga z kurczaka, pieczona 250 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Salatka jarzynka - dieta 100 g (MLE) Piers gotowana z indyka (Bianka) 40 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 161 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 72,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8 Węglowodany ogółem [g] 279,1 suma cukrów prostych [g] 49,9 Błonnik pokarmowy [g] 24 Sód [mg] 571,4

2026-04-06 poniedziałek	PODSTAWA - SZP	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) Szynek z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE, SEL) Kotlet schabowy smażony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Salata lodowa z jogurtem naturalnym 150 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) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Salatka ryżowa z wędliną 100 g (MLE) Salata zielona 10 g Papryka świeża 80 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 075,5 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 288,9 suma cukrów prostych [g] 66,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Sód [mg] 887,4
	LATWOSTRAWNA -SZP	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) Szynek z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (MLE, SEL) Schab pieczony - dieta 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Salata lodowa z jogurtem naturalnym 150 g (MLE) Sos własny 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Salatka ryżowa z wędliną-dieta 100 g (MLE, SEL) Pomidor 80 g Salata zielona 10 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 952,1 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 42,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 Węglowodany ogółem [g] 297,7 suma cukrów prostych [g] 61,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,2 Sód [mg] 351,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	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) Szynek z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 10 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE, SEL) Schab pieczony - dieta 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Salata lodowa z jogurtem naturalnym 150 g (MLE) Sos własny 100 g (GLU)	Półowa pomarańczy 100 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Salatka ryżowa z wędliną 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Salata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Salata zielona 10 g Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 988 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 54,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 271,4 suma cukrów prostych [g] 52 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sód [mg] 1 497,6
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Szynek z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (MLE, SEL) Schab pieczony - dieta 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Salata lodowa z jogurtem naturalnym 150 g (MLE) Sos własny 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Salatka ryżowa z wędliną-dieta 100 g (MLE, SEL) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 10 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 928,6 Białko ogółem [g] 91,6 Tłuszcz [g] 40,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,4 Węglowodany ogółem [g] 297,7 suma cukrów prostych [g] 61,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,2 Sód [mg] 369,6

2026-04-07 wtorek	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Roszponka 6 g Ogórek zielony 80 g Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 500 g (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z twarogiem i szpinakiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwii 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) Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 445,8 Białko ogółem [g] 112,7 Tłuszcz [g] 75,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Węglowodany ogółem [g] 332,7 suma cukrów prostych [g] 56,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,2 Sód [mg] 1 400,8
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Roszponka 6 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta 400 g (MLE, SEL) Makaron z twarogiem i szpinakiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwii 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 539,4 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 79,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40 Węglowodany ogółem [g] 354,5 suma cukrów prostych [g] 54,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 Sód [mg] 455,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Roszponka 6 g Ogórek zielony 80 g	Jabłko 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z twarogiem i szpinakiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwii 150 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) Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 979,7 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 72,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 Węglowodany ogółem [g] 240,8 suma cukrów prostych [g] 48,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 Sód [mg] 1 492,5
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Roszponka 6 g Pomidor b/skórki 80 g Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta 400 g (MLE, SEL) Makaron z twarogiem i szpinakiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwii 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 10 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 495,5 Białko ogółem [g] 108,7 Tłuszcz [g] 74,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 354,3 suma cukrów prostych [g] 54 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 Sód [mg] 479,7

2026-04-08 środa	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Ser mozzarella 40 g (MLE) Sałata zielona 10 g Rzodkiewka 100 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (MLE, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g Sos potrawkowy 100 g (GLU)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem-dieta 70 g (RYB, MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 100 g (GLU) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Masło 82% 10 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 253,8 Białko ogółem [g] 116 Tłuszcz [g] 66 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 301,4 suma cukrów prostych [g] 43,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Sód [mg] 1 202,1
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Pomidor z pietruszką 100 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (MLE, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g Sos potrawkowy 100 g (GLU)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem-dieta 70 g (RYB, MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 313,6 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 62,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Węglowodany ogółem [g] 330,6 suma cukrów prostych [g] 41,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 Sód [mg] 420,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g	Mandarynka 120 g	Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (MLE, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos potrawkowy 100 g (GLU) Mieszanka królewska gotowana 150 g	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem-dieta 70 g (RYB, MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Ogórek zielony 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 014 Białko ogółem [g] 110,8 Tłuszcz [g] 54 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 273,8 suma cukrów prostych [g] 47,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Sód [mg] 1 486,4
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Pomidor z pietruszką 100 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (MLE, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g Sos potrawkowy 100 g (GLU)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem-dieta 70 g (RYB, MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 80 g	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 10 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 269,9 Białko ogółem [g] 112,9 Tłuszcz [g] 57,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 Węglowodany ogółem [g] 330,4 suma cukrów prostych [g] 41,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 Sód [mg] 444,9

2026-04-09 czwartek	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z groszku 70 g Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 40 g Sałata zielona 10 g Papryka świeża 80 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa z czerwoną soczewicą, ciemnicą i ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Filet drobiowy w cieście opiekany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, papryki 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Roszponka 10 g Ogórek zielony 80 g	Chleb graham 80 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Miód 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 770,8 Białko ogółem [g] 138,2 Tłuszcz [g] 93,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Węglowodany ogółem [g] 346,6 suma cukrów prostych [g] 68,2 Błonnik pokarmowy [g] 40,8 Sód [mg] 1 823
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g mozzarella 60 g (MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 40 g Pomidor z pietruszką 80 g Sałata zielona 10 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami - dieta 400 ml (GLU, MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos szpinakowy - dieta 60 g (GLU, MLE) Marchewka mini gotowana 150 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 Roszponka 10 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE)	Chleb bułkowy 80 g (GLU) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Masło 82% 10 g (MLE) Miód 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 537,8 Białko ogółem [g] 128,8 Tłuszcz [g] 77,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5 Węglowodany ogółem [g] 336,2 suma cukrów prostych [g] 64,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 Sód [mg] 1 139
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g Pasta z groszku 70 g Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 40 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa z czerwonej soczewicy i ciemnicą z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, papryki 150 g	Wafle ryżowe naturalne 30 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 100 g (GLU) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Roszponka 10 g Ogórek zielony 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 175,4 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 71,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Węglowodany ogółem [g] 275,3 suma cukrów prostych [g] 33,4 Błonnik pokarmowy [g] 39,8 Sód [mg] 1 287,6
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g mozzarella 60 g (MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 40 g Pomidor z pietruszką 80 g Sałata zielona 10 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami - dieta 400 ml (GLU, MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos szpinakowy - dieta 60 g (GLU, MLE) Marchewka mini gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 10 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE)	Chleb bułkowy 80 g (GLU) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Margaryna 60% 10 g (MLE) Miód 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 494,1 Białko ogółem [g] 128,7 Tłuszcz [g] 72,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Węglowodany ogółem [g] 336,1 suma cukrów prostych [g] 64 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 Sód [mg] 1 163,4

2026-04-10 piątek	PODSTAWA - SZP	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) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Pomidor 80 g Rozszponka 10 g Połowa pomarańczy 140 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grysikowa 400 g (GLU, MLE, SEL) Morszczuk w sosie koperkowym 150 g (GLU, RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi 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) Pasta jajeczna 70 g (JAJ) Rukola 10 g Papryka świeża 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Wafle ryżowe naturalne 40	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 259,4 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 68,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Węglowodany ogółem [g] 322,8 suma cukrów prostych [g] 82,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sód [mg] 1 141,8
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Pomidor 80 g Rozszponka 10 g Połowa pomarańczy 140 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grysikowa 400 g (GLU, MLE, SEL) Morszczuk w sosie koperkowym 150 g (GLU, RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Dynia gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Rukola 10 g Pomidor z pietruszką 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Wafle ryżowe naturalne 40	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 238,3 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 59 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 341,8 suma cukrów prostych [g] 84,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 Sód [mg] 466,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Pomidor 80 g Rozszponka 10 g	Połowa pomarańczy 140 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Grysikowa 400 g (GLU, MLE, SEL) Morszczuk w sosie koperkowym 150 g (GLU, RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi 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) Pasta jajeczna 70 g (JAJ) Rukola 10 g Papryka świeża 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Salata zielona 10 g Ser gouda, dojrzewający 40 g (MLE) Pomidor 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 200,5 Białko ogółem [g] 98,8 Tłuszcz [g] 79,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Węglowodany ogółem [g] 273,4 suma cukrów prostych [g] 50,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 Sód [mg] 1 846
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Pomidor b/skórki 80 g Rozszponka 10 g Połowa pomarańczy 140 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grysikowa 400 g (GLU, MLE, SEL) Morszczuk w sosie koperkowym 150 g (GLU, RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Dynia gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Rukola 10 g Pomidor z pietruszką 100 g Margaryna 60% 15 g (MLE)	Wafle ryżowe naturalne 40 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 214,8 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 56,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,8 Węglowodany ogółem [g] 341,7 suma cukrów prostych [g] 84,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 Sód [mg] 485

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,