

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-03-22 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) Twaróg półtłusty w plastrach 100 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z zacierką 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Kotlet pożarski z kurczaka 100 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty, rzodkiewki i ogórka z olejem 100 g Surówka z marchwi 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 meksykańska 100 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 562,2 Białko ogółem [g] 104,1 Tłuszcz [g] 75,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Węglowodany ogółem [g] 368,8 suma cukrów prostych [g] 80,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Sól [g] 5,9
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 100 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z makaronem zacierka- dieta 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, 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 ryżowa z wedliną-dieta 100 g (MLE, SEL) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 481,9 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 59,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Węglowodany ogółem [g] 388,5 suma cukrów prostych [g] 82 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 Sól [g] 6,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 100 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Gruszka 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty, rzodkiewki i ogórka z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g (MLE) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, MLE)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka meksykańska 100 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 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	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 163,9 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 61,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 Węglowodany ogółem [g] 299,9 suma cukrów prostych [g] 68,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,1 Sól [g] 6,2
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 100 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z makaronem zacierka- dieta 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka-dieta 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Sałatka ryżowa z wedliną-dieta 100 g (MLE, SEL) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 10 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 438,3 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 55 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 Węglowodany ogółem [g] 388,4 suma cukrów prostych [g] 81,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 Sól [g] 6,7

2026-03-23 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 ciecierzycy 70 g (SEL) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z twarogiem i musem jabłkowym 300 g (GLU, JAJ, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Sałata lodowa z pomidorkami, natką pietruszki i słonecznikiem 100 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 284,4 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 59,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 348,5 suma cukrów prostych [g] 109,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 8
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) mozzarella 50 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Makaron z twarogiem i musem jabłkowym 300 g (GLU, JAJ, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Sałata lodowa z pomidorkami i natką pietruszki 100 g	Banan 1 szt Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 254,1 Białko ogółem [g] 87,2 Tłuszcz [g] 57,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 Węglowodany ogółem [g] 351,8 suma cukrów prostych [g] 107,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Sól [g] 6,4
	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 ciecierzycy 70 g (SEL) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 10 g	Mandarynka 140 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Papryka faszerowana ryżem brązowym i warzywami 300 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) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Sałata lodowa z pomidorkami, natką pietruszki i słonecznikiem 100 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pierś gotowana z indyka (Bianka) 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 974 Białko ogółem [g] 82,8 Tłuszcz [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Węglowodany ogółem [g] 272,7 suma cukrów prostych [g] 54,2 Błonnik pokarmowy [g] 46,3 Sól [g] 8,3
	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) mozzarella 50 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Makaron z twarogiem i musem jabłkowym 300 g (GLU, JAJ, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Sałata lodowa z pomidorkami i natką pietruszki 100 g	Banan 1 szt Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 230,6 Białko ogółem [g] 87,1 Tłuszcz [g] 54,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Węglowodany ogółem [g] 351,7 suma cukrów prostych [g] 107,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Sól [g] 6,5

2026-03-24 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 rzodkiewką 70 g (MLE) Szynka juhasa wp. 40 g Papryka świeża 80 g Roszponka 8 g Zupa mleczna z kaszą jaglaną 250 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny 400 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos pieczarkowy 100 g (GLU, MLE) Sałatka 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) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem 70 g (RYB, MLE) Ogórek zielony 80 g Rukola 7 g	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Sałata zielona 10 g Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 346,3 Białko ogółem [g] 108,4 Tłuszcz [g] 73,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Węglowodany ogółem [g] 315,8 suma cukrów prostych [g] 50,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 Sól [g] 6
	ŁATWOSTRAWNA - SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Szynka juhasa wp. 40 g Roszponka 8 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z kaszą jaglaną 250 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Marchewka mini gotowana 150 g Sos koperkowy-dieta 100 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z morskczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Rukola 7 g Pomidor 80 g	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 360,1 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 65,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 343,2 suma cukrów prostych [g] 46,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Sól [g] 7,2
	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 rzodkiewką 70 g (MLE) Szynka juhasa wp. 40 g Papryka świeża 80 g Roszponka 8 g	Półowa pomarańczy 140 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Krupnik jęczmienny 400 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sałatka z białej kapusty b/c 150 g Sos pieczarkowy 100 g (GLU, MLE)	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem 70 g (RYB, MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Rukola 7 g Ogórek zielony 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (GLU, SOJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 996,4 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 67,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Węglowodany ogółem [g] 254,5 suma cukrów prostych [g] 45 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 Sól [g] 5,6
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Szynka juhasa wp. 40 g Roszponka 8 g Pomidor b/skórki 80 g Zupa mleczna z kaszą jaglaną 250 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Marchewka mini gotowana 150 g Sos koperkowy-dieta 100 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Pasta z morskczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Rukola 7 g Pomidor b/skórki 80 g	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 10 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 316,3 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 60,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2 Węglowodany ogółem [g] 342,9 suma cukrów prostych [g] 46,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Sól [g] 7,3

2026-03-25 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) Filet drobiowy w cieście opiekany 100 g (GLU, JAJ) Wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Serek wiejski ziamisty 70 g (MLE) Pomidor z szczypiorkiem 100 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kalarepy, marchwi i jabłka 150 g (MLE)		Herbata z cytryną z/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Galaretka drobiowa z udźca z jajkiem 100 g (JAJ) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Twarożek z ziołami - dieta 50 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 237,3 Białko ogółem [g] 124,7 Tłuszcz [g] 66,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 287,8 suma cukrów prostych [g] 48,1 Błonnik pokarmowy [g] 37 Sól [g] 4,5
	LATWOSTRAWNA - SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Serek wiejski ziamisty 70 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem - dieta 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Dynia gotowana 200 g Sos szpinakowy 80 g (GLU, MLE)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Galaretka drobiowa z udźca z jajkiem-dieta 100 g (JAJ) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 40 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Twarożek z ziołami - dieta 50 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 238,7 Białko ogółem [g] 117,2 Tłuszcz [g] 54,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Węglowodany ogółem [g] 325,7 suma cukrów prostych [g] 50,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 Sól [g] 6,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Serek wiejski ziamisty 70 g (MLE) Pomidor z szczypiorkiem 100 g Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe naturalne 30 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kalarepy, marchwi i jabłka 150 g (MLE)	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	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) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 40 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Twarożek z ziołami - dieta 20 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 016,9 Białko ogółem [g] 116 Tłuszcz [g] 55,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Węglowodany ogółem [g] 264,7 suma cukrów prostych [g] 44,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Sól [g] 5
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Serek wiejski ziamisty 70 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem - dieta 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Dynia gotowana 200 g Sos szpinakowy 80 g (GLU, MLE)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Galaretka drobiowa z udźca z jajkiem-dieta 100 g (JAJ) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 40 g Sałata zielona 20 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 Twarożek z ziołami - dieta 50 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 194,8 Białko ogółem [g] 117 Tłuszcz [g] 50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15 Węglowodany ogółem [g] 325,5 suma cukrów prostych [g] 50,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 Sól [g] 6,4

2026-03-26 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) Ser topiony plastry 2 szt (MLE) Połędwica sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 50 g (GLU) Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250 g (MLE) Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Makaron pełnoziarnisty z mięsem mielonym w sosie pomidorowym 300 g (GLU, JAJ, SEL) 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) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 7 g Pomidor 80 g	Chleb graham 60 g (GLU) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Masło 82% 10 g (MLE) Pomidor 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 422,5 Białko ogółem [g] 124,7 Tłuszcz [g] 84 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,5 Węglowodany ogółem [g] 293,6 suma cukrów prostych [g] 49,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sól [g] 7,9
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Herbata owocowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor z pietruszką 80 g Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250 g (MLE) Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z mięsem i warzywami w sosie pomidorowym -dieta 300 g (GLU, JAJ, SEL) Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 150 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 7 g Pomidor 80 g	Chleb bułkowy 60 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Pomidor 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 517,9 Białko ogółem [g] 119,1 Tłuszcz [g] 81,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,9 Węglowodany ogółem [g] 329,1 suma cukrów prostych [g] 52,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,6 Sól [g] 8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Herbata owocowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Połędwica sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 50 g (GLU) Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 10 g	Wafle suche bez dodatku cukru podpiomyki 30 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Makaron pełnoziarnisty z mięsem w sosie pomidorowym 300 g (GLU, JAJ, SEL) Surówka z kapusty kiszzonej i marchwi 150 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 7 g Pomidor 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 20 g Margaryna 60% 5 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 036,4 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 73 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Węglowodany ogółem [g] 253,3 suma cukrów prostych [g] 28,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,9 Sól [g] 6,4
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Herbata owocowa z/c 250 g Margaryna 60% 15 g (MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor z pietruszką 80 g Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250 g (MLE) Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z mięsem i warzywami w sosie pomidorowym -dieta 300 g (GLU, JAJ, SEL) Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 150 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Rukola 7 g Pomidor 80 g	Chleb bułkowy 60 g (GLU) Margaryna 60% 10 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Pomidor 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 474,3 Białko ogółem [g] 119 Tłuszcz [g] 76,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Węglowodany ogółem [g] 329,1 suma cukrów prostych [g] 52,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,6 Sól [g] 8

2026-03-27 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) Pasta z tuńczyka, twarogu i szczypiorku 70 g (MLE) Roszponka 7 g Pomidor 100 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE, SEL) Morszczuk w sosie porowym 150 g (GLU, RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty włoskiej 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) Pasta jajeczna 70 g (JAJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 323,5 Białko ogółem [g] 84,4 Tłuszcz [g] 81,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Węglowodany ogółem [g] 306,9 suma cukrów prostych [g] 90,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Sól [g] 2,6
	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 tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Pomidor 100 g Roszponka 7 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem - dieta 400 ml (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 czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 241,8 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 65,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 318,4 suma cukrów prostych [g] 86,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 Sól [g] 4,1
	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 tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Pomidor 100 g Roszponka 7 g	Grejpfrut (połowa) 130 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Koperkowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE, SEL) Morszczuk w sosie porowym 150 g (GLU, RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty włoskiej 150 g (MLE)	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta jajeczna 70 g (JAJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 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] 1 998,1 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 72 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Węglowodany ogółem [g] 247,5 suma cukrów prostych [g] 45,8 Błonnik pokarmowy [g] 34 Sól [g] 3,6
	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 tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 7 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem - dieta 400 ml (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 czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 10 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 214,4 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Węglowodany ogółem [g] 317,4 suma cukrów prostych [g] 85,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,7 Sól [g] 4,1

2026-03-28 sobota	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 groszku 70 g Połdewica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna na sypko 150 g (GLU) Sos meksykański 60 g (GLU) Sałatka z kapusty czerwonej 100 g Marchewka mini gotowana 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) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Sałata zielona 20 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] 2 154,4 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Węglowodany ogółem [g] 305,8 suma cukrów prostych [g] 52 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 Sól [g] 6,5
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL) Połdewica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami- dieta 400 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna na sypko 150 g (GLU) Marchewka mini gotowana 200 g Sos pomidorowy - dieta 60 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 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] 2 125,5 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 54,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 Węglowodany ogółem [g] 318,9 suma cukrów prostych [g] 48,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sól [g] 8,1
	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 groszku 70 g Połdewica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g	Mandarynka 120 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Kasza gryczana 150 g Sos meksykański 60 g (GLU) 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) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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] 2 073 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 59,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 283,7 suma cukrów prostych [g] 59,7 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 Sól [g] 6,2
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL) Połdewica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami- dieta 400 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna na sypko 150 g (GLU) Marchewka mini gotowana 200 g Sos pomidorowy - dieta 60 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 10 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 081,9 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 49,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,4 Węglowodany ogółem [g] 318,9 suma cukrów prostych [g] 48,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sól [g] 8,1

2026-03-29 niedziela	PODSTAWA - SZP	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) Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 70 g (GLU) Ser gouda z czarnuszką 40 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 250 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka Coleslaw 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) Sałatka z tuńczykiem i jajkiem 100 g (JAJ) Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE)	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 551,5 Białko ogółem [g] 120,2 Tłuszcz [g] 98,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 Węglowodany ogółem [g] 294,5 suma cukrów prostych [g] 46,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 Sól [g] 8,2
	ŁATWOSTRAWNA - SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem-dieta 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 250 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Cukinia gotowana 150 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 100 g (JAJ) Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE)	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 409,8 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 83,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Węglowodany ogółem [g] 300,9 suma cukrów prostych [g] 39,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 8
	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) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 10 g	Półowa pomarańczy 120 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 250 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka Coleslaw 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) Sałatka z tuńczykiem i jajkiem 100 g (JAJ) Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE)	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] 2 136,4 Białko ogółem [g] 106,9 Tłuszcz [g] 84,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Węglowodany ogółem [g] 236,1 suma cukrów prostych [g] 44,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 Sól [g] 7,5
	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) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem-dieta 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 250 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Cukinia gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Sałatka z tuńczykiem i jajkiem - dieta 100 g (JAJ) Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE)	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 10 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 366 Białko ogółem [g] 113,3 Tłuszcz [g] 78,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Węglowodany ogółem [g] 300,7 suma cukrów prostych [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 8

2026-03-30 poniedziałek	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Twarożek z szczypiorkiem 70 g (MLE) Szynka juhasa wp. 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb mieszany 60 g (GLU) Chleb graham 40 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) mozzarella 50 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Ogórek zielony 80 g Rukola 7 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU) Miód 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 244,1 Białko ogółem [g] 107,9 Tłuszcz [g] 69,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,1 Węglowodany ogółem [g] 289,3 suma cukrów prostych [g] 81 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 Sól [g] 4,5
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Makaron z kurczakiem i szpinakiem gotowanym - dieta 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) mozzarella 50 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Pomidor 80 g Rukola 7 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU) Miód 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 402,4 Białko ogółem [g] 108,7 Tłuszcz [g] 70,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 Węglowodany ogółem [g] 329,6 suma cukrów prostych [g] 82,8 Błonnik pokarmowy [g] 17 Sól [g] 6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Twarożek z szczypiorkiem 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g	Sok pomidorowy 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) mozzarella 50 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Ogórek zielony 80 g Rukola 7 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynka juhasa wp. 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 911,8 Białko ogółem [g] 114,8 Tłuszcz [g] 56,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Węglowodany ogółem [g] 237,6 suma cukrów prostych [g] 45,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Sól [g] 6,8
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Makaron z kurczakiem i szpinakiem gotowanym - dieta 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) mozzarella 50 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Pomidor b/skórki 80 g Rukola 7 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU) Miód 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 379 Białko ogółem [g] 108,5 Tłuszcz [g] 67,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 329,5 suma cukrów prostych [g] 82,6 Błonnik pokarmowy [g] 17 Sól [g] 6,1

2026-03-31 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 Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Rozsponka 7 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 400 g (MLE, SEL) Schab pieczony 100 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, papryki 150 g Sos pieczeniowy 60 g (GLU)		Herbata z cytryną 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) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 10 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL) Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 170,6 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 73,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Węglowodany ogółem [g] 278,8 suma cukrów prostych [g] 62,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 Sól [g] 5,5
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g Rozsponka 7 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ryżowa 400 ml (GLU, MLE) Schab pieczony -dieta 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z marchwi i jabłka-dieta 150 g Sos własny 60 g (GLU)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL) Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 108,2 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 59,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 306,2 suma cukrów prostych [g] 65,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sól [g] 6,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Rozsponka 7 g Pomidor 80 g	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 400 g (MLE, SEL) Schab pieczony 100 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, papryki 150 g Sos pieczeniowy 60 g (GLU)	Jabłko 1 szt	Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadal 20 g (GLU, SOJ, SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 045,4 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 71,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 250,6 suma cukrów prostych [g] 32,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 Sól [g] 5,9
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor b/skórki 80 g Rozsponka 7 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ryżowa 400 ml (GLU, MLE) Schab pieczony -dieta 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z marchwi i jabłka-dieta 150 g Sos własny 60 g (GLU)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 10 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL) Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 084,7 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 57 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,2 Węglowodany ogółem [g] 306,1 suma cukrów prostych [g] 65,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sól [g] 6,4

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,