

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
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 twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Szynka juhasa wp. 40 g Ogórek zielony 80 g Salata zielona 20 g Zupa mleczna z kaszą manną 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem pełnoziarnistym 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 150 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka wielowarzywna 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) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Mix salát z pomidorem i olejem 100 g	Jabłko pieczone 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 131,2 Białko ogółem [g] 117,4 Tłuszcz [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 281 suma cukrów prostych [g] 77 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 Sód [mg] 1 758,7
ŁATWOSTRAWNA - SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Szynka juhasa wp. 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Zupa mleczna z kaszą manną 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem-dieta 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 150 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Cukinia gotowana z olejem 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Jabłko pieczone 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 166,7 Białko ogółem [g] 118,2 Tłuszcz [g] 56,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Węglowodany ogółem [g] 302,5 suma cukrów prostych [g] 75 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 Sód [mg] 1 223,8
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 twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Szynka juhasa wp. 40 g Ogórek zielony 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem pełnoziarnistym 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 150 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka wielowarzywna 150 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 100 g (GLU) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Mix salát z pomidorem i olejem 100 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Salata zielona 10 g Pierś gotowana z indyka (Bianka) 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 997,7 Białko ogółem [g] 111,9 Tłuszcz [g] 64,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Węglowodany ogółem [g] 241,4 suma cukrów prostych [g] 48,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 Sód [mg] 2 353,8

2026-05-21 czwartek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Szyńka juhasa wp. 40 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Zupa mleczna z kaszą manną 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem-dieta 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 150 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Cukinia gotowana z olejem 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkami wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek wiejski ziemisty 200 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Jabłko pieczone 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 143,2 Białko ogółem [g] 118,1 Tłuszcz [g] 53,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18 Węglowodany ogółem [g] 302,4 suma cukrów prostych [g] 74,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,7 Sód [mg] 1 242
	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 70 g (MLE) Dżem brzoskwiowy o obniżonej zawartości cukru 40 g Banan 1 szt Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z makaronem zacierka 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z warzywami w sosie pomidorowo-ciecierzycowym 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) Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Rukola 7 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 180,7 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 70,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 Węglowodany ogółem [g] 302,3 suma cukrów prostych [g] 100,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Sód [mg] 688,8
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Dżem brzoskwiowy o obniżonej zawartości cukru 40 g Banan 1 szt Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z makaronem zacierka-dieta 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Makaron z warzywami w sosie pomidorowo-ciecierzycowym - dieta 300 g (GLU, JAJ, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Dynia gotowana 100 g Rukola 7 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 339,6 Białko ogółem [g] 85,3 Tłuszcz [g] 67,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Węglowodany ogółem [g] 353,2 suma cukrów prostych [g] 103,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 Sód [mg] 340,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Ser gouda, dojrzewający 40 g (MLE) Pomidor 80 g Rozsponka 8 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z warzywami w sosie pomidorowo-ciecierzycowym 300 g (GLU, JAJ, MLE)	Maślanka naturalna 150 g (MLE) Jabłko 1 szt	Herbata czarna ekspresowa 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) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Rukola 7 g Pomidor 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Ser gouda z czarnuszką 20 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 237 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 90,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,4 Węglowodany ogółem [g] 249,4 suma cukrów prostych [g] 67,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,2 Sód [mg] 1 336,4

2026-05-22 piątek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczy-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Dżem brzoskwinowy o obniżonej zawartości cukru 40 g Banan 1 szt Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z makaronem zacierka- dieta 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Makaron z warzywami w sosie pomidorowo-ciecierzycowym - dieta 300 g (GLU, JAJ, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Dynia gotowana 100 g Rukola 7 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 314,8 Białko ogółem [g] 85,1 Tłuszcz [g] 64,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 352,9 suma cukrów prostych [g] 102,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 Sód [mg] 359
	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) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Serek kremowy topiony 2 szt (MLE) Roszponka 10 g Papryka świeża 80 g Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 400 g (MLE, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos własny 80 g (GLU) Mieszanka królewska gotowana 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 z soczewicy 70 g (SEL) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Pomidor z cebulką 100 g Salata zielona 20 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 255,2 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 70,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Węglowodany ogółem [g] 302,9 suma cukrów prostych [g] 45,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Sód [mg] 946,9
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Roszponka 10 g Pomidorki koktajlowe 100 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ryżowa 400 ml (GLU, MLE) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos własny 80 g (GLU) Mieszanka królewska gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z marchwi 70 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 121,2 Białko ogółem [g] 107,1 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 296,9 suma cukrów prostych [g] 43,8 Błonnik pokarmowy [g] 19 Sód [mg] 487,4
2026-05-23 sobota	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) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Papryka świeża 80 g Roszponka 10 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 400 g (MLE, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos własny 80 g (GLU) Surówka Coleslaw 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 z soczewicy 70 g (SEL) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Pomidor z cebulką 100 g Salata zielona 20 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Salata zielona 10 g Pierś gotowana z indyka (Bianka) 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 300,5 Białko ogółem [g] 119,3 Tłuszcz [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 300,3 suma cukrów prostych [g] 47,4 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 Sód [mg] 1 789,2

2026-05-23 sobota	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) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Roszponka 10 g Pomidorki koktajlowe 100 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ryżowa 400 ml (GLU, MLE) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos własny 80 g (GLU) Mieszanka królewska gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Pasta z marchwi 70 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 097,8 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 56,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 296,9 suma cukrów prostych [g] 43,8 Błonnik pokarmowy [g] 19 Sód [mg] 505,7
	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 40 g Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem-dieta 70 g (RYB, MLE) Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sałata 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) Salatka meksykańska 100 g Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Sałata zielona 10 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 068,3 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 61 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 268,9 suma cukrów prostych [g] 48,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sód [mg] 970,6
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem-dieta 70 g (RYB, MLE) 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 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Warzywa w kostce gotowane 150 g (SEL) Sos pietruszkowy 60 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Salatka ryżowa z wędliną-dieta 100 g (MLE, SEL) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Sałata zielona 10 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 956,9 Białko ogółem [g] 106,8 Tłuszcz [g] 44 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Węglowodany ogółem [g] 287,1 suma cukrów prostych [g] 43,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 Sód [mg] 430,1
2026-05-24 niedziela	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 ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem-dieta 70 g (RYB, MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 40 g Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sałata lodowa z jogurtem naturalnym 150 g (MLE)	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) Salatka meksykańska 100 g Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata 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] 1 919,2 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 54,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 242,1 suma cukrów prostych [g] 45,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Sód [mg] 1 550

2026-05-24 niedziela	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem-dieta 70 g (RYB, MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 40 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Warzywa w kostce gotowane 150 g (SEL) Sos pietruszkowy 60 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Sałatka ryżowa z wędliną-dieta 100 g (MLE, SEL) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Sałata zielona 10 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 933,4 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 41,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,3 Węglowodany ogółem [g] 287 suma cukrów prostych [g] 43,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 Sód [mg] 448,4
	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) mozzarella 50 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 400 (GLU) Makaron z twarogiem na słodko z dodatkiem jogurtu 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mus jabłkowy, gotowany 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Ser gouda z czarnuszką 40 g (MLE) Mix sałat z ziołami i olejem 25 g Ogórek zielony 80 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 407,3 Białko ogółem [g] 110,7 Tłuszcz [g] 70,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,2 Węglowodany ogółem [g] 339 suma cukrów prostych [g] 98,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Sód [mg] 701,2
	ŁATWOSTRAWNA -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) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 Pomidor z pietruszką 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 (GLU, MLE) Makaron z twarogiem na słodko z dodatkiem jogurtu 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mus jabłkowy, gotowany 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 40 g Warzywa w paski (gotowane) z dodatkiem oleju 100 g (SEL)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 367,7 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 65,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Węglowodany ogółem [g] 350,6 suma cukrów prostych [g] 101,8 Błonnik pokarmowy [g] 25 Sód [mg] 430
2026-05-25 poniedziałek	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) mozzarella 50 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 Sałata zielona 20 g Rzodkiewka 80 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 400 (GLU) Makaron pełnoziarnisty z twarogiem na słoń 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka-dieta 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) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 40 g Ogórek zielony 80 g Mix sałat z ziołami i olejem 25 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 254,6 Białko ogółem [g] 119,8 Tłuszcz [g] 82 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,1 Węglowodany ogółem [g] 260,6 suma cukrów prostych [g] 51,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 Sód [mg] 2 250,4

2026-05-25 poniedziałek	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) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Pomidor z pietruszką 80 g Salata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Makaron z twarogiem na słodko z dodatkiem jogurtu 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mus jabłkowy, gotowany 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 40 g Warzywa w paski (gotowane) z dodatkiem oleju 100 g (SEL)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 344,3 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 62,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Węglowodany ogółem [g] 350,6 suma cukrów prostych [g] 101,7 Błonnik pokarmowy [g] 25 Sód [mg] 448,2
	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 pietruszką 70 g (MLE) Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Roszponka 8 g Papryka świeża 80 g Zupa mleczna z zacierką 250 g (GLU, JAJ, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 200 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Salata lodowa z rzodkiewką, ogórkiem, pomidorem, szczypiorkiem i 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) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banana 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 196,9 Białko ogółem [g] 118,1 Tłuszcz [g] 65,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 Węglowodany ogółem [g] 286,5 suma cukrów prostych [g] 75,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Sód [mg] 1 473,2
	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) Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Roszponka 8 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z zacierką 250 g (GLU, JAJ, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 200 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Cukinia gotowana z dodatkiem oleju 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Salata zielona 10 g Brokuł gotowany 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banana 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 272,1 Białko ogółem [g] 116,7 Tłuszcz [g] 68,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Węglowodany ogółem [g] 302,1 suma cukrów prostych [g] 73,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 Sód [mg] 610,7
2026-05-26 wtorek	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 pietruszką 70 g (MLE) Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Papryka świeża 80 g Roszponka 8 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE) Gruszka 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 200 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Salata lodowa z rzodkiewką, ogórkiem, pomidorem, szczypiorkiem i jogurtem naturalnym 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) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Salata zielona 10 g Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 974,5 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 64,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Węglowodany ogółem [g] 242,6 suma cukrów prostych [g] 42,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Sód [mg] 1 960,9

2026-05-26 wtorek	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) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rozsponka 8 g Pomidor b/skórki 80 g Zupa mleczna z zacierką 250 g (GLU, JAJ, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 200 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Cukinia gotowana z dodatkiem oleju 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Brokuł gotowany 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 248,6 Białko ogółem [g] 116,5 Tłuszcz [g] 65,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 Węglowodany ogółem [g] 302,1 suma cukrów prostych [g] 73,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 Sód [mg] 629,1
	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 twarogu, ogórka i czosnku 70 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Pomidor z szczypiorkiem 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 400 g (GLU, MLE, 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 Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) 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 20 g Pomidor 80 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 863,2 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 56,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 Węglowodany ogółem [g] 243,5 suma cukrów prostych [g] 45,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,6 Sód [mg] 713,4
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 100 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z kurczakiem i szpinakiem gotowanym - dieta 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb bułkowy 100 g (GLU) 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 20 g Pomidor 80 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 056,6 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 57,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Węglowodany ogółem [g] 282,9 suma cukrów prostych [g] 43,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,9 Sód [mg] 406,9
2026-05-27 środa	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 twarogu, ogórka i czosnku 70 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Pomidor z szczypiorkiem 80 g Sałata zielona 20 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa solferino - dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g	Kefir 1 szt (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 100 g (GLU) 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 20 g Pomidor 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Schab zbójnicki 20 g Sałata zielona 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 105,4 Białko ogółem [g] 113,9 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 Węglowodany ogółem [g] 268,1 suma cukrów prostych [g] 52,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 Sód [mg] 1 505,6

2026-05-27 środa	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 70 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 100 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z kurczakiem i szpinakiem gotowanym - dieta 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Margaryna 60% 15 g (MLE) Chleb bułkowy 100 g (GLU) 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 20 g Pomidor 80 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,2 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 55,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 282,8 suma cukrów prostych [g] 43,2 Błonnik pokarmowy [g] 17,9 Sód [mg] 425,1
	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 Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami- dieta 400 ml (MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym 200 g (GLU) Kasza gryczana 150 g Surówka z kapusty czerwonej 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) Indyk w galarecie 50 g Ser wędzony 50 g (JAJ, MLE) Rukola 10 g Ogórek zielony 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 084,6 Białko ogółem [g] 121,1 Tłuszcz [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8 Węglowodany ogółem [g] 267 suma cukrów prostych [g] 56,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,3 Sód [mg] 1 019,4
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami- dieta 400 ml (MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym- dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Marchewka mini gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Indyk w galarecie 50 g Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Rukola 10 g Warzywa w paski (gotowane) 100 g (SEL)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 090,9 Białko ogółem [g] 108,8 Tłuszcz [g] 60,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 284,4 suma cukrów prostych [g] 53,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Sód [mg] 725,9
2026-05-28 czwartek	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 Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g	Kefir 1,5% 150 g (MLE) Mandarynka 100 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami- dieta 400 ml (MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym 200 g (GLU) Kasza gryczana 150 g Surówka z kapusty czerwonej 200 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Indyk w galarecie 50 g Ser wędzony 50 g (JAJ, MLE) Ogórek zielony 80 g Rukola 10 g Masło 82% 12,5 g (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 124,5 Białko ogółem [g] 119,1 Tłuszcz [g] 69,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Węglowodany ogółem [g] 258,7 suma cukrów prostych [g] 48,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 Sód [mg] 1 443

2026-05-28 czwartek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczy-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 10 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami- dieta 400 ml (MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym- dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Marchewka mini gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Indyk w galarecie 50 g Szynkowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Rukola 10 g Warzywa w paski (gotowane) 100 g (SEL)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 067,4 Białko ogółem [g] 108,8 Tłuszcz [g] 57,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Węglowodany ogółem [g] 284,2 suma cukrów prostych [g] 53,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Sód [mg] 744,2
	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 i twarogu 100 g (MLE) Pomidor 80 g Rozsponka 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grysikowa - dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Morszczuk w sosie koperkowym 150 g (GLU, RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (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) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 093,8 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 74,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Węglowodany ogółem [g] 261,8 suma cukrów prostych [g] 57,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 Sód [mg] 1 063,6
	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 100 g (MLE) Pomidor 80 g Rozsponka 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grysikowa - dieta 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) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 069,3 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 67 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Węglowodany ogółem [g] 274,8 suma cukrów prostych [g] 54,4 Błonnik pokarmowy [g] 16,2 Sód [mg] 673,7
2026-05-29 piątek	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 100 g (MLE) Pomidor 80 g Rozsponka 10 g	Koktajl na kefirze z truskawkami 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Morszczuk w sosie koperkowym 150 g (GLU, RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sałatka z białej kapusty 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) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu 20 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 172,3 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 80,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Węglowodany ogółem [g] 253,7 suma cukrów prostych [g] 51,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Sód [mg] 1 813,8

2026-05-29 piątek	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 100 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Rozsponka 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grysikowa - dieta 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) Margaryna 60% 15 g (MLE) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 045,7 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 274,6 suma cukrów prostych [g] 54,4 Błonnik pokarmowy [g] 16,2 Sód [mg] 692
	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 warzywna - dieta 70 g (SEL) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Sos koperkowy-dieta 80 g (GLU, MLE)		Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 50 g (GLU, SOJ, SEL) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Sałata lodowa z pomidorkami i koperkiem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g	Banan 1 szt Serek wiejski ziamisty 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 202,2 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 81,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Węglowodany ogółem [g] 272,4 suma cukrów prostych [g] 70,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Sód [mg] 2 176
	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) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Brokuł gotowany 150 g Sos koperkowy-dieta 80 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadłnej 50 g Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Warzywa w kostce gotowane 100 g (SEL)	Banan 1 szt Serek wiejski ziamisty 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 184,9 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Węglowodany ogółem [g] 295,1 suma cukrów prostych [g] 67,5 Błonnik pokarmowy [g] 28 Sód [mg] 1 143,4
2026-05-30 sobota	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 warzywna - dieta 70 g (SEL) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Sos koperkowy-dieta 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) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadł 50 g (GLU, SOJ, SEL) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Sałata lodowa z pomidorkami i koperkiem 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 184 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 81,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 270,5 suma cukrów prostych [g] 52,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Sód [mg] 2 195,7

2026-05-30 sobota	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) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Brokuł gotowany 150 g Sos koperkowy-dieta 80 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Warzywa w kostce gotowane 100 g (SEL)	Banan 1 szt Serek wiejski ziamisty 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 161,4 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 67,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Węglowodany ogółem [g] 295,1 suma cukrów prostych [g] 67,5 Błonnik pokarmowy [g] 28 Sód [mg] 1 161,7
-------------------	---	---	--	---	--	--	--	---

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,