

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-11 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) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Makaron pełnoziarnisty z warzywami 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka-dieta 150 g Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 40 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka juhasa wp. 50 g Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Rukola 10 g Pomidor 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 031,9 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 61,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Węglowodany ogółem [g] 285,7 suma cukrów prostych [g] 88,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 Sód [mg] 762,5
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Makaron z warzywami - dieta 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka-dieta 150 g Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka juhasa wp. 50 g Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Rukola 10 g Pomidor 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 259,6 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 60,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 350,3 suma cukrów prostych [g] 88,7 Błonnik pokarmowy [g] 25 Sód [mg] 426,1
	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) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 80 g	Gruszka 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Makaron pełnoziarnisty z warzywami 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka-dieta 150 g Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU)	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka juhasa wp. 50 g Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Rukola 10 g Pomidor 100 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 082,8 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 64,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 284,3 suma cukrów prostych [g] 65,7 Błonnik pokarmowy [g] 45,4 Sód [mg] 1 461,6
	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) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Makaron z warzywami - dieta 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka-dieta 150 g Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Szynka juhasa wp. 50 g Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Rukola 10 g Pomidor b/skórki 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 236 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 57,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 Węglowodany ogółem [g] 350,2 suma cukrów prostych [g] 88,7 Błonnik pokarmowy [g] 25 Sód [mg] 444,3

2026-05-12 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 Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Dżem brzoskwinowy o obniżonej zawartości cukru 30 g Ogórek zielony 80 g Roszponka 8 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami- dieta 400 ml (MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g (GLU) Kasza gryczana 150 g Buraczki ćwikłowe (gotowane) 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) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE) Rukola 7 g Pomidor z pietruszką 100 g	Kefir 1 szt (MLE) Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 260,1 Białko ogółem [g] 105,3 Tłuszcz [g] 75,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 Węglowodany ogółem [g] 293,8 suma cukrów prostych [g] 72,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 Sód [mg] 848,6
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Dżem brzoskwinowy o obniżonej zawartości cukru 30 g Roszponka 8 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami- dieta 400 ml (MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g (GLU) Kasza jęczmienna na sypko 150 g (GLU) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor z pietruszką 100 g Rukola 7 g	Kefir 1 szt (MLE) Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 277 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 73,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 Węglowodany ogółem [g] 309,2 suma cukrów prostych [g] 73,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 Sód [mg] 516,8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Ogórek zielony 80 g Roszponka 8 g	Grejpfrut (połowa) 130 g	Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami- dieta 400 ml (MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 150 g (GLU) Kasza gryczana 150 g Buraczki ćwikłowe (gotowane) 150 g	Jabłko 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor z pietruszką 100 g Rukola 7 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] 1 890,2 Białko ogółem [g] 82,7 Tłuszcz [g] 64,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 247,1 suma cukrów prostych [g] 48,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 Sód [mg] 1 418,7
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Dżem brzoskwinowy o obniżonej zawartości cukru 30 g Roszponka 8 g Pomidor b/skórki 80 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami- dieta 400 ml (MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g (GLU) Kasza jęczmienna na sypko 150 g (GLU) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor z pietruszką 100 g Rukola 7 g	Kefir 1 szt (MLE) Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 253,5 Białko ogółem [g] 100,9 Tłuszcz [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 309,2 suma cukrów prostych [g] 73 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 Sód [mg] 535,1

2026-05-13 środa	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (<i>GLU</i>) Chleb mieszany 60 g (<i>GLU</i>) Masło 82% 12,5 g (<i>MLE</i>) Kakao z/c 250 ml (<i>MLE</i>) Pasta z groszku 70 g Szynka Hamasias z dymem, wieprzowa 50 g (<i>SOJ</i>) Sałata zielona 20 g Pomidor z cebulką 100 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grysikowa - dieta 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) Ziemniaki z koperkiem 250 g (<i>MLE</i>) Surówka z selera i jabłka- dieta 150 g (<i>MLE</i>) Sos pieczarkowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb graham 40 g (<i>GLU</i>) Chleb mieszany 60 g (<i>GLU</i>) Masło 82% 12,5 g (<i>MLE</i>) Serek wiejski ziarnisty 200 g (<i>MLE</i>) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (<i>SOJ</i>) Sałata zielona 10 g Rzodkiewka 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 974,7 Białko ogółem [g] 108,4 Tłuszcz [g] 53,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 271,6 suma cukrów prostych [g] 61,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 Sód [mg] 1 689,4
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% 12,5 g (<i>MLE</i>) Kakao z/c 250 ml (<i>MLE</i>) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (<i>MLE</i>) Szynka Hamasias z dymem, wieprzowa 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grysikowa - dieta 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) Ziemniaki z koperkiem 250 g (<i>MLE</i>) Cukinia gotowana 150 g Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% 12,5 g (<i>MLE</i>) Serek wiejski ziarnisty 200 g (<i>MLE</i>) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (<i>SOJ</i>) Sałata zielona 10 g Pomidor z koperkiem 100 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 069,9 Białko ogółem [g] 117,1 Tłuszcz [g] 57,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8 Węglowodany ogółem [g] 273,5 suma cukrów prostych [g] 56,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,7 Sód [mg] 1 283,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% 12,5 g (<i>MLE</i>) Kakao b/c 250 ml (<i>MLE</i>) Pasta z groszku 70 g Szynka Hamasias z dymem, wieprzowa 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor z cebulką 100 g Sałata zielona 20 g	Wafle ryżowe naturalne 30 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Grysikowa - dieta 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) Ziemniaki z koperkiem 250 g (<i>MLE</i>) Surówka z selera i jabłka- dieta 150 g (<i>MLE</i>) Sos pieczarkowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>)	Koktajl jogurtowo-truskawkowy 150 g (<i>MLE</i>)	Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% 12,5 g (<i>MLE</i>) Serek wiejski ziarnisty 200 g (<i>MLE</i>) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (<i>SOJ</i>) Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (<i>GLU</i>) Margaryna 60% 5 g (<i>MLE</i>) Sałata zielona 10 g Pierś gotowana z indyka (Bianka) 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 215,3 Białko ogółem [g] 123,8 Tłuszcz [g] 60,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 Węglowodany ogółem [g] 297,6 suma cukrów prostych [g] 51,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,8 Sód [mg] 2 487,4
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna 60% 15 g (<i>MLE</i>) Kakao z/c 250 ml (<i>MLE</i>) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (<i>MLE</i>) Szynka Hamasias z dymem, wieprzowa 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grysikowa - dieta 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) Ziemniaki z koperkiem 250 g (<i>MLE</i>) Cukinia gotowana 150 g Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna 60% 15 g (<i>MLE</i>) Serek wiejski ziarnisty 200 g (<i>MLE</i>) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (<i>SOJ</i>) Sałata zielona 10 g Pomidor z koperkiem 100 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 046,5 Białko ogółem [g] 117 Tłuszcz [g] 55,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 273,4 suma cukrów prostych [g] 56,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,7 Sód [mg] 1 301,7

2026-05-14 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 mozzarella 50 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Pomidor z pietruszką 100 g Sałata zielona 10 g Zupa mleczna z płatkami pszennymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym 150 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, papryki 150 g		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) Schab zbojnicki 50 g Ogórek zielony 80 g Rukola 8 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 344,3 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 91 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,1 Węglowodany ogółem [g] 288,2 suma cukrów prostych [g] 61 Błonnik pokarmowy [g] 22,9 Sód [mg] 808
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g mozzarella 50 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Pomidor z pietruszką 100 g Sałata zielona 10 g Zupa mleczna z płatkami pszennymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym-dieta 150 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z marchwi, ananasa i jabłka 150 g (MLE)		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) Schab zbojnicki 50 g Pomidor 80 g Rukola 8 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 371,1 Białko ogółem [g] 107,6 Tłuszcz [g] 82,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,9 Węglowodany ogółem [g] 311 suma cukrów prostych [g] 66,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sód [mg] 498,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g mozzarella 50 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Pomidor z pietruszką 100 g Sałata zielona 10 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym 150 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, papryki 150 g	Jabłko 1 szt	Herbata z cytryną b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 100 g (GLU) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Schab zbojnicki 50 g Ogórek zielony 80 g Rukola 8 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 048,9 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 77,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Węglowodany ogółem [g] 239 suma cukrów prostych [g] 36,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Sód [mg] 1 412,2
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g mozzarella 50 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Pomidor z pietruszką 100 g Sałata zielona 10 g Zupa mleczna z płatkami pszennymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym-dieta 150 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z marchwi, ananasa i jabłka 150 g (MLE)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Schab zbojnicki 50 g Pomidor b/skórki 80 g Rukola 8 g	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 347,6 Białko ogółem [g] 107,4 Tłuszcz [g] 80,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Węglowodany ogółem [g] 310,9 suma cukrów prostych [g] 66,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sód [mg] 516,7

2026-05-15 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 twarogu 70 g (MLE) Miód 1 szt Rozszponka 8 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z twarogiem i szpinakiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sos koperkowy 100 g (GLU, 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-dieta 70 g (JAJ, MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Serek wiejski ziamisty 200 g (MLE) Bułka pszenna 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 094,1 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 51,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 Węglowodany ogółem [g] 294,5 suma cukrów prostych [g] 70,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 Sód [mg] 1 591,9
	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) Miód 1 szt Rozszponka 8 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Makaron z twarogiem i szpinakiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE)		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 Salata zielona 20 g	Bułka pszenna 1 szt (GLU) Serek wiejski ziamisty 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 291 Białko ogółem [g] 114,6 Tłuszcz [g] 51,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Węglowodany ogółem [g] 345,8 suma cukrów prostych [g] 69,2 Błonnik pokarmowy [g] 20 Sód [mg] 1 240,3
	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 twarogu 70 g (MLE) Rozszponka 8 g Pomidor 80 g	Półowa pomarańczy 120 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z twarogiem i szpinakiem 350 g (GLU, JAJ, MLE) Sos koperkowy 100 g (GLU, 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) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Salata zielona 10 g Ser gouda, dojrzewający 20 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 861,8 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 54,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Węglowodany ogółem [g] 244,1 suma cukrów prostych [g] 51,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 Sód [mg] 1 534,1
	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) Miód 1 szt Rozszponka 8 g Pomidor b/skórki 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Makaron z twarogiem i szpinakiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE)		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 Salata zielona 20 g	Bułka pszenna 1 szt (GLU) Serek wiejski ziamisty 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 267,4 Białko ogółem [g] 114,5 Tłuszcz [g] 48,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 Węglowodany ogółem [g] 345,6 suma cukrów prostych [g] 69,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,9 Sód [mg] 1 258,5

2026-05-16 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 ciecierzycy 70 g (SEL) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp. gotowaną 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) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 100 g (GLU, JAJ, MLE) Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 339,9 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 80,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41 Węglowodany ogółem [g] 294,5 suma cukrów prostych [g] 46,7 Błonnik pokarmowy [g] 35 Sód [mg] 754,2
	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) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Pomidor z pietruszką 100 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta 400 g (MLE, SEL) Makaron z sosem bolognese z łopatką wieprzową (gotowaną)-dieta 300 g (GLU, JAJ)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 100 g (GLU, JAJ, MLE) Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 296,9 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 75,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Węglowodany ogółem [g] 317,5 suma cukrów prostych [g] 43,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 Sód [mg] 352,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Pasta z ciecierzycy 70 g (SEL) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Gruszka 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp. gotowaną 300 g (GLU, JAJ, MLE)	Koktajl jogurtowo malinowy 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 142,1 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 76,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 260,7 suma cukrów prostych [g] 55,5 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 Sód [mg] 1 509,8
	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) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Pomidor z pietruszką 100 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta 400 g (MLE, SEL) Makaron z sosem bolognese z łopatką wieprzową (gotowaną)-dieta 300 g (GLU, JAJ)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 100 g (GLU, JAJ, MLE) Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 273,5 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 73,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Węglowodany ogółem [g] 317,4 suma cukrów prostych [g] 43,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Sód [mg] 370,6

2026-05-17 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) Pasta z twarogu z makrełą w sosie pomidorowym - dieta 70 g (RYB, MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Salata zielona 20 g Pomidor z koperkiem 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 200 g 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) Salatka jarzynka 150 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Salata zielona 10 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 955 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 60,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 247,7 suma cukrów prostych [g] 51,1 Błonnik pokarmowy [g] 29 Sód [mg] 966,5
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Pasta z twarogu z makrełą w sosie pomidorowym - dieta 70 g (RYB, MLE) Salata zielona 20 g Pomidor z koperkiem 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 200 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Salata 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) Salatka jarzynka - dieta 150 g (MLE) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Salata zielona 10 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 012,9 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 56,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 272,6 suma cukrów prostych [g] 51,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 Sód [mg] 623,5
	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 z makrełą w sosie pomidorowym - dieta 70 g (RYB, MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Pomidor z koperkiem 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 200 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Salata lodowa z jogurtem naturalnym 150 g (MLE)	Grejpfrut (połowa) 130 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Salatka jarzynka 150 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Salata zielona 10 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] 2 011 Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 66,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 240,4 suma cukrów prostych [g] 48,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 Sód [mg] 1 661,1
	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) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Pasta z twarogu z makrełą w sosie pomidorowym - dieta 70 g (RYB, MLE) Salata zielona 20 g Pomidor z koperkiem 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 200 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Salata lodowa z jogurtem naturalnym 150 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Salatka jarzynka - dieta 150 g (MLE) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Salata zielona 10 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 989,5 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 53,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,3 Węglowodany ogółem [g] 272,6 suma cukrów prostych [g] 51,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 Sód [mg] 641,8

2026-05-18 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) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 60 g (SEL) Ser gouda z czarnuszką 40 g (MLE) Sałata zielona 10 g Ogórek zielony 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszonej 400 g (GLU, SEL, GOR) 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) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 10 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 165,4 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 75,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,8 Węglowodany ogółem [g] 282,1 suma cukrów prostych [g] 74,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 Sód [mg] 785,8
	LATWOSTRAWNA - SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 60 g (SEL) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa szpinakowa z ziemniakami-dieta 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) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 10 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 098 Białko ogółem [g] 83,6 Tłuszcz [g] 57,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Węglowodany ogółem [g] 315,1 suma cukrów prostych [g] 75,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,9 Sód [mg] 274,1
	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 udźca z kurczaka (gotowanego) 60 g (SEL) Ser gouda z czarnuszką 40 g (MLE) Sałata zielona 10 g Ogórek zielony 80 g	Jabłko 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszonej 400 g (GLU, SEL, GOR) Makaron pełnoziarnisty z twarogiem i jabłkiem 300 g (GLU, JAJ, 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) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Rukola 10 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 116,8 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 82,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,6 Węglowodany ogółem [g] 243,3 suma cukrów prostych [g] 56,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 Sód [mg] 1 520,5
	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) 60 g (SEL) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa szpinakowa z ziemniakami-dieta 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) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 10 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 074,5 Białko ogółem [g] 83,5 Tłuszcz [g] 55 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 315 suma cukrów prostych [g] 75,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,9 Sód [mg] 292,3

2026-05-19 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 60 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Pomidor 80 g Roszponka 8 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sałata lodowa z sosem a la winegre i pomidorkami 150 g (GOR) Sos koperkowy 60 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 70 g (GLU) Ser topiony plastry 2 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Pomidor 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 214,4 Białko ogółem [g] 110,2 Tłuszcz [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Węglowodany ogółem [g] 280,6 suma cukrów prostych [g] 41,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 Sód [mg] 1 289,5
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Twarożek z pietruszką 60 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Roszponka 8 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z zacierką - dieta 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sałata lodowa z sosem a la winegre i pomidorkami 150 g (GOR) Sos koperkowy 60 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g mozzarella 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 290,6 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 64,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Węglowodany ogółem [g] 320,3 suma cukrów prostych [g] 36,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,2 Sód [mg] 516,8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g Twarożek z rzodkiewką 60 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Roszponka 8 g Pomidor 80 g	Wafle ryżowe naturalne 30 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Koperkowa z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sałata lodowa z sosem a la winegre i pomidorkami 150 g (GOR) Sos koperkowy 60 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) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 70 g (GLU) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 920,3 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 242,2 suma cukrów prostych [g] 27,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sód [mg] 1 322,4
	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 60 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Roszponka 8 g Pomidor b/skórki 80 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z zacierką - dieta 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sałata lodowa z sosem a la winegre i pomidorkami 150 g (GOR) Sos koperkowy 60 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 40 g mozzarella 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 80 g	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 10 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 247 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 59,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 Węglowodany ogółem [g] 320,2 suma cukrów prostych [g] 36,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,2 Sód [mg] 541,1

2026-05-20 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 tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Rzodkiewka 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Gołąbki bez zwińania 300 g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty włoskiej 150 g (MLE) Sos pomidorowy - dieta 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) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 090,1 Białko ogółem [g] 118,7 Tłuszcz [g] 60,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 274 suma cukrów prostych [g] 60,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 Sód [mg] 1 094,5
	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 tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Ryż gotowany 130 g Dynia gotowana 150 g Sos pomidorowy - dieta 100 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 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 969,1 Białko ogółem [g] 102,7 Tłuszcz [g] 50,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 279,2 suma cukrów prostych [g] 56,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,6 Sód [mg] 788
	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) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Rzodkiewka 80 g	Jabłko 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Gołąbki bez zwińania 300 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU) Surówka z kapusty włoskiej 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) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 20 g Sałata zielona 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 221 Białko ogółem [g] 125,8 Tłuszcz [g] 66,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Węglowodany ogółem [g] 283,8 suma cukrów prostych [g] 53,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,8 Sód [mg] 1 794,7
	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) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Ryż gotowany 130 g Dynia gotowana 150 g Sos pomidorowy - dieta 100 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 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 80 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 945,6 Białko ogółem [g] 102,5 Tłuszcz [g] 47,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13 Węglowodany ogółem [g] 279 suma cukrów prostych [g] 56,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,6 Sód [mg] 806,2

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,