

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-20 sobota	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z soczewicy 70 g (SEL) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Papryka świeża 80 g Salata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp. gotowaną 300 g (GLU, JAJ, MLE) Brokuł gotowany 200 g		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasztecik pieczony, drobiowo wieprzowy 70 g (GLU) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 170,1 Białko ogółem [g] 110,9 Tłuszcz [g] 72,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 270,9 suma cukrów prostych [g] 61,4 Błonnik pokarmowy [g] 34 Sód [mg] 1 237,2
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Salata zielona 10 g Pomidorki koktajlowe 100 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami- dieta 400 ml (MLE, SEL) Makaron z sosem bolognese z mięsem z kurczaka - dieta 300 g (GLU, JAJ) Brokuł gotowany 200 g		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawalców mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 054,6 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 59,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 284,6 suma cukrów prostych [g] 65,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sód [mg] 491,9
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z soczewicy 70 g (SEL) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Salata zielona 10 g Papryka świeża 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp. gotowaną 300 g (GLU, JAJ, MLE) Brokuł gotowany 200 g	Mandarynka 140 g Maślanka naturalna 100 g (MLE)	Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasztecik pieczony, drobiowo wieprzowy 70 g (GLU) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Salata zielona 10 g Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawalców mięsa, parzony 20 g (GLU, SOJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 299,7 Białko ogółem [g] 117,9 Tłuszcz [g] 77 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 286,1 suma cukrów prostych [g] 61,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,5 Sód [mg] 1 928,5
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta warzywna - dieta 70 g (SEL) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Salata zielona 10 g Pomidorki koktajlowe 100 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami- dieta 400 ml (MLE, SEL) Makaron z sosem bolognese z mięsem z kurczaka - dieta 300 g (GLU, JAJ) Brokuł gotowany 200 g		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawalców mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 949,8 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 47,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,3 Węglowodany ogółem [g] 284,4 suma cukrów prostych [g] 65,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sód [mg] 501,1

2026-06-21 niedziela	PODSTAWA - SZP	Chleb mieszany 60 g (GLU) Chleb graham 40 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem 70 g (RYB, MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor z pietruszką 100 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Schab pieczony 100 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Mizeria 150 g (MLE) Sos własny 100 g (GLU)		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 120 g Schab zbjónicki 40 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 006,3 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 62,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 261,9 suma cukrów prostych [g] 40,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 Sód [mg] 843,2
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor z pietruszką 100 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Schab pieczony 100 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g Sos własny 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka ryżowa z wędliną-dieta 120 g (MLE, SEL) Schab zbjónicki 40 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 039,8 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 54,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 288,4 suma cukrów prostych [g] 39,4 Błonnik pokarmowy [g] 16,7 Sód [mg] 362,1
	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 ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem 70 g (RYB, MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor z pietruszką 100 g	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Schab pieczony 100 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Mizeria 150 g (MLE) Sos własny 100 g (GLU)	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 120 g Schab zbjónicki 40 g Sałata zielona 20 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] 2 004,6 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 62,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Węglowodany ogółem [g] 256,1 suma cukrów prostych [g] 51,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sód [mg] 1 622,9
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor z pietruszką 100 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Schab pieczony 100 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g Sos własny 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Sałatka ryżowa z wędliną-dieta 120 g (MLE, SEL) Schab zbjónicki 40 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 016,4 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 52,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4 Węglowodany ogółem [g] 288,2 suma cukrów prostych [g] 39,2 Błonnik pokarmowy [g] 16,7 Sód [mg] 380,4

2026-06-22 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) Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (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 Fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron z twarogiem na słodko z sosem jogurtowo-cynamonowym 300 g (GLU, JAJ, MLE) Banan 1 szt		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 50 g Mix sałat z ziołami i olejem 20 g Ogórek zielony 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 244,1 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 63,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Węglowodany ogółem [g] 320,4 suma cukrów prostych [g] 88,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Sód [mg] 702,2
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Połędwica 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 na słodko z sosem jogurtowo-cynamonowym 300 g (GLU, JAJ, MLE) Banan 1 szt		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 Warzywa w kostce gotowane 100 g (SEL)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 321,5 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2 Węglowodany ogółem [g] 340,3 suma cukrów prostych [g] 85,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 Sód [mg] 404,8
	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) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g	Jabłko 0,5 szt Maślanka naturalna 100 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Makaron z twarogiem i szpinakiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 150 g (MLE)	Koktajl jogurtowo malinowy 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 Mix sałat z ziołami i olejem 20 g Ogórek zielony 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 144,1 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 Węglowodany ogółem [g] 267,4 suma cukrów prostych [g] 55,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,9 Sód [mg] 1 941
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Połędwica 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 na słodko z sosem jogurtowo-cynamonowym 300 g (GLU, JAJ, MLE) Banan 1 szt		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 Warzywa w kostce gotowane 100 g (SEL)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 216,7 Białko ogółem [g] 96,8 Tłuszcz [g] 55,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Węglowodany ogółem [g] 340,2 suma cukrów prostych [g] 85,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 Sód [mg] 413,9

2026-06-23 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 mozzarella 50 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Pomidor z szczypiorkiem 80 g Rozspanka 8 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Sos pietruszkowy 60 g (GLU, 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) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadal 50 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 973 Białko ogółem [g] 103,6 Tłuszcz [g] 59,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 260,3 suma cukrów prostych [g] 55 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sód [mg] 965,5
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g mozzarella 50 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Rozspanka 8 g Pomidor z pietruszką 80 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Sos pietruszkowy 60 g (GLU, MLE) Dynia gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 982,1 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 52,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 277,2 suma cukrów prostych [g] 56,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,2 Sód [mg] 589,7
	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 wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Pomidor z szczypiorkiem 80 g Rozspanka 8 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Surówka z kapusty włoskiej 150 g (MLE) Sos pietruszkowy 60 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) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadal 40 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor 80 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] 1 916 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 Węglowodany ogółem [g] 236,6 suma cukrów prostych [g] 37,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 Sód [mg] 1 380,9
	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 wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Rozspanka 8 g Pomidor z pietruszką 80 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Sos pietruszkowy 60 g (GLU, MLE) Dynia gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 958,7 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 49,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2 Węglowodany ogółem [g] 277,1 suma cukrów prostych [g] 56,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,2 Sód [mg] 607,9

2026-06-24, środa	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Miód 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g Arbuz 150 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (MLE, SEL) gulasz z łopatki wieprzowej- dieta (gotowany) 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Surówka z ogórków kiszonych z cebulą 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) Indyk w galarecie 50 g Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 013,7 Białko ogółem [g] 115,6 Tłuszcz [g] 58,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,9 Błonnik pokarmowy [g] 23 Sód [mg] 1 684,2
	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) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Miód 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Arbuz 150 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta 400 g (MLE, SEL) gulasz z łopatki wieprzowej- dieta (gotowany) 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Marchewka mini gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb bułkowy 100 g (GLU) Indyk w galarecie 50 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 061,8 Białko ogółem [g] 104,4 Tłuszcz [g] 61,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Węglowodany ogółem [g] 277,2 suma cukrów prostych [g] 66,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 Sód [mg] 453
	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 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Arbuz 80 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (MLE, SEL) gulasz z łopatki wieprzowej- dieta (gotowany) 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Surówka z ogórków kiszonych z cebulą 150 g	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 100 g (GLU) Indyk w galarecie 50 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 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] 1 941,6 Białko ogółem [g] 103,6 Tłuszcz [g] 64,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Węglowodany ogółem [g] 236,6 suma cukrów prostych [g] 50,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Sód [mg] 2 388,7
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 40 g Miód 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 10 g Arbuz 150 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta 400 g (MLE, SEL) gulasz z łopatki wieprzowej- dieta (gotowany) 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Marchewka mini gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Indyk w galarecie 50 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 80 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 875,6 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 41,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 Węglowodany ogółem [g] 277 suma cukrów prostych [g] 66,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 Sód [mg] 452,9

2026-06-25 czwartek	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z groszku 70 g Szynka juhasa wp. 40 g Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 10 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem pełnoziarnistym 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Surówka z kapusty czerwonej 150 g Sos potrawkowy 80 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 900,8 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 57,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 Węglowodany ogółem [g] 247,3 suma cukrów prostych [g] 58,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Sód [mg] 1 583
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Szynka juhasa wp. 40 g Twarożek z pomidorem 70 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem-dietą 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g Sos potrawkowy 80 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 942,7 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 52,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 262,3 suma cukrów prostych [g] 56,2 Błonnik pokarmowy [g] 18,4 Sód [mg] 1 194,7
	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 Szynka juhasa wp. 40 g Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 10 g	Mandarynka 100 g Maślanka naturalna 100 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem pełnoziarnistym 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Surówka z kapusty czerwonej 150 g	Jogurt naturalny z płatkami owsianymi i truskawkami 150 g (GLU, MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 954,5 Białko ogółem [g] 107,4 Tłuszcz [g] 60,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 246,5 suma cukrów prostych [g] 50,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 Sód [mg] 2 249,4
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Szynka juhasa wp. 40 g Twarożek z pomidorem 70 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem-dietą 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g Sos potrawkowy 80 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 919,3 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 50,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4 Węglowodany ogółem [g] 262,1 suma cukrów prostych [g] 56,1 Błonnik pokarmowy [g] 18,4 Sód [mg] 1 213

2026-06-26 piątek	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Połowa pomarańczy 140 g Zupa mleczna z kaszą manną 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Morszczuk smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 150 g (GLU, SEL)		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 100 g (JAJ, MLE) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 336,1 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 348,4 suma cukrów prostych [g] 128,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 Sód [mg] 1 260,6
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Połowa pomarańczy 140 g Zupa mleczna z kaszą manną 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (GLU, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem (młode) 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 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 235,9 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 52,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 342,6 suma cukrów prostych [g] 124,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 Sód [mg] 810,1
	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) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Ser gouda, dojrzewający 40 g (MLE) Pomidor 100 g Rozsponka 10 g	Połowa pomarańczy 140 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (GLU, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 150 g (GLU, SEL)	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) Pasta jajeczna-dieta 100 g (JAJ, MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 20 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 076,5 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 68,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Węglowodany ogółem [g] 265,5 suma cukrów prostych [g] 75,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 Sód [mg] 1 705,5
	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) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Połowa pomarańczy 140 g Zupa mleczna z kaszą manną 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (GLU, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem (młode) 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 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 212,5 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 49,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 Węglowodany ogółem [g] 342,5 suma cukrów prostych [g] 124,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 Sód [mg] 828,4

2026-06-27 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) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g		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 (młode) 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, papryki 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) Twarożek z szczypiorkiem 60 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 036,2 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 73,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Węglowodany ogółem [g] 233,8 suma cukrów prostych [g] 38,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 Sód [mg] 729,1
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g		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 (młode) 250 g (MLE) Cukinia gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z pietruszką 60 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 042,7 Białko ogółem [g] 111,3 Tłuszcz [g] 67,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Węglowodany ogółem [g] 250,5 suma cukrów prostych [g] 39,7 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Sód [mg] 393,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Ogórek zielony 80 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 (młode) 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, papryki 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) Twarożek z szczypiorkiem 60 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 067,7 Białko ogółem [g] 112,1 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Węglowodany ogółem [g] 236,3 suma cukrów prostych [g] 45,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 Sód [mg] 1 450,9
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 80 g Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g		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 (młode) 250 g (MLE) Cukinia gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Twarożek z pietruszką 60 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 019,1 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 65,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 250,4 suma cukrów prostych [g] 39,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Sód [mg] 411,6

2026-06-28 niedziela	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) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Jajecznica na parze 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 220 g Ziemniaki z koperkiem (młode) 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 jarzynka 160 g (SEL) Piers gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 10 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 084,6 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 83 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 236,2 suma cukrów prostych [g] 54,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sód [mg] 1 046,7
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Jajecznica na parze 100 g (JAJ, MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (MLE, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 220 g Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Brokuł gotowany 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka jarzynka - dieta 160 g (MLE, SEL) Piers gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 10 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 058,9 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 65,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 266,5 suma cukrów prostych [g] 48,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Sód [mg] 577
	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) Jajecznica na parze 100 g (JAJ, MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 220 g Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Surówka Coleslaw 150 g	Maślanka naturalna 100 g (MLE) Jabłko 0,5 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka jarzynka 160 g (SEL) Piers gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Połędwica 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] 2 236,1 Białko ogółem [g] 115,1 Tłuszcz [g] 89,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 Węglowodany ogółem [g] 244,6 suma cukrów prostych [g] 52,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Sód [mg] 1 745,3
	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) Jajecznica na parze 100 g (JAJ, MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (MLE, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 220 g Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Brokuł gotowany 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Sałatka jarzynka - dieta 160 g (MLE, SEL) Piers gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 10 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 025,2 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 63,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 263,8 suma cukrów prostych [g] 48,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Sód [mg] 595,3

2026-06-29 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) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Sos koperkowy-dieta 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Surówka z selera i jabłka- dieta 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) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Ser topiony plastry 2 szt (MLE) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Serek wiejski ziamisty 200 g (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 137 Białko ogółem [g] 123,8 Tłuszcz [g] 57,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 Węglowodany ogółem [g] 290,3 suma cukrów prostych [g] 78,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Sód [mg] 1 758,6
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Sos koperkowy-dieta 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Marchewka gotowana-dieta 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Serek wiejski ziamisty 200 g (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 094,9 Białko ogółem [g] 108,4 Tłuszcz [g] 58,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 291,2 suma cukrów prostych [g] 74,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Sód [mg] 1 413,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 10 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Sos koperkowy-dieta 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Surówka z selera i jabłka- dieta 150 g (MLE)	Kefir 1 szt (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 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] 2 147,9 Białko ogółem [g] 118,6 Tłuszcz [g] 61,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Węglowodany ogółem [g] 284,1 suma cukrów prostych [g] 47,9 Błonnik pokarmowy [g] 38 Sód [mg] 1 718,7
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Sos koperkowy-dieta 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Marchewka gotowana-dieta 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 40 g (SOJ) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Serek wiejski ziamisty 200 g (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 071,4 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 56 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Węglowodany ogółem [g] 291,2 suma cukrów prostych [g] 74,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Sód [mg] 1 431,6

Oznaczenia alergenów:

GLU - Zboża zawierające gluten,
SKR - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzechy ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLEK b/Lak - Mleko i pochodne bez laktozy,