

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-10 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 warzywno-serowa 70 g (MLE, SEL) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Pomidor z cebulką 100 g Rozszponka 7 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa z czerwoną soczewicą, ciecierzycą i ziemniakami 400 (GLU, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany 200 g (GLU) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 150 g Kasza gryczana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 Rzodkiewka 80 g Pomidor 80 g	Jabłko 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 304,6 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 72,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 306,5 suma cukrów prostych [g] 70,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Sód [mg] 876,1
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta warzywno-serowa - dieta 70 g (MLE, SEL) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Pomidor 80 g Rozszponka 7 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 (GLU, MLE) Gulasz z kurczaka gotowany 200 g (GLU) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 150 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb bułkowy 100 g (GLU) Pasta twarogowa ze szpinakiem- dieta 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jabłko pieczone 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 066,6 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 56,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 302,9 suma cukrów prostych [g] 68,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 Sód [mg] 520,3
	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 warzywno-serowa 50 g (MLE, SEL) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Pomidor z cebulką 100 g Rozszponka 7 g	Maślanka z truskawkami 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa z czerwoną soczewicą, ciecierzycą i ziemniakami 400 (GLU, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany 200 g (GLU) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 150 g Kasza gryczana 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) Pasta twarogowa ze szpinakiem 50 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 Rzodkiewka 80 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] 2 338,5 Białko ogółem [g] 119,2 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Węglowodany ogółem [g] 303,2 suma cukrów prostych [g] 55,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 Sód [mg] 1 558
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta warzywno-serowa - dieta 70 g (MLE, SEL) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 90 g Rozszponka 7 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Gulasz z kurczaka gotowany 200 g (GLU) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 150 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Margaryna 60% 15 g (MLE) Chleb bułkowy 100 g (GLU) Pasta twarogowa ze szpinakiem- dieta 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 90 g	Jabłko pieczone 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 965,5 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 44,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 Węglowodany ogółem [g] 303,5 suma cukrów prostych [g] 69,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 Sód [mg] 531

2026-06-11 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 Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200 g (GLU, MLE) Twarożek z ziołami 50 (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 400 (GLU, JAJ, MLE, SEL) Gołąbki bez zwińania 250 (GLU, JAJ) Surówka z marchwi i jabłka 150 g (MLE) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE)		Pasta z wędzonej ryby z jajkiem, ogórkiem kiszonym i cebulką 50 (JAJ, RYB) Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Schab zbojnicki 50 Rukola 7 g Papryka świeża 80 g	Kefir 1 szt (MLE) Banan (połowa) 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 103,2 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 65,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Węglowodany ogółem [g] 283,7 suma cukrów prostych [g] 74,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sód [mg] 1 307,4
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200 g (GLU, MLE) Twarożek z ziołami - dieta 70 (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem- dieta 400 (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 90 g (GLU, JAJ) Dynia gotowana 150 g Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE)		Pasta z morskczuka gotowanego z warzywami 70 (RYB, SEL) Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 Rukola 7 g Pomidor 80 g	Kefir 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 164,1 Białko ogółem [g] 110,7 Tłuszcz [g] 52,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 321,2 suma cukrów prostych [g] 72,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 Sód [mg] 708,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Twarożek z ziołami 70 (MLE)	Koktajl jogurtowo-malinowy 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 400 (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 90 g (GLU, JAJ) Surówka z marchwi i jabłka 150 (MLE) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE)	Maślanka naturalna 150 g (MLE) Połowa pomarańczy 140 g	Pasta z wędzonej ryby z jajkiem, ogórkiem kiszonym i cebulką 70 (JAJ, RYB) Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Schab zbojnicki 50 Rukola 7 g Papryka świeża 80 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] 2 076,1 Białko ogółem [g] 105,6 Tłuszcz [g] 70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 259,1 suma cukrów prostych [g] 56,6 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 Sód [mg] 2 128,9

2026-06-11 czwartek	Dieta łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczy-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Herbata owocowa z/c 250 g Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 90 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200 g (GLU, MLE) Margaryna 60% 15 g (MLE) Twarożek z ziołami - dieta 70 (MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem- dieta 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 90 g (GLU, JAJ) Dynia gotowana 150 g Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE)		Pasta z morschczuka gotowanego z warzywami 70 (RYB, SEL) Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Rukola 7 g Pomidor b/skórki 90 g	Kefir 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 144,3 Białko ogółem [g] 110,8 Tłuszcz [g] 49,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 Węglowodany ogółem [g] 321,9 suma cukrów prostych [g] 73,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 Sód [mg] 728,4
2026-06-12 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 soczewicy 70 g (SEL) Ser gouda, dojrzewający 50 (MLE) Pomidor 80 g Roszponka 8 g	Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 400 (GLU, MLE, SEL) Morszczuk pieczony 150 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, papryki 150 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 70 g (JAJ) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 289,8 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 89,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 Węglowodany ogółem [g] 280,9 suma cukrów prostych [g] 60,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 Sód [mg] 1 063
	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 marchwi 70 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Pomidor 80 g Roszponka 8 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami - dieta 400 (GLU, MLE, SEL) Morszczuk pieczony 150 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Cukinia gotowana 150 Sos koperkowy- dieta 100 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Buraczki gotowane z olejem 100 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 152,7 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 70,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Węglowodany ogółem [g] 294 suma cukrów prostych [g] 74,6 Błonnik pokarmowy [g] 24 Sód [mg] 630,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Jogurt z pieczonym jabłkiem i cynamonem z dodatkiem orzechów 150 g (GLU, JAJ, MLE, ORZ)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 400 (GLU, MLE, SEL) Morszczuk pieczony 120 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, papryki 150 Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE)	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta jajeczna 70 g (JAJ) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Poledwica sopočka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 366,4 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 94 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Węglowodany ogółem [g] 277,9 suma cukrów prostych [g] 41,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Sód [mg] 1 800,1

2026-06-12 piątek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczy-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z marchwi 70 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 8 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami - dieta 400 ml (GLU, MLE, SEL) Morszczuk pieczony 150 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Cukinia gotowana 150 g Sos koperkowy-dieta 100 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Buraczki gotowane z olejem 100 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 968,5 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 49,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5 Węglowodany ogółem [g] 294,2 suma cukrów prostych [g] 74,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Sód [mg] 630,9
	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 (SOJ) Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny 400 (GLU, MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sałatka z kapusty czerwonej 150 g		Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Herbata z cytryną z/c 250 g mozzarella 50 g (MLE) Pasta z szynki drobiowej (z dodatkiem warzyw) 70 g (SEL) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Masło 82% 12,5 g (MLE)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 004,4 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 64 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Węglowodany ogółem [g] 251,9 suma cukrów prostych [g] 54,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Sód [mg] 791,4
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 (SOJ) Warzywa gotowane kostka z jogurtem i natką pietruszki 150 g (MLE, SEL)		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 (GLU, MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym -dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Dynia gotowana 150 g		Chleb bułkowy 100 g (GLU) Herbata z cytryną z/c 250 g mozzarella 50 g (MLE) Pasta z szynki drobiowej (z dodatkiem warzyw) 70 g (SEL) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Masło 82% 12,5 g (MLE)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 052,9 Białko ogółem [g] 109,5 Tłuszcz [g] 60,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Węglowodany ogółem [g] 274,5 suma cukrów prostych [g] 51,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,4 Sód [mg] 468,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Twarożek z pietruszką 50 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 (SOJ) Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g	Sok pomidorowy 150 ml	Kompot z owoców b/c 250 ml Krupnik jęczmienny 400 (GLU, MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sałatka z kapusty czerwonej 150 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Chleb graham 100 g (GLU) Herbata z cytryną b/c 250 g mozzarella 50 g (MLE) Pasta z szynki drobiowej (z dodatkiem warzyw) 70 g (SEL) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Masło 82% 12,5 g (MLE)	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] 2 125,3 Białko ogółem [g] 118,2 Tłuszcz [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Węglowodany ogółem [g] 256,4 suma cukrów prostych [g] 48 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 Sód [mg] 1 498,4

2026-06-13 sobota	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczy-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kakao z/c 250 ml (MLE) Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Warzywa gotowane kostka z jogurtem i natką pietruszki 150 g (MLE, SEL)		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym -dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Dynia gotowana 150 g		Chleb bułkowy 100 g (GLU) Herbata z cytryną z/c 250 g mozzarella 50 g (MLE) Pasta z szynki drobiowej (z dodatkiem warzyw) 70 g (SEL) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 90 g Margaryna 60% 15 g (MLE)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 950 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 49 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5 Węglowodany ogółem [g] 274,8 suma cukrów prostych [g] 51,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,5 Sód [mg] 478,5
	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z groszku 70 g Połędwica sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 50 (GLU) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Masło 82% 12,5 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 400 (MLE, SEL) Filet z kurczaka w sosie porowym 170 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Mizeria 150 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Masło 82% 12,5 g (MLE)	Ciasto drożdżowe 150 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 230,4 Białko ogółem [g] 109,7 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Węglowodany ogółem [g] 308,3 suma cukrów prostych [g] 48 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Sód [mg] 858,5
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Miodowy twarożek pomarańczowy 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Masło 82% 12,5 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem - dieta 400 (MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 110 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Brokuł gotowany 150 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 Mieszanka warzywna gotowana z olejem 150 g (SEL) Masło 82% 12,5 g (MLE)	Ciasto drożdżowe 150 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 339,3 Białko ogółem [g] 119,7 Tłuszcz [g] 60,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Węglowodany ogółem [g] 336,1 suma cukrów prostych [g] 52,4 Błonnik pokarmowy [g] 26 Sód [mg] 645,4
2026-06-14 niedziela	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z groszku 70 g Połędwica sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 50 (GLU) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Masło 82% 12,5 g (MLE)	Koktajl na kefirze z truskawkami 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 400 (MLE, SEL) Filet z kurczaka w sosie porowym 170 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Mizeria 150 g (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z dodatkiem kakao b/c 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Masło 82% 12,5 g (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 061,6 Białko ogółem [g] 112,7 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 Węglowodany ogółem [g] 272,2 suma cukrów prostych [g] 53,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Sód [mg] 1 571,9

2026-06-14 niedziela	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Miodowy twaróg pomarańczowy 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 110 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Brokuł gotowany 150 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Mieszanka warzywna gotowana z olejem 150 g (SEL)	Ciasto drożdżowe 150 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 155,1 Białko ogółem [g] 119,6 Tłuszcz [g] 39,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Węglowodany ogółem [g] 336,3 suma cukrów prostych [g] 52,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sód [mg] 646,2
	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Makaron z twarogiem na słodko 250 g (GLU, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 100 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb mieszany 60 g (GLU) Chleb graham 40 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 264,1 Białko ogółem [g] 123 Tłuszcz [g] 64 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Węglowodany ogółem [g] 305 suma cukrów prostych [g] 63,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 Sód [mg] 1 426,4
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta 400 g (MLE, SEL) Makaron z twarogiem na słodko 250 g (GLU, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 100 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 100 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 184,8 Białko ogółem [g] 113,4 Tłuszcz [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Węglowodany ogółem [g] 294,1 suma cukrów prostych [g] 63,8 Błonnik pokarmowy [g] 15,2 Sód [mg] 1 098,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jabłko 1 szt Kefir 1,5% 100 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Makaron z twarogiem na słono 250 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwii i chrzanu 150 g (MLE, S02) Sos koperkowy-dieta 80 g (GLU, MLE)	Jogurt naturalny 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 gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 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] 2 234,7 Białko ogółem [g] 120,8 Tłuszcz [g] 69,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 Węglowodany ogółem [g] 281,8 suma cukrów prostych [g] 64,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 Sód [mg] 2 877,2

2026-06-15 poniedziałek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kakao z/c 250 ml (MLE) Serek wiejski zmiasty 200 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta 400 g (MLE, SEL) Makaron z twarogiem na słodko 250 g (GLU, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 100 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Piers gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 100 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 080 Białko ogółem [g] 113,3 Tłuszcz [g] 52,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 294 suma cukrów prostych [g] 63,7 Błonnik pokarmowy [g] 15,2 Sód [mg] 1 107,8
	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, ogórka i czosnku 70 g (MLE) Piers wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Pomidor z pietruszką 80 g Rozszponka 10 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 200 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty włoskiej 150 g (MLE)		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) Ser kremowy topiony w trójkącikach ze śmietanką 2 szt (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 096,8 Białko ogółem [g] 105,7 Tłuszcz [g] 73,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 Węglowodany ogółem [g] 257,7 suma cukrów prostych [g] 52,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 Sód [mg] 845,5
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z twarogu 70 g (MLE) Piers wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Pomidor z pietruszką 80 g Rozszponka 10 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem - dieta 400 ml (MLE, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 200 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Kalafior gotowany 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) Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 147,6 Białko ogółem [g] 104,1 Tłuszcz [g] 76,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6 Węglowodany ogółem [g] 265,1 suma cukrów prostych [g] 48,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,4 Sód [mg] 433,9
2026-06-16 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 Pasta z twarogu, ogórka i czosnku 70 g (MLE) Piers wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Pomidor z pietruszką 80 g Rozszponka 10 g	Mandarynka 120 g Maślanka naturalna 100 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Koperkowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 200 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty włoskiej 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) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) 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 Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadal 20 g (GLU, SOJ, SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 015,9 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 75,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Węglowodany ogółem [g] 237,7 suma cukrów prostych [g] 42,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Sód [mg] 1 448,5

2026-06-16 wtorek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z twarogu 70 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Pomidor z pietruszką 80 g Roszponka 10 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem - dieta 400 ml (MLE, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 200 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Kalafior gotowany 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 961,6 Białko ogółem [g] 103,9 Tłuszcz [g] 55,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 264,9 suma cukrów prostych [g] 48,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,3 Sód [mg] 433,9
	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszonej 400 g (GLU, SEL, GOR) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g Sos koperkowy 80 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) Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Serek wiejski zmiasty 200 g (MLE) Banan 0,5 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 187,4 Białko ogółem [g] 129 Tłuszcz [g] 70,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Węglowodany ogółem [g] 264,4 suma cukrów prostych [g] 61,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 Sód [mg] 2 253,4
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos koperkowy-dieta 100 g (GLU, MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Serek wiejski zmiasty 200 g (MLE) Banan 0,5 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 077,9 Białko ogółem [g] 118,2 Tłuszcz [g] 54,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 285,6 suma cukrów prostych [g] 61,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 Sód [mg] 1 211,8
2026-06-17 środa	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Jabłko 1 szt Kefir 1,5% 100 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszonej 400 g (GLU, SEL, GOR) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z selera i jabłka 150 g (MLE) Sos koperkowy 80 g (GLU, MLE)	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 100 g (GLU) Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pierś gotowana z indyka (Bianka) 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 234,3 Białko ogółem [g] 117,4 Tłuszcz [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Węglowodany ogółem [g] 274,3 suma cukrów prostych [g] 56,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 Sód [mg] 2 353,1

2026-06-17 środa	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 udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos koperkowy-dieta 100 g (GLU, MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g	Serek wiejski ziamisty 200 g (MLE) Banan 0,5 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 054,3 Białko ogółem [g] 118,1 Tłuszcz [g] 51,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4 Węglowodany ogółem [g] 285,5 suma cukrów prostych [g] 61,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 Sód [mg] 1 230
	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 dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z kaszą jaglaną 250 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 400 g (MLE, SEL) Filet drobiowy w cieście opiekany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kalarepy, marchwi i jabłka 150 g (MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		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 topiony plastry 2 szt (MLE) Rukola 8 g Rzodkiewka 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 132,9 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 67,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 Węglowodany ogółem [g] 288,6 suma cukrów prostych [g] 59,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Sód [mg] 942,2
	ŁATWOSTRAWNA -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) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Zupa mleczna z kaszą jaglaną 250 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ryżowa 400 ml (GLU, MLE) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Marchewka mini gotowana 150 g Sos potrawkowy 80 g (GLU) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Indyk w galarecie 50 g mozzarella 50 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 100 g Rukola 8 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 144,9 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Węglowodany ogółem [g] 301,3 suma cukrów prostych [g] 55,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 Sód [mg] 352,1
	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 dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 400 g (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kalarepy, marchwi i jabłka 150 g (MLE) Sos potrawkowy 80 g (GLU)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 100 g (GLU) Indyk w galarecie 50 g mozzarella 50 g (MLE) Rzodkiewka 80 g Rukola 8 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] 2 035,6 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 71,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Węglowodany ogółem [g] 254,2 suma cukrów prostych [g] 42,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 Sód [mg] 1 550,6

2026-06-18 czwartek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczy-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Herbata owocowa z/c 250 g Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Zupa mleczna z kaszą jaglaną 250 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ryżowa 400 ml (GLU, MLE) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Marchewka mini gotowana 150 g Sos potrawkowy 80 g (GLU) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Indyk w galarecie 50 g mozzarella 50 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 100 g Rukola 8 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 040,1 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 52,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 301,2 suma cukrów prostych [g] 55,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 Sód [mg] 361,2
	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 50 g Melon 100 g Maślanka naturalna 100 g (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 250 g (MLE) Surówka z kapusty kiszzonej 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 twarogowo-jajeczna - dieta 100 g (JAJ, MLE) Sałata zielona 10 g Ogórek zielony 90 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 210,1 Białko ogółem [g] 105,6 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 282,3 suma cukrów prostych [g] 66,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 Sód [mg] 1 392,4
	ŁATWOSTRAWNA -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 50 g Melon 100 g Maślanka naturalna 100 g (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 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 200 g (GLU, SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta twarogowo-jajeczna - dieta 100 g (JAJ, MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 081,3 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 57,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 291,2 suma cukrów prostych [g] 72 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Sód [mg] 655,3
2026-06-19 piątek	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 100 g Sałata zielona 10 g	Melon 100 g Maślanka naturalna 150 g (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) Surówka z kapusty kiszzonej 200 g Ziemniaki z koperkiem 250 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) Pasta twarogowo-jajeczna - dieta 100 g (JAJ, MLE) Sałata zielona 10 g Ogórek zielony 90 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 20 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 188,5 Białko ogółem [g] 111,7 Tłuszcz [g] 82,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 Węglowodany ogółem [g] 250,8 suma cukrów prostych [g] 55,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Sód [mg] 2 026,2

2026-06-19 piątek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Dżem brzoskwiowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Melon 100 g Maślanka naturalna 100 g (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 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 200 g (GLU, SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Pasta twarogowo-jajeczna - dieta 100 g (JAJ, MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 80 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 976,6 Białko ogółem [g] 105,3 Tłuszcz [g] 45,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 Węglowodany ogółem [g] 291 suma cukrów prostych [g] 71,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Sód [mg] 664,4
-------------------	---	--	--	---	--	---	----------------------------	--

Oznaczenia alergenów:

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