

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-31 niedziela	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z fasoli 70 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 50 (SOJ) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Masło 82% 12,5 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z pora, jabłka i marchwii 150 g (MLE) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE) 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 Masło 82% 12,5 g (MLE)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 988,2 Białko ogółem [g] 108,4 Tłuszcz [g] 47,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Węglowodany ogółem [g] 290 suma cukrów prostych [g] 62,1 Błonnik pokarmowy [g] 40 Sód [mg] 873
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z marchwi 70 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 50 (SOJ) 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 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Marchewka mini gotowana 150 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE) 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	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 783,9 Białko ogółem [g] 93,3 Tłuszcz [g] 37,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Węglowodany ogółem [g] 272,4 suma cukrów prostych [g] 56,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 Sód [mg] 520,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z fasoli 70 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 50 (SOJ) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Masło 82% 12,5 g (MLE)	Koktajl na kefirze z malinami z płatkami owsianymi 150 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z pora, jabłka i marchwii 150 g (MLE)	Maślanka naturalna 150 g (MLE) Jabłko 0,5 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE) 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	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] 2 190,7 Białko ogółem [g] 121,5 Tłuszcz [g] 56,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 306,8 suma cukrów prostych [g] 59,9 Błonnik pokarmowy [g] 47,3 Sód [mg] 1 524,6

2026-05-31 niedziela	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z marchwi 70 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 50 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 90 g Margaryna 60% 15 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Marchewka mini gotowana 150 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE) 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	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 806,2 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 35,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,4 Węglowodany ogółem [g] 283,6 suma cukrów prostych [g] 55,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 Sód [mg] 589,4
	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 ziołami - dieta 70 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszzonej 400 (GLU, SEL, GOR) Makaron pełnoziarnisty z warzywami 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU) Surówka wielowarzywna 150 g		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z morskczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Schab zbojnicki 50 Rukola 6 g Pomidor 80 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 177,9 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 78,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 265 suma cukrów prostych [g] 51,7 Błonnik pokarmowy [g] 34 Sód [mg] 1 131,5
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa szpinakowa z ziemniakami-dieta 400 (GLU, MLE) Makaron z warzywami - dieta 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU) Mieszanka królewska gotowana 150 g		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z morskczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Schab zbojnicki 50 Rukola 6 g Pomidor 80 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 317,5 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 63,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Węglowodany ogółem [g] 338,8 suma cukrów prostych [g] 51,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Sód [mg] 343,5
2026-06-01 poniedziałek	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 ziołami - dieta 70 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g	Budyń o smaku śmietankowym z dodatkiem kakao b/c 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszzonej 400 (GLU, SEL, GOR) Makaron pełnoziarnisty z warzywami 280 g (GLU, JAJ, MLE) Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU) Surówka wielowarzywna 150 g	Półowa pomarańczy 100 g Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z morskczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Schab zbojnicki 50 Rukola 6 g Pomidor 80 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] 2 302 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 79,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 287,6 suma cukrów prostych [g] 69,3 Błonnik pokarmowy [g] 42 Sód [mg] 1 914,6

2026-06-01 poniedziałek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 90 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa szpinakowa z ziemniakami-dieta 400 ml (GLU, MLE) Makaron z warzywami - dieta 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU) Mieszanka królewska gotowana 150 g		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Pasta z morskczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Schab zbojnicki 50 g Rukola 6 g Pomidor b/skórki 90 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 460,6 Białko ogółem [g] 115,6 Tłuszcz [g] 66 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Węglowodany ogółem [g] 362,3 suma cukrów prostych [g] 60,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,1 Sód [mg] 439,4
	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 warzywna z papryką konserwową 70 g (SEL) Roszponka 10 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z kaszą manną 250 g (GLU, MLE) Kielbasa żywiecka poduszana, kielbasa wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU, SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem brązowym 400 (MLE, SEL) Rumsztyk wieprzowy (pieczony) z cebulką 150 g (GLU) Sałatka z kapusty czerwonej 150 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem 70 g (RYB, MLE) Szynka juhasa wp. 50 Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 80 g	Jabłko pieczone 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 220,8 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 75,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Węglowodany ogółem [g] 292,8 suma cukrów prostych [g] 73,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Sód [mg] 1 454,7
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z cukini 70 g Roszponka 10 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z kaszą manną 250 g (GLU, MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem - dieta 400 (MLE, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Dynia gotowana 150 g Sos szpinakowy - dieta 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Jabłko pieczone 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 127,2 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 50,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Węglowodany ogółem [g] 322,6 suma cukrów prostych [g] 76,8 Błonnik pokarmowy [g] 20 Sód [mg] 481,4
2026-06-02 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 warzywna z papryką konserwową 70 g (SEL) Kielbasa żywiecka poduszana, kielbasa wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 (GLU, SOJ) Roszponka 10 g Pomidor 80 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Koperkowa z ryżem brązowym 400 (MLE, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sałatka z kapusty czerwonej 150 g Sos szpinakowy - dieta 100 g (GLU, MLE)	Jabłko 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka juhasa wp. 50 Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem-dieta 70 g (RYB, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Połędwica sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 070,4 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 71,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 Węglowodany ogółem [g] 259,1 suma cukrów prostych [g] 49,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 Sód [mg] 2 032,4

2026-06-02 wtorek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczy-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z cukini 70 g Roszponka 10 g Pomidor b/skórki 90 g Zupa mleczna z kaszą manną 250 g (GLU, MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem - dieta 400 ml (MLE, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Dyńa gotowana 150 g Sos szpinakowy - dieta 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 90 g	Jabłko pieczone 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 107,5 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 47,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,5 Węglowodany ogółem [g] 323,3 suma cukrów prostych [g] 77,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Sód [mg] 501,2
	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Makaron pełnoziarnisty w sosie warzywno-mięsny (gotowanym) 300 g (GLU, JAJ, SEL) Surówka z marchwi i selera 150 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 40 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z brokuła i kukurydzy 70 g Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Kefir 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 110,1 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 62 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Węglowodany ogółem [g] 290,3 suma cukrów prostych [g] 71,4 Błonnik pokarmowy [g] 38 Sód [mg] 836
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Połowa pomarańczy 140 g Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 400 (GLU, MLE, SEL) Makaron w sosie warzywno-mięsny (gotowanym) 300 g (GLU, JAJ, SEL) Cukinia gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta brokułowa - dieta 70 g (SEL) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kefir 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 367,4 Białko ogółem [g] 108,8 Tłuszcz [g] 65,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Węglowodany ogółem [g] 345,2 suma cukrów prostych [g] 82,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sód [mg] 463,4
2026-06-03 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 twarogu 70 g (MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 400 g (GLU, SEL) Makaron pełnoziarnisty w sosie warzywno-mięsny (gotowanym) 300 g (GLU, JAJ, SEL) Surówka z marchwi i selera 150 g (MLE)	Mandarynka 1 szt Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta brokułowa - dieta 70 g (SEL) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynek z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 115,8 Białko ogółem [g] 107,4 Tłuszcz [g] 65,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 278,1 suma cukrów prostych [g] 59,1 Błonnik pokarmowy [g] 44 Sód [mg] 1 575,6

2026-06-03 środa	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Margaryna 60% 15 g (MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Połowa pomarańczy 140 g Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron w sosie warzywno-mięsnym (gotowanym) 300 g (GLU, JAJ, SEL) Cukinia gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Pasta brokułowa - dieta 70 g (SEL) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 90 g	Kefir 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 347,7 Białko ogółem [g] 108,8 Tłuszcz [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18 Węglowodany ogółem [g] 345,8 suma cukrów prostych [g] 82,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Sód [mg] 483,3
	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 tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 (SOJ) Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 400 g (MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 150 g		Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata z cytryną z/c 250 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) mozzarella 50 g (MLE) Roszponka 8 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Wafle ryżowe naturalne 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 341,6 Białko ogółem [g] 125 Tłuszcz [g] 70,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 Węglowodany ogółem [g] 307,5 suma cukrów prostych [g] 56,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 Sód [mg] 1 164,7
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ryżowa 400 ml (GLU, MLE) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym - dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 150 g		Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata z cytryną z/c 250 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) mozzarella 50 g (MLE) Roszponka 8 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Wafle ryżowe naturalne 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 416,4 Białko ogółem [g] 124,7 Tłuszcz [g] 68,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 Węglowodany ogółem [g] 329,6 suma cukrów prostych [g] 54,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 Sód [mg] 572,3
	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 tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 (SOJ) Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g	Gruszka 1 szt Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 400 g (MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 150 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata z cytryną b/c 250 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) mozzarella 50 g (MLE) Roszponka 8 g Pomidor 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Szynekowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 173,4 Białko ogółem [g] 121,8 Tłuszcz [g] 67,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 Węglowodany ogółem [g] 271,8 suma cukrów prostych [g] 49,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Sód [mg] 1 770,4

2026-06-04 czwartek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 20 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ryżowa 400 ml (GLU, MLE) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym - dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 150 g		Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Herbata z cytryną z/c 250 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) mozzarella 50 g (MLE) Roszponka 8 g Pomidor b/skórki 90 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Wafle ryżowe naturalne 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 399,5 Białko ogółem [g] 124,8 Tłuszcz [g] 66 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 Węglowodany ogółem [g] 330,8 suma cukrów prostych [g] 55,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,6 Sód [mg] 592,8
	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 i buraka 70 g Ser mozzarella 50 (MLE) Ogórek kiszony 80 g Roszponka 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Morszczuk smażony 120 (GLU, JAJ, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 150 g (GLU, SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Ser wędzony 50 (JAJ, MLE) Jajko gotowane na twardo 1 (JAJ) Pomidor z pietruszką 100 g Rukola 7 g	Kefir 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 529,7 Białko ogółem [g] 115 Tłuszcz [g] 85,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Węglowodany ogółem [g] 326,5 suma cukrów prostych [g] 68,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 Sód [mg] 1 684,7
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z buraka- dieta 70 g (SEL) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Pomidor 80 g Roszponka 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Morszczuk pieczony 120 (RYB) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 150 g (GLU, SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 (JAJ) Pomidor z pietruszką 100 g Rukola 7 g	Kefir 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 186,6 Białko ogółem [g] 79,9 Tłuszcz [g] 78,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,5 Węglowodany ogółem [g] 297,3 suma cukrów prostych [g] 69,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Sód [mg] 530,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Pasta z ciecierzycy i buraka 70 g Ser mozzarella 50 (MLE) Ogórek kiszony 80 g Roszponka 10 g	Jabłko 1 szt Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Morszczuk pieczony 120 (RYB) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 150 g (GLU, SEL)	Koktajl jogurtowo malinowy 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 100 g (GLU) Jajko gotowane na twardo 1 (JAJ) Ser wędzony 50 (JAJ, MLE) Pomidor z pietruszką 100 g Rukola 7 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] 2 335,1 Białko ogółem [g] 111,3 Tłuszcz [g] 82,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,9 Węglowodany ogółem [g] 283,9 suma cukrów prostych [g] 57,5 Błonnik pokarmowy [g] 43,1 Sód [mg] 2 368,1

2026-06-05 piątek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z buraka-dieta 70 g (SEL) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Pomidor b/skórki 90 g Rozsponka 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Morszczuk pieczony 120 (RYB) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 150 g (GLU, SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Jajko gotowane na twardo 1 (JAJ) Pomidor b/skórki 90 g Rukola 7 g	Kefir 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 136,1 Białko ogółem [g] 79,7 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Węglowodany ogółem [g] 297,3 suma cukrów prostych [g] 69,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Sód [mg] 548,5
	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) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 (MLE, SEL) Schab pieczony 100 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos własny 100 g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, papryki 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z soczewicy 70 g (SEL) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g	Banan 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 184,7 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 63,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 304,8 suma cukrów prostych [g] 77,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sód [mg] 801,1
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta 400 (MLE, SEL) Schab pieczony - dieta 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos własny 100 g (GLU) Dynia gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Banan 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 025,8 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 56,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Węglowodany ogółem [g] 291,5 suma cukrów prostych [g] 79,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,3 Sód [mg] 377,3
2026-06-06 sobota	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 g (MLE)	Koktajl jogurtowo-truskawkowy z płatkami jęczmiennymi 150 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 (MLE, SEL) Schab pieczony 100 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos własny 100 g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, papryki 150 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z soczewicy 70 g (SEL) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Schab zbojnicki 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 232,7 Białko ogółem [g] 115,7 Tłuszcz [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Węglowodany ogółem [g] 292,6 suma cukrów prostych [g] 46,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 Sód [mg] 1 661,7

2026-06-06 sobota	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 20 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta 400 g (MLE, SEL) Schab pieczony - dieta 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos własny 100 g (GLU) Dyńia gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 20 g	Banan 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 006,1 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 54,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Węglowodany ogółem [g] 292,1 suma cukrów prostych [g] 79,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 Sód [mg] 397,1
2026-06-07 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 jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Pomidor z cebulką 100 g Sałata zielona 10 g Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 400 (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 220 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) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 950,1 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 63,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Węglowodany ogółem [g] 240,4 suma cukrów prostych [g] 49,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 Sód [mg] 859,3
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Pomidor z pietruszką 100 g Sałata zielona 10 g Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem-dieta 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 220 Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Dyńia gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 983,7 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 62,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Węglowodany ogółem [g] 249,7 suma cukrów prostych [g] 49,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 Sód [mg] 691,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Pomidor z cebulką 100 g Sałata zielona 10 g Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 (SOJ)	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 220 Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Mizeria 150 g (MLE)	Koktajl na kefirze z truskawkami z płatkami owsianymi 150 g (GLU, MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 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] 2 116,6 Białko ogółem [g] 120,9 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Węglowodany ogółem [g] 243,8 suma cukrów prostych [g] 45,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Sód [mg] 1 576,9

2026-06-07 niedziela	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 10 g Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem-dieta 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 220 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Dynia gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 933,2 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 57,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3 Węglowodany ogółem [g] 249,7 suma cukrów prostych [g] 49,8 Błonnik pokarmowy [g] 20 Sód [mg] 709,5
	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 szczypiorkiem 70 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z twarogiem i szpinakiem gotowanym 350 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwii 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Pasta z groszku 70 g Pomidorki koktajlowe 100 g Rozzponka 7 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 827,8 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 53,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 243,5 suma cukrów prostych [g] 62 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 Sód [mg] 977,5
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) mozzarella 50 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami - dieta 400 (GLU, MLE, SEL) Makaron z twarogiem i szpinakiem gotowanym - dieta 350 g (GLU, JAJ, MLE) Cukinia gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Pasta z morskczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Pomidorki koktajlowe 100 g Rozzponka 7 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 984,3 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 53,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 279,5 suma cukrów prostych [g] 54,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Sód [mg] 387,4
2026-06-08 poniedziałek	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Twarożek z szczypiorkiem 70 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z twarogiem i szpinakiem gotowanym 350 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwii 150 g	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) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Pasta z groszku 70 g Pomidorki koktajlowe 100 g Rozzponka 7 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] 2 047,6 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Węglowodany ogółem [g] 261,1 suma cukrów prostych [g] 59,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 Sód [mg] 1 736,4

2026-06-08 poniedziałek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) mozzarella 50 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami - dieta 400 ml (GLU, MLE, SEL) Makaron z twarogiem i szpinakiem gotowanym - dieta 350 g (GLU, JAJ, MLE) Cukinia gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Pasta z morskczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 7 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 961,7 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 50,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Węglowodany ogółem [g] 279,5 suma cukrów prostych [g] 54,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Sód [mg] 406
	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Ser gouda z czarnuszką 40 g (MLE) Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250 g (MLE) Pomidor 80 g Roszponka 7		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 120 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty włoskiej 150 g (MLE) Sos meksykański 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Sałatka jarzynka 160 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 50 (SOJ) Sałata zielona 10 g	Jabłko 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 265,4 Białko ogółem [g] 110,1 Tłuszcz [g] 69,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 305,8 suma cukrów prostych [g] 70,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Sód [mg] 1 000,7
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250 g (MLE) Pomidor 80 g Roszponka 7		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 120 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Marchewka mini gotowana 150 g Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb bułkowy 100 g (GLU) Sałatka jarzynka - dieta 100 g (MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 50 (SOJ) Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 044,6 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 51,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 304,9 suma cukrów prostych [g] 68,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 Sód [mg] 632,6
2026-06-09 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 udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Pomidor 80 g Roszponka 7	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 120 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty włoskiej 150 g (MLE) Sos meksykański b/c 100 g (GLU)	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 100 g (GLU) Sałatka jarzynka 160 g Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 50 (SOJ) Sałata zielona 10 g	Pasta z twarogu 20 g (MLE) Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 015,1 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Węglowodany ogółem [g] 264,7 suma cukrów prostych [g] 43 Błonnik pokarmowy [g] 37 Sód [mg] 1 616,4

2026-06-09 wtorek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250 g (MLE) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 7 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 120 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Marchewka mini gotowana 150 g Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Margaryna 60% 15 g (MLE) Chleb bułkowy 100 g (GLU) Sałatka jarzynka - dieta 100 g (MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 50 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 023,1 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 49,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7 Węglowodany ogółem [g] 305,1 suma cukrów prostych [g] 69 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Sód [mg] 651,6
-------------------	---	--	--	--	--	--	---------------------------------	---

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,