

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-07-10 piątek	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Dżem brzoskwiowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Roszponka 8 g Banan 1 szt		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem pełnoziarnistym 400 g (GLU, JAJ, 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) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 182 Białko ogółem [g] 116 Tłuszcz [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Węglowodany ogółem [g] 294,2 suma cukrów prostych [g] 90,1 Błonnik pokarmowy [g] 25 Sód [mg] 1 707,6
	ŁATWOSTRAWNA - SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Dżem brzoskwiowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Banan 1 szt Roszponka 8 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem zacierka- dieta 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Morszczuk pieczony 100 g (RYB) 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) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 190,3 Białko ogółem [g] 119 Tłuszcz [g] 55,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 306,4 suma cukrów prostych [g] 88,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Sód [mg] 1 287,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Roszponka 8 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem pełnoziarnistym 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Morszczuk pieczony 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Warzywa po grecku- dieta 150 g (GLU, SEL)	Maślanka naturalna z truskawkami i płatkami owsianymi 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) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 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] 1 981,4 Białko ogółem [g] 121,6 Tłuszcz [g] 60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 Węglowodany ogółem [g] 237,1 suma cukrów prostych [g] 55 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Sód [mg] 2 318,9

2026-07-10 piątek	Dieta łatwastrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu 70 g (MLE) Dżem brzoskwiowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Banan 1 szt Roszponka 8 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem zacierka- dieta 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Morszczuk pieczony 100 g (RYB) 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) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 166,9 Białko ogółem [g] 118,8 Tłuszcz [g] 53,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Węglowodany ogółem [g] 306,4 suma cukrów prostych [g] 88,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,2 Sód [mg] 1 305,5
	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynka Hamasias z dymem, wieprzowa 50 g (SOJ) Rukola 10 g Słupki papryki kolorowej 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp. gotowaną 300 g (GLU, JAJ, MLE) Kalafior gotowany 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) Pasztecik pieczony, drobiowo wieprzowy 70 g (GLU) Ser wędzony 50 g (JAJ, MLE) Pomidor z cebulką 100 g Sałata zielona 20 g	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 294,4 Białko ogółem [g] 119 Tłuszcz [g] 81,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 Węglowodany ogółem [g] 275 suma cukrów prostych [g] 48,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sód [mg] 791,7
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynka Hamasias z dymem, wieprzowa 50 g (SOJ) Rukola 10 g Pomidorki koktajlowe 100 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Makaron z sosem bolognese z łopatką wieprzową (gotowaną)-dieta 300 g (GLU, JAJ, MLE) Kalafior gotowany 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Pomidor z pietruszką 100 g Sałata zielona 20 g	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 216,4 Białko ogółem [g] 104,4 Tłuszcz [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 305,9 suma cukrów prostych [g] 48,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Sód [mg] 492
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynka Hamasias z dymem, wieprzowa 50 g (SOJ) Słupki papryki kolorowej 80 g Rukola 10 g	Gruszka 0,5 szt Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp. gotowaną 300 g (GLU, JAJ, MLE) Kalafior gotowany 150 g	Jogurt naturalny z płatkami owsianymi i malinami 150 g (GLU, MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Ser wędzony 40 g (JAJ, MLE) Pasztecik pieczony, drobiowo wieprzowy 70 g (GLU) Pomidor z cebulką 100 g Sałata zielona 20 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 420,5 Białko ogółem [g] 131,1 Tłuszcz [g] 86,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Węglowodany ogółem [g] 280,9 suma cukrów prostych [g] 53,7 Błonnik pokarmowy [g] 40,9 Sód [mg] 1 571,3

2026-07-11 sobota	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szyńka Hamasja z dymem, wieprzowa 50 g (SOJ) Rukola 10 g Pomidorki koktajlowe 100 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Makaron z sosem bolognese z łopatką wieprzową (gotowaną)-dieta 300 g (GLU, JAJ) Kalaflor gotowany 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Pomidor z pietruszką 100 g Sałata zielona 20 g	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 193 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 64,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,2 Węglowodany ogółem [g] 305,9 suma cukrów prostych [g] 48,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Sód [mg] 510,4
	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z soczewicy 70 g (SEL) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE, SEL) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Sałata lodowa z koperkiem i jogurtem naturalnym 150 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka serowa z makaronem pełnoziarnistym 130 g (GLU, JAJ, MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 275,2 Białko ogółem [g] 119,1 Tłuszcz [g] 80,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 268,4 suma cukrów prostych [g] 49 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 Sód [mg] 863,6
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) mozzarella 50 g (MLE) 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) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Marchewka mini gotowana 200 g Sos pietruszkowy 60 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka makaronowa z warzywami - dieta 130 g (GLU, JAJ) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 082,2 Białko ogółem [g] 110,9 Tłuszcz [g] 56,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 Węglowodany ogółem [g] 288 suma cukrów prostych [g] 55,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 Sód [mg] 441,6
2026-07-12 niedziela	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) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g	Jabłko 0,5 szt Maślanka naturalna 150 g (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 (młode) 250 g (MLE) Sałata lodowa z koperkiem i jogurtem naturalnym 150 g (MLE)	Koktajl na kefirze z truskawkami 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka serowa z makaronem pełnoziarnistym 130 g (GLU, JAJ, MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (GLU, SOJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 148,1 Białko ogółem [g] 117,7 Tłuszcz [g] 67,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Węglowodany ogółem [g] 263,5 suma cukrów prostych [g] 47,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 Sód [mg] 1 425,5

2026-07-12 niedziela	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) 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) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Marchewka mini gotowana 200 g Sos pietruszkowy 60 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Sałatka makaronowa z warzywami - dieta 130 g (GLU, JAJ) Piers gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 058,8 Białko ogółem [g] 110,7 Tłuszcz [g] 54,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Węglowodany ogółem [g] 287,8 suma cukrów prostych [g] 55,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 Sód [mg] 459,9
	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Serek wiejski ziamisty 200 g (MLE) Połudwica 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		Kompot z owoców z/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszzonej 400 g (GLU, SEL, GOR) Makaron z twarogiem na słodko z jabłkiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-cynamonowy 100 g (GLU, JAJ, MLE) Banan 1 szt		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Mix sałat z ziołami i olejem 25 g Pomidor z szczypiorkiem 100 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 471,9 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 76,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,8 Węglowodany ogółem [g] 345,9 suma cukrów prostych [g] 124 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 Sód [mg] 1 526,1
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Serek wiejski ziamisty 200 g (MLE) Połudwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami- dieta 400 ml (MLE, SEL) Makaron z twarogiem na słodko z jabłkiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-cynamonowy 100 g (GLU, JAJ, MLE) Banan 1 szt		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Mix sałat z ziołami i olejem 25 g Pomidorki koktajlowe 100 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 379,9 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 66 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,4 Węglowodany ogółem [g] 352 suma cukrów prostych [g] 120,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 Sód [mg] 1 079,7
	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 ziamisty 200 g (MLE) Połudwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszzonej 400 g (GLU, SEL, GOR) Makaron z twarogiem i szpinakiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwii i chrzanu 200 g (MLE, S02)	Koktajl na maślanie z nektarynką i płatkami owsianymi 150 g (GLU, MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor z szczypiorkiem 100 g Mix sałat z ziołami i olejem 20 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Piers wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 365,3 Białko ogółem [g] 116,1 Tłuszcz [g] 92,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,7 Węglowodany ogółem [g] 267,4 suma cukrów prostych [g] 62,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Sód [mg] 3 137,7

2026-07-13 poniedziałek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Serek wiejski ziamisty 200 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami- dieta 400 ml (MLE, SEL) Makaron z twarogiem na słodko z jabłkiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-cynamonowy 100 g (GLU, JAJ, MLE) Banan 1 szt		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Szynekowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Mix sałat z ziołami i olejem 25 g Pomidorki koktajlowe 100 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 200,7 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 46,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 351,8 suma cukrów prostych [g] 120,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 Sód [mg] 1 088,8
2026-07-14 wtorek	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Twarożek z szczypiorkiem 70 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Roszponka 8 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z kaszą manną 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym-dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem (młode) 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) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Rukola 10 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 190 Białko ogółem [g] 122,6 Tłuszcz [g] 69,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Węglowodany ogółem [g] 270,5 suma cukrów prostych [g] 40,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 Sód [mg] 1 752,1
	LĄTWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Roszponka 8 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z kaszą manną 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym - dieta 200 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) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Rukola 10 g Pomidor z pietruszką 80 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 186 Białko ogółem [g] 121,2 Tłuszcz [g] 63,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Węglowodany ogółem [g] 285,5 suma cukrów prostych [g] 43,2 Błonnik pokarmowy [g] 18,9 Sód [mg] 473,8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g Twarożek z szczypiorkiem 70 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Roszponka 8 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym - dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Surówka z kapusty kiszzonej 200 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) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Rukola 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] 2 094,2 Białko ogółem [g] 111,1 Tłuszcz [g] 72,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 Węglowodany ogółem [g] 248,4 suma cukrów prostych [g] 38,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 Sód [mg] 2 406,6

2026-07-14 wtorek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Roszponka 8 g Pomidor b/skórki 80 g Zupa mleczna z kaszą manną 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym - dieta 200 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) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Rukola 10 g Pomidor z pietruszką 80 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 162,5 Białko ogółem [g] 121,1 Tłuszcz [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 285,5 suma cukrów prostych [g] 43 Błonnik pokarmowy [g] 18,9 Sód [mg] 492,1
2026-07-15 środa	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Jajecznica na parze 100 g (JAJ, MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 20 g Słupki papryki kolorowej 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta 400 g (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mieszanka królewska z olejem 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 morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 974,6 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 68,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 Węglowodany ogółem [g] 249,1 suma cukrów prostych [g] 78,7 Błonnik pokarmowy [g] 25 Sód [mg] 856,5
	ŁATWOSTRAWNA -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) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) 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 kurczakiem i szpinakiem gotowanym - dieta 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mieszanka królewska z olejem 150 g		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 153,3 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 69,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 287,5 suma cukrów prostych [g] 76,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 Sód [mg] 551
	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) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 20 g Słupki papryki kolorowej 80 g	Jabłko 0,5 szt Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta 400 g (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mieszanka królewska z olejem 150 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 101 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 002 Białko ogółem [g] 103,9 Tłuszcz [g] 72,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Węglowodany ogółem [g] 232,9 suma cukrów prostych [g] 52,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Sód [mg] 1 557,9

2026-07-15 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) Jajecznica na parze 100 g (JAJ, MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) 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 kurczakiem i szpinakiem gotowanym - dieta 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mieszanka królewska z olejem 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) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 129,7 Białko ogółem [g] 103,6 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 Węglowodany ogółem [g] 287,4 suma cukrów prostych [g] 76,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 Sód [mg] 569,3
	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 udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Ser topiony plastry 3 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 400 g (MLE, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Sos potrawkowy 100 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej 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) Szyńka juhasa wp. 50 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 994,6 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 61,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Węglowodany ogółem [g] 262,4 suma cukrów prostych [g] 55,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Sód [mg] 1 045,4
	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) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ryżowa 400 ml (GLU, MLE) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Dynia gotowana 150 g Sos potrawkowy 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Szyńka juhasa wp. 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 945,9 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 49,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 282,1 suma cukrów prostych [g] 51,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,9 Sód [mg] 407,8
2026-07-16 czwartek	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Gruszka 0,5 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 400 g (MLE, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Surówka z kapusty czerwonej 150 g Sos potrawkowy 100 g (GLU)	Koktajl na kefirze z truskawkami 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 100 g (GLU) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Szyńka juhasa wp. 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 20 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] 1 970,7 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 60,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Węglowodany ogółem [g] 254,9 suma cukrów prostych [g] 45 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 Sód [mg] 1 668,8

2026-07-16 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 udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ryżowa 400 ml (GLU, MLE) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Dynia gotowana 150 g Sos potrawkowy 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Szynka juchasa wp. 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 922,4 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 47,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5 Węglowodany ogółem [g] 282 suma cukrów prostych [g] 51 Błonnik pokarmowy [g] 19,9 Sód [mg] 426,1
	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (RYB, MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Rozszponka 8 g Pomidor 80 g Brzoskwinia 1 szt		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Morszczuk w sosie koperkowym 120 g (GLU, RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Mix sałat z pomidorem i jogurtem naturalnym 150 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadal 50 g (GLU, SOJ, SEL) Sałata zielona 10 g Słupki papryki kolorowej 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 887,5 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 57,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 247,5 suma cukrów prostych [g] 60,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Sód [mg] 939,9
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (RYB, MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 80 g Rozszponka 8 g Brzoskwinia 1 szt		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Morszczuk w sosie koperkowym 120 g (GLU, RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Warzywa w kostce gotowane 150 g (SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 987,1 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 62,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Węglowodany ogółem [g] 265,1 suma cukrów prostych [g] 51,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 Sód [mg] 575,2
	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 tuńczyka i twarogu 70 g (RYB, MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 80 g Rozszponka 8 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Morszczuk w sosie koperkowym 120 g (GLU, RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Mix sałat z pomidorem i jogurtem naturalnym 150 g (MLE)	Jabłko 0,5 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) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Słupki papryki kolorowej 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] 2 012,7 Białko ogółem [g] 107,4 Tłuszcz [g] 64,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 250,1 suma cukrów prostych [g] 56,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Sód [mg] 1 646,9

2026-07-17 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 tuńczyka i twarogu 70 g (RYB, MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 8 g Banan 1 szt		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Morszczuk w sosie koperkowym 120 g (GLU, RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Warzywa w kostce gotowane 150 g (SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 019,7 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 59,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Węglowodany ogółem [g] 278,8 suma cukrów prostych [g] 65,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 Sód [mg] 590,7
	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Serek kremowy topiony 2 szt (MLE) Rukola 8 g Ogórek zielony 80 g Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Sos pomidorowy - dieta 60 g (GLU) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 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) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Gruszka 1 szt Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 304,6 Białko ogółem [g] 123,7 Tłuszcz [g] 69,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 Węglowodany ogółem [g] 302,5 suma cukrów prostych [g] 68,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 Sód [mg] 867,6
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Rukola 8 g Pomidorki koktajlowe 100 g Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Sos pomidorowy - dieta 60 g (GLU) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 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) Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 213,7 Białko ogółem [g] 114,3 Tłuszcz [g] 65,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 296,5 suma cukrów prostych [g] 55,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 Sód [mg] 571,1
2026-07-18 sobota	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z młkiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Ogórek zielony 80 g Rukola 8 g Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Kompot z owoców b/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 200 g Sos pomidorowy - dieta 60 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) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor 80 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] 2 260,2 Białko ogółem [g] 116,9 Tłuszcz [g] 64,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 Węglowodany ogółem [g] 302,8 suma cukrów prostych [g] 73,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,6 Sód [mg] 1 623,9

2026-07-18 sobota	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczy-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Rukola 8 g Pomidorki koktajlowe 100 g Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Sos pomidorowy - dieta 60 g (GLU) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 108,9 Białko ogółem [g] 114,1 Tłuszcz [g] 53,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 296,4 suma cukrów prostych [g] 55,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 Sód [mg] 580,3
	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g mozzarella 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 220 g Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (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) Salatka 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] 2 133,9 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 82,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Węglowodany ogółem [g] 246,7 suma cukrów prostych [g] 50,4 Błonnik pokarmowy [g] 30 Sód [mg] 950,5
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) mozzarella 50 g (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 Rosół z makaronem-dieta 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 220 g Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Marchewka mini gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Salatka 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] 2 070,1 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 67,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Węglowodany ogółem [g] 270,5 suma cukrów prostych [g] 47,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 Sód [mg] 529,8
2026-07-19 niedziela	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) mozzarella 50 g (MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka naturalna z truskawkami 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 220 g Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Surówka z kapusty włoskiej 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) Salatka 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] 2 365,8 Białko ogółem [g] 127,6 Tłuszcz [g] 95,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,8 Węglowodany ogółem [g] 249,1 suma cukrów prostych [g] 42,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 Sód [mg] 1 667,1

2026-07-19 niedziela	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) mozzarella 50 g (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 Rosół z makaronem-dieta 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 220 g Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Marchewka mini gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Sałatka jarzynka - dieta 160 g (MLE, SEL) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 10 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 046,7 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 64,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 270,4 suma cukrów prostych [g] 47,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 Sód [mg] 548,1
----------------------	---	---	--	--	--	---	--	--

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,