

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-08-09 niedziela	PODSTAWA - SZP	Chleb mieszany 60 g (GLU) Chleb graham 40 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Awanturka-dieta 70 g (MLE) Schab zbojnicki 50 g Salata zielona 20 g Pomidor z koperkiem 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Kotlet schabowy smażony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 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 z ryżem brązowym, ogórkiem konserwowym, kukurydzą, papryką i ananase 150 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Salata zielona 10 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 333,1 Białko ogółem [g] 110,3 Tłuszcz [g] 77,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 Węglowodany ogółem [g] 303,8 suma cukrów prostych [g] 45 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sód [mg] 1 010
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Schab zbojnicki 50 g Awanturka-dieta 70 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor z koperkiem 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Schab pieczony - dieta 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g Sos własny 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Salatka ryżowa z wędliną-dieta 150 g (MLE, SEL) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Salata zielona 10 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 097,9 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 52,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 306,2 suma cukrów prostych [g] 38,1 Błonnik pokarmowy [g] 18,2 Sód [mg] 385,4
	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) Awanturka-dieta 70 g (MLE) Schab zbojnicki 50 g Pomidor z koperkiem 80 g Salata zielona 20 g	Jabłko 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Schab pieczony - dieta 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty włoskiej 150 g (MLE) Sos własny 100 g (GLU)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Salatka z ryżem brązowym, ogórkiem konserwowym, kukurydzą, papryką i ananase 150 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Salata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Salata zielona 10 g Pierś gotowana z indyka (Bianka) 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 235,8 Białko ogółem [g] 110,3 Tłuszcz [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Węglowodany ogółem [g] 296,1 suma cukrów prostych [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,9 Sód [mg] 1 675,1
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Schab zbojnicki 50 g Awanturka-dieta 70 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor z koperkiem 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Schab pieczony - dieta 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g Sos własny 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Salatka ryżowa z wędliną-dieta 150 g (MLE, SEL) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Salata zielona 10 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 074,5 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 49,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Węglowodany ogółem [g] 306,2 suma cukrów prostych [g] 38,1 Błonnik pokarmowy [g] 18,2 Sód [mg] 403,8

2026-08-10 poniedziałek	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g mozzarella 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 220 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kalarepy, marchwi i jabłka 200 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) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynka juhasa wp. 50 g Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 046,7 Białko ogółem [g] 112,1 Tłuszcz [g] 75,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 Węglowodany ogółem [g] 234,3 suma cukrów prostych [g] 47,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 Sód [mg] 872,3
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) mozzarella 50 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem - dieta 400 ml (MLE, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 220 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Brokuł gotowany 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynka juhasa wp. 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 084 Białko ogółem [g] 113,7 Tłuszcz [g] 73,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 Węglowodany ogółem [g] 245,1 suma cukrów prostych [g] 43,2 Błonnik pokarmowy [g] 18,7 Sód [mg] 481,8
	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) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Koperkowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 220 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kalarepy, marchwi i jabłka 150 g (MLE)	Gruszka 0,5 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynka juhasa wp. 50 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (GLU, SOJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 203,4 Białko ogółem [g] 123,2 Tłuszcz [g] 81,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 Węglowodany ogółem [g] 246,2 suma cukrów prostych [g] 52,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 Sód [mg] 1 580,5
	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) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem - dieta 400 ml (MLE, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 220 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Brokuł gotowany 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynka juhasa wp. 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 060,5 Białko ogółem [g] 113,5 Tłuszcz [g] 71,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 245 suma cukrów prostych [g] 43 Błonnik pokarmowy [g] 18,6 Sód [mg] 500

2026-08-11 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 Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Roszponka 10 g Papryka żółta 80 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200 g (GLU, MLE) Arbuz 150 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Makaron z twarogiem na słodko 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mus jabłkowy, gotowany 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) Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 70 g (GLU) Ser wędzony 50 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 10 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 454,9 Białko ogółem [g] 112,8 Tłuszcz [g] 67 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2 Węglowodany ogółem [g] 358 suma cukrów prostych [g] 100,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,2 Sód [mg] 1 282,8
	ŁATWOSTRAWNA - SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Roszponka 10 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200 g (GLU, MLE) Arbuz 150 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Makaron z twarogiem na słodko 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mus jabłkowy, gotowany 200 g		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 pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 10 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 406,5 Białko ogółem [g] 114,7 Tłuszcz [g] 57,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 Węglowodany ogółem [g] 364,9 suma cukrów prostych [g] 105,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 Sód [mg] 1 172,3
	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 twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Roszponka 10 g Papryka żółta 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Arbuz 100 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Risotto z ryżem brązowym, warzywami i ciecierzycą 250 g (MLE) Surówka z selera i jabłka- dieta 200 g (MLE) Sos pomidorowy - dieta 80 g (GLU)	Kefir 1,5% 150 g (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 pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 334,6 Białko ogółem [g] 122,5 Tłuszcz [g] 68,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 Węglowodany ogółem [g] 311,5 suma cukrów prostych [g] 59,8 Błonnik pokarmowy [g] 51,6 Sód [mg] 2 730,7
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 10 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200 g (GLU, MLE) Arbuz 150 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Makaron z twarogiem na słodko 300 g (GLU, JAJ, MLE) Mus jabłkowy, gotowany 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 10 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 301,7 Białko ogółem [g] 114,5 Tłuszcz [g] 46,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Węglowodany ogółem [g] 364,7 suma cukrów prostych [g] 105,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 Sód [mg] 1 181,5

2026-08-12 środa	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z ciecierzycy 70 g (SEL) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszonej 400 g (GLU, SEL, GOR) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 200 g Sos pietruszkowy 80 g (GLU, MLE)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 266,5 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 73,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 Węglowodany ogółem [g] 306,6 suma cukrów prostych [g] 87,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,5 Sód [mg] 1 060,1
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grysikowa - dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 200 g Sos pietruszkowy 60 g (GLU, MLE)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 167 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 67,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,9 Węglowodany ogółem [g] 308,7 suma cukrów prostych [g] 85,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 Sód [mg] 510,8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z ciecierzycy 70 g (SEL) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g	Gruszka 0,5 szt Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszonej 400 g (GLU, SEL, GOR) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 200 g Sos pietruszkowy 60 g (GLU, MLE)	Kisiel truskawkowy b/c 150 g	Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 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) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 162,4 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 69,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 285,9 suma cukrów prostych [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 40,9 Sód [mg] 1 748,2
	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) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grysikowa - dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 200 g Sos pietruszkowy 60 g (GLU, MLE)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 087,2 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 59,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Węglowodany ogółem [g] 307,9 suma cukrów prostych [g] 84,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 Sód [mg] 529,1

2026-08-13 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 Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Jabłko pieczone 1 szt Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (MLE, SEL) gulasz z łopatki wieprzowej- diety (gotowany) 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z ogórków kiszonych z cebulą 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Ser topiony plastry 2 szt (MLE) Słupki papryki kolorowej 80 g Sałata zielona 10 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 160,6 Białko ogółem [g] 107,1 Tłuszcz [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 Węglowodany ogółem [g] 296,7 suma cukrów prostych [g] 70,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Sód [mg] 1 709
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Jabłko pieczone 1 szt Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami- diety 400 g (MLE, SEL) gulasz z łopatki wieprzowej- diety (gotowany) 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Dyńa gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (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 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 140,7 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 57,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Węglowodany ogółem [g] 312,3 suma cukrów prostych [g] 73,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 Sód [mg] 414,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Półowa pomarańczy 120 g Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (MLE, SEL) gulasz z łopatki wieprzowej- diety (gotowany) 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z ogórków kiszonych z cebulą 150 g	Jogurt naturalny z płatkami owsianymi i malinami 150 g (GLU, MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 100 g (GLU) 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 50 g Słupki papryki kolorowej 80 g Sałata zielona 10 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] 2 010,7 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 57,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 270,7 suma cukrów prostych [g] 41,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,4 Sód [mg] 2 401,8
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Jabłko pieczone 1 szt Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami- diety 400 g (MLE, SEL) gulasz z łopatki wieprzowej- diety (gotowany) 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Dyńa gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (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 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 117,3 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 54,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Węglowodany ogółem [g] 312,3 suma cukrów prostych [g] 73,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 Sód [mg] 432,3

2026-08-14 piątek	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Jajecznicza na parze 100 g (JAJ, MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka, wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Roszponka 8 g Pomidor z szczypiorkiem 100 g		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) 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) Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Połędwica sopocka, wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 50 g (GLU) Rukola 7 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 998,7 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 60,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 259,1 suma cukrów prostych [g] 57,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sód [mg] 1 155,6
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Jajecznicza na parze 100 g (JAJ, MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka, wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Pomidor 80 g Roszponka 8 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Morszczuk pieczony 100 g (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) Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Pomidor 80 g Rukola 7 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 902,3 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 53,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 253 suma cukrów prostych [g] 54,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,4 Sód [mg] 711
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Jajecznicza na parze 100 g (JAJ, MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka, wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Pomidor z szczypiorkiem 100 g Roszponka 8 g	Kefir 1 szt (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Morszczuk pieczony 100 g (RYB) Warzywa po grecku- dieta 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE)	Gruszka 0,5 szt Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Połędwica sopocka, wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 50 g (GLU) Rukola 7 g Pomidor 80 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] 2 215,9 Białko ogółem [g] 133 Tłuszcz [g] 67,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Węglowodany ogółem [g] 269,7 suma cukrów prostych [g] 56,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 Sód [mg] 1 771,3
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Jajecznicza na parze 100 g (JAJ, MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka, wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Pomidor 80 g Roszponka 8 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Morszczuk pieczony 100 g (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) Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Pomidor 80 g Rukola 7 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 878,9 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 51,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5 Węglowodany ogółem [g] 252,9 suma cukrów prostych [g] 54,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,4 Sód [mg] 729,3

2026-08-15 sobota	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Ser kremowy topiony w trójkącikach ze śmietanką 3 szt (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Filet drobiowy w cieście opiekany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z pora, jabłka i marchwii 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) Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor z pietruszką 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 154,6 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 80,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 256,4 suma cukrów prostych [g] 59 Błonnik pokarmowy [g] 26 Sód [mg] 788,3
	LATWOSTRAWNA - SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos potrawkowy 60 g (GLU) Marchewka mini gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa 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) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor z pietruszką 100 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 967,3 Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 63,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Węglowodany ogółem [g] 254,5 suma cukrów prostych [g] 51,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 Sód [mg] 414,4
	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) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos potrawkowy 60 g (GLU) Surówka z pora, jabłka i marchwii 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) Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor z pietruszką 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonie niejadalnej 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 071,7 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 72,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 Węglowodany ogółem [g] 247,2 suma cukrów prostych [g] 48,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 Sód [mg] 1 470
	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) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 10 g Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos potrawkowy 60 g (GLU) Marchewka mini gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor z pietruszką 100 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 943,8 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 61,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 254,4 suma cukrów prostych [g] 51,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 Sód [mg] 432,7

2026-08-16 niedziela	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) Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Melon 120 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka Coleslaw 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka jarzynka 160 g (JAJ, SEL, GOR) Szynka juhasa wp. 50 g Sałata zielona 10 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 115 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 270,7 suma cukrów prostych [g] 59,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sód [mg] 1 001,9
	LATWOSTRAWNA - 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) Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Melon 120 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym-dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 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) Sałatka jarzynka - dieta 160 g (MLE, SEL) Szynka juhasa wp. 50 g Sałata zielona 10 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 071,1 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 51,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 297,2 suma cukrów prostych [g] 53,9 Błonnik pokarmowy [g] 25 Sód [mg] 561
	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) Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Melon 80 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka Coleslaw 150 g	Koktajl na maśle z malinami 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka jarzynka 160 g (JAJ, SEL, GOR) Szynka juhasa wp. 50 g Sałata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 324,7 Białko ogółem [g] 123 Tłuszcz [g] 80,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 Węglowodany ogółem [g] 280,1 suma cukrów prostych [g] 57,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,7 Sód [mg] 1 725,8
	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) Szynekowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Melon 120 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml (MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym-dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Cukinia gotowana 200 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) Szynka juhasa wp. 50 g Sałata zielona 10 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 047,6 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 49,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,1 Węglowodany ogółem [g] 297,1 suma cukrów prostych [g] 53,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 Sód [mg] 579,2

2026-08-17 poniedziałek	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Serek wiejski ziamisty 200 g (MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Miód 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa z czerwonej soczewicy i ciecierzycy 400 g (GLU, SEL) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Sos koperkowy-dieta 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, papryki 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) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Rukola 10 g Ogórek zielony 80 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 396,8 Białko ogółem [g] 116,5 Tłuszcz [g] 79 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 Węglowodany ogółem [g] 306,4 suma cukrów prostych [g] 68,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sód [mg] 1 484,4
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Serek wiejski ziamisty 200 g (MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Miód 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami- dieta 400 ml (MLE, SEL) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Sos koperkowy-dieta 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Dynia gotowana 200 g		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Rukola 10 g Pomidorki koktajlowe 100 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 108,9 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 297,7 suma cukrów prostych [g] 70,7 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Sód [mg] 1 180,6
	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) Serek wiejski ziamisty 200 g (MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g	Jabłko 0,5 szt Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa z czerwonej soczewicy i ciecierzycy 400 g (GLU, SEL) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Sos koperkowy-dieta 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, papryki 150 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) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Ogórek zielony 80 g Rukola 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynkowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 359,6 Białko ogółem [g] 116,7 Tłuszcz [g] 80,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Węglowodany ogółem [g] 289,7 suma cukrów prostych [g] 56,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 Sód [mg] 2 183,6
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Serek wiejski ziamisty 200 g (MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Miód 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami- dieta 400 ml (MLE, SEL) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Sos koperkowy-dieta 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Dynia gotowana 200 g		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Rukola 10 g Pomidorki koktajlowe 100 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 922,9 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 38,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 Węglowodany ogółem [g] 297,5 suma cukrów prostych [g] 70,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Sód [mg] 1 180,6

2026-08-18 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 Pasta z groszku 70 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Roszponka 8 g Papryka żółta, świeża 80 g Zupa mleczna z kaszą jaglaną 200 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 400 g (MLE, SEL) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty czerwonej 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) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 106,2 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 74,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 282,2 suma cukrów prostych [g] 51,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Sód [mg] 965,9
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g mozzarella 50 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Roszponka 8 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z kaszą jaglaną 200 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ryżowa 400 ml (GLU, MLE) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 169,9 Białko ogółem [g] 87,4 Tłuszcz [g] 75,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 Węglowodany ogółem [g] 289,3 suma cukrów prostych [g] 44 Błonnik pokarmowy [g] 16,5 Sód [mg] 282,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g Pasta z groszku 70 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Papryka żółta, świeża 80 g Roszponka 8 g	Gruszka 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 400 g (MLE, SEL) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty czerwonej 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) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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 niejadł 20 g (GLU, SOJ, SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 174,1 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 80,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 Węglowodany ogółem [g] 282 suma cukrów prostych [g] 53,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,5 Sód [mg] 1 584,9
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g mozzarella 50 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Roszponka 8 g Pomidor b/skórki 80 g Zupa mleczna z kaszą jaglaną 200 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ryżowa 400 ml (GLU, MLE) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 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) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 065,1 Białko ogółem [g] 87,2 Tłuszcz [g] 64,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 289,2 suma cukrów prostych [g] 43,8 Błonnik pokarmowy [g] 16,4 Sód [mg] 291,3

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,