

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-07-30 czwartek	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Ogórek kiszony 40 g Pomidor z cebulką 100 g Sałata zielona 20 g Ser topiony plastry 2 szt (MLE) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Buraczkowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 (GLU, MLE) Gołąbki bez zwijania 300 g (GLU, JAJ) Surówka wielowarzywna 150 Sos pomidorowy 100 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) Pasta z twarogu, ogórka i czosnku 70 g (MLE) Szynkowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Rukola 7 g	Jabłko pieczone 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 221,1 Białko ogółem [g] 110,9 Tłuszcz [g] 68,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 Węglowodany ogółem [g] 298,1 suma cukrów prostych [g] 83 Błonnik pokarmowy [g] 36 Sód [mg] 1 547,3
	LATWOSTRAWNA -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 2 szt (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Buraczkowa z ziemniakami i natką pietruszki - dieta 400 (GLU) Pulpet drobiowy gotowany 90 g (GLU, JAJ) Warzywa gotowane w sosie 150 (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE) Szynkowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Rukola 7 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 009,5 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 Węglowodany ogółem [g] 283,4 suma cukrów prostych [g] 66,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 Sód [mg] 716,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Ogórek kiszony 40 g Pomidor z cebulką 100 g Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Buraczkowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 (GLU, MLE) Pulpet drobiowy gotowany 90 g (GLU, JAJ) Surówka wielowarzywna 150 Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE)	Jabłko 1 szt Jogurt naturalny 2% t 150 g (MLE)	Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z twarogu, ogórka i czosnku 70 g (MLE) Szynkowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Rukola 7 g Pomidor 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynkowa dębowa, kiełbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 983,4 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 63,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Węglowodany ogółem [g] 256,3 suma cukrów prostych [g] 55,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sód [mg] 2 143,9
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Haga serek twarogowy śmietankowy 3 szt (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 90 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Buraczkowa z ziemniakami i natką pietruszki - dieta 400 (GLU) Pulpet drobiowy gotowany 90 g (GLU, JAJ) Warzywa gotowane w sosie 150 (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE) Szynkowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Rukola 7 g Pomidor b/skórki 90 g	Jabłko pieczone 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 919,8 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 44,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 291,4 suma cukrów prostych [g] 70,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sód [mg] 774,8

2026-07-31 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 100 g (JAJ) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Papryka świeża 80 g Roszponka 7 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kminkowa z ziemniakami 400 (GLU, JAJ, MLE, SEL) Morszczuk w sosie porowym 170 g (GLU, RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Surówka z kapusty kiszzonej 150		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 Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 Salata zielona 20 g	Banan 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 210,4 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 88 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 261,3 suma cukrów prostych [g] 73,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Sód [mg] 1 299,7
	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) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Roszponka 7 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 (GLU, MLE) Morszczuk pieczony 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Salatka jarzynka - dieta 100 g (MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 Salata zielona 20 g	Banan 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 067,7 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 55,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 Węglowodany ogółem [g] 303 suma cukrów prostych [g] 75,3 Błonnik pokarmowy [g] 22 Sód [mg] 622,9
	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 100 g (JAJ) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Papryka świeża 80 g Roszponka 7 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Kminkowa z ziemniakami 400 (GLU, JAJ, MLE, SEL) Morszczuk w sosie porowym 170 g (GLU, RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Surówka z kapusty kiszzonej 150	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Salatka jarzynka 160 g Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 Salata zielona 20 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Salata zielona 10 g Schab zbojnicki 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 251,8 Białko ogółem [g] 109,5 Tłuszcz [g] 94,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 Węglowodany ogółem [g] 241 suma cukrów prostych [g] 48,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Sód [mg] 2 020,2
	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) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 7 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 (GLU, MLE) Morszczuk pieczony 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 150 Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Salatka jarzynka - dieta 100 g (MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 Salata zielona 20 g	Banan 1 szt Serek wiejski zmiasty 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 152,1 Białko ogółem [g] 114,5 Tłuszcz [g] 57,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 Węglowodany ogółem [g] 301,9 suma cukrów prostych [g] 74,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 Sód [mg] 1 402

2026-08-01 sobota	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z ciecierzycy i buraka 70 g Żywiecka ze spiżarni, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Sałata zielona 20 g Pomidor z szczypiorkiem 100 g Arbuz 150 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem brązowym 400 (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos potrawkowy z groszkiem 100 g (GLU) Surówka z kapusty włoskiej 150 (MLE) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE)		Herbata z cytryną 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) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 077,6 Białko ogółem [g] 112,3 Tłuszcz [g] 62,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 266,5 suma cukrów prostych [g] 52,7 Błonnik pokarmowy [g] 34 Sód [mg] 941
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Arbuz 150 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem - dieta 400 (MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos potrawkowy - dieta 100 g (GLU) Dyńa gotowana z olejem 150 Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 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	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 894,5 Białko ogółem [g] 111,5 Tłuszcz [g] 44,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 265,8 suma cukrów prostych [g] 52,9 Błonnik pokarmowy [g] 15,2 Sód [mg] 358,6
	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) Pasta z ciecierzycy i buraka 70 g Żywiecka ze spiżarni, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Sałata zielona 20 g Pomidor z szczypiorkiem 100 g	Półowa pomarańczy 140 g Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Koperkowa z ryżem brązowym 400 (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos potrawkowy z groszkiem 100 g (GLU) Surówka z kapusty włoskiej 150 (MLE) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g (MLE)	Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem 50 g (RYB, 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	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] 2 162,9 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 62,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 287,4 suma cukrów prostych [g] 64,6 Błonnik pokarmowy [g] 42,6 Sód [mg] 1 687,2
	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) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 90 g Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem - dieta 400 (MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos potrawkowy - dieta 100 g (GLU) Dyńa gotowana z olejem 150 Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 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 b/skórki 90 g	Kefir 1 szt (MLE) Wafle ryżowe naturalne 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 917,3 Białko ogółem [g] 113,9 Tłuszcz [g] 33,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9 Węglowodany ogółem [g] 291,5 suma cukrów prostych [g] 54,4 Błonnik pokarmowy [g] 18,7 Sód [mg] 368,2

2026-08-02 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) Pasztecik pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU) Ser gouda z czarnuszką 40 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 400 (GLU, JAJ, SEL) Schab pieczony 100 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej 150 Sos własny 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z ziołami 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Jabłko 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 059,1 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 74,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Węglowodany ogółem [g] 244,2 suma cukrów prostych [g] 59,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 Sód [mg] 1 381,3
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem-dieta 400 (GLU, JAJ, SEL) Schab pieczony - dieta 100 g Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Kalaftor gotowany 150 Sos własny 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 973,6 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 61,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Węglowodany ogółem [g] 259,8 suma cukrów prostych [g] 59,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 Sód [mg] 399,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 10 g	Gruszka 1 szt Jogurt naturalny 2% t 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 (GLU, JAJ, SEL) Schab pieczony 100 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR) Surówka z kapusty pekińskiej 150 Sos własny 100 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE)	Koktajl jogurtowy z nektarynką 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z ziołami 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 Sałata zielona 20 g Papryka świeża 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] 2 098,5 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 73,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 Węglowodany ogółem [g] 248,2 suma cukrów prostych [g] 61,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 Sód [mg] 2 256,2
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kakao z/c 250 ml (MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 (SOJ) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 10 g Kefir 1,5% 150 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem-dieta 400 (GLU, JAJ, SEL) Schab pieczony - dieta 100 g Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Kalaftor gotowany 150 Sos własny 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 90 g	Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 941,5 Białko ogółem [g] 102,7 Tłuszcz [g] 52,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Węglowodany ogółem [g] 267,5 suma cukrów prostych [g] 64,1 Błonnik pokarmowy [g] 21 Sód [mg] 410,3

2026-08-03 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) Pasta z groszku 70 g mozzarella 50 g (MLE) Pomidor z koperkiem 100 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 400 (GLU) Makaron z twarogiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-cynamonowy 100 g (GLU, JAJ, MLE) Banan 1 szt		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g	Nektarynka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 531,5 Białko ogółem [g] 125,3 Tłuszcz [g] 69,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 Węglowodany ogółem [g] 360,5 suma cukrów prostych [g] 108,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 Sód [mg] 1 432,8
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z marchwi 70 g mozzarella 50 g (MLE) Pomidor z koperkiem 100 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 400 (GLU, MLE, SEL) Makaron z twarogiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-cynamonowy 100 g (GLU, JAJ, MLE) Banan 1 szt		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Nektarynka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 453,8 Białko ogółem [g] 114,2 Tłuszcz [g] 69,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 Węglowodany ogółem [g] 351,9 suma cukrów prostych [g] 113 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 Sód [mg] 1 145,9
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z groszku 50 g mozzarella 50 g (MLE) Pomidor z koperkiem 90 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 400 (GLU) Makaron z twarogiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-cynamonowy 100 g (GLU, JAJ, MLE) Jabłko 1 szt	Koktajl na kefirze z malinami 150 g (MLE)	Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 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] 2 406,7 Białko ogółem [g] 122,8 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,6 Węglowodany ogółem [g] 322,2 suma cukrów prostych [g] 62,4 Błonnik pokarmowy [g] 39,8 Sód [mg] 1 631
	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 mozzarella 50 g (MLE) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 400 (GLU, MLE, SEL) Makaron z twarogiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-cynamonowy 100 g (GLU, JAJ, MLE) Banan 1 szt		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 90 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 324,8 Białko ogółem [g] 119,4 Tłuszcz [g] 50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Węglowodany ogółem [g] 355,8 suma cukrów prostych [g] 119,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,6 Sód [mg] 1 144,8

2026-08-04 wtorek	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	PODSTAWA - SZP						
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	ŁATWOSTRAWNA -SZP						

2026-08-05 środa	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynek z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE, SEL) Filet drobiowy w cieście opiekany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 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) Schab zbojnicki 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor z szczypiorkiem 100 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 974,7 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 65,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 251,3 suma cukrów prostych [g] 53,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 Sód [mg] 918,4
	LATWOSTRAWNA -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) Szynek z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 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) Sos pietruszkowy 60 g (GLU, MLE) Cukinia 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) Schab zbojnicki 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 874 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 52,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 256,2 suma cukrów prostych [g] 45,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Sód [mg] 531,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynek z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 g	Półowa pomarańczy 100 g Kefir 1,5% 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) Sos pietruszkowy 60 g (GLU, MLE) Surówka z pora, jabłka i marchwii 150 g (MLE)	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 100 g (GLU) Schab zbojnicki 40 g Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Sałata zielona 20 g Pomidor z szczypiorkiem 100 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] 1 991,4 Białko ogółem [g] 108,5 Tłuszcz [g] 62,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 248,8 suma cukrów prostych [g] 59,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Sód [mg] 1 656,4
	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) Szynek z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 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) Sos pietruszkowy 60 g (GLU, MLE) Cukinia 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) Schab zbojnicki 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 850,4 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 49,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,1 Węglowodany ogółem [g] 256 suma cukrów prostych [g] 45,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Sód [mg] 549,7

2026-08-06 czwartek	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Pasta z soczewicy 70 g (SEL) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z kaszą jaglaną 200 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem pełnoziarnistym 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym-dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) 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) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 50 g (SOJ) mozzarella 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 100 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 222,4 Białko ogółem [g] 128,5 Tłuszcz [g] 69,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 Węglowodany ogółem [g] 275,4 suma cukrów prostych [g] 41,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 Sód [mg] 722,8
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z kaszą jaglaną 200 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem-dieta 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym-dieta 200 g (GLU) 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) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 50 g (SOJ) mozzarella 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 100 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 179,3 Białko ogółem [g] 118 Tłuszcz [g] 71,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,9 Węglowodany ogółem [g] 271,5 suma cukrów prostych [g] 40,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,2 Sód [mg] 404,4
	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 soczewicy 70 g (SEL) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym-dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem (młode) 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) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 50 g (SOJ) mozzarella 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 100 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (GLU, SOJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 108,8 Białko ogółem [g] 121,2 Tłuszcz [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Węglowodany ogółem [g] 246 suma cukrów prostych [g] 38,8 Błonnik pokarmowy [g] 34 Sód [mg] 1 339,3
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Herbata owocowa z/c 250 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Zupa mleczna z kaszą jaglaną 200 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem-dieta 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Bitka ze schabu wieprzowego w sosie własnym-dieta 200 g (GLU) 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) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 50 g (SOJ) mozzarella 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 100 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 074,5 Białko ogółem [g] 117,9 Tłuszcz [g] 59,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 271,3 suma cukrów prostych [g] 40,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,2 Sód [mg] 413,6

2026-08-07 piątek	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Melon 100 g Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Sałata lodowa z rzodkiewką, ogórkiem, szczypiorkiem i jogurtem naturalnym 150 g (MLE) Sos koperkowy-dieta 80 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 10 g Papryka świeża 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 027,5 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 53,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Węglowodany ogółem [g] 287,2 suma cukrów prostych [g] 108,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 Sód [mg] 1 467
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Melon 100 g Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Warzywa w kostce gotowane 150 g (SEL) Sos koperkowy-dieta 80 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 129,8 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 58,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 306,8 suma cukrów prostych [g] 101,4 Błonnik pokarmowy [g] 25 Sód [mg] 1 104
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Pierś gotowana z indyka (Bianka) 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g	Melon 80 g Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Sałata lodowa z rzodkiewką, ogórkiem, szczypiorkiem i jogurtem naturalnym 150 g (MLE) Sos koperkowy-dieta 80 g (GLU, MLE)	Jogurt naturalny z płatkami owsianymi i truskawkami 150 g (GLU, MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 10 g Papryka świeża 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Ser gouda, dojrzewający 20 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 092,3 Białko ogółem [g] 118,2 Tłuszcz [g] 64,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 257,9 suma cukrów prostych [g] 53,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Sód [mg] 2 231,7
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt Melon 100 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Warzywa w kostce gotowane 150 g (SEL) Sos koperkowy-dieta 80 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 106,3 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 55,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 Węglowodany ogółem [g] 306,6 suma cukrów prostych [g] 101,4 Błonnik pokarmowy [g] 25 Sód [mg] 1 122,3

2026-08-08 sobota	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Pomidor z pietruszką 100 g Sałata zielona 20 g Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Surówka Colesław 150 g Sos szpinakowy - dieta 60 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) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (RYB, MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadal 50 g (GLU, SOJ, SEL) Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g	Jabłko 1 szt Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 056,9 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 271,7 suma cukrów prostych [g] 61,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Sód [mg] 874,8
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor z pietruszką 100 g Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grycikowa - dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Dynia gotowana 150 g Sos szpinakowy - dieta 60 g (GLU, MLE)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (RYB, MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 971,4 Białko ogółem [g] 103,6 Tłuszcz [g] 55,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 267,1 suma cukrów prostych [g] 54,2 Błonnik pokarmowy [g] 18,7 Sód [mg] 498,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Pomidor z pietruszką 100 g Sałata zielona 20 g	Gruszka 1 szt Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Surówka Colesław 150 g Sos szpinakowy - dieta 60 g (GLU, MLE)	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 tuńczyka i twarogu 70 g (RYB, MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony, w osłonce niejadal 50 g (GLU, SOJ, SEL) Ogórek zielony 80 g Sałata zielona 20 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] 2 271,1 Białko ogółem [g] 125,7 Tłuszcz [g] 69,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 288,1 suma cukrów prostych [g] 60,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,7 Sód [mg] 1 597,2
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor z pietruszką 100 g Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grycikowa - dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem (młode) 250 g (MLE) Dynia gotowana 150 g Sos szpinakowy - dieta 60 g (GLU, MLE)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (RYB, MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 948 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 53,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15 Węglowodany ogółem [g] 267 suma cukrów prostych [g] 54 Błonnik pokarmowy [g] 18,7 Sód [mg] 516,5

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,