

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-08-19 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) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Schab zbiójnicki 50 g Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 400 (GLU, JAJ, MLE, SEL) Rumszyk wieprzowy (pieczony) z cebulką 150 g (GLU) Buraki ćwikłowe gotowane z chrzanem 150 (MLE, S02) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Piers gotowana z indyka (Bianka) 50 g Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 027,5 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 75,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Węglowodany ogółem [g] 247,7 suma cukrów prostych [g] 62,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 Sód [mg] 835,5
	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) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem- dieta 400 (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 150 Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos szpinakowy - dieta 100 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Piers gotowana z indyka (Bianka) 50 g Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt Wafle ryżowe naturalne 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 194,7 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 64 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 315,8 suma cukrów prostych [g] 61,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,3 Sód [mg] 532,3
	SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Schab zbiójnicki 50 g Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g	Arbuz 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 400 (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Buraki ćwikłowe gotowane z chrzanem 150 (MLE, S02) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos szpinakowy - dieta 100 g (GLU, MLE)	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) Piers gotowana z indyka (Bianka) 50 g Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 243,5 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 77,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7 Węglowodany ogółem [g] 278,4 suma cukrów prostych [g] 68,1 Błonnik pokarmowy [g] 31 Sód [mg] 1 651,6
	SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kakao z/c 250 ml (MLE) Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Kalafiorowa z makaronem- dieta 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pulpet wieprzowy, gotowany-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Buraczki ćwikłowe (gotowane) 150 g Sos szpinakowy - dieta 100 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Piers gotowana z indyka (Bianka) 50 g Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt Wafle ryżowe naturalne 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 090 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 52,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 Węglowodany ogółem [g] 315,7 suma cukrów prostych [g] 61,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Sód [mg] 541,3

2026-08-20 czwartek	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 20 g (GLU) Rogal drożdżowy 1 szt (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Miodowy twarożek pomarańczowy 70 g (MLE) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 150 g (GLU, MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 (MLE, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa, pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty włoskiej 150 g (MLE) Sos pomidorowy - dieta 80 g (GLU)		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 juhasa wp. 50 Sałata lodowa z pomidorem, papryką i olejem 100 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 445,3 Białko ogółem [g] 124 Tłuszcz [g] 82,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40 Węglowodany ogółem [g] 297,4 suma cukrów prostych [g] 72 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 Sód [mg] 1 041,3
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 20 g (GLU) Rogal drożdżowy 1 szt (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Miodowy twarożek pomarańczowy 70 g (MLE) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 150 g (GLU, MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta 400 (MLE, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa, pieczona-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Brokuł gotowany 150 g Sos pomidorowy - dieta 80 g (GLU)		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) Szynka juhasa wp. 50 Sałata lodowa z pomidorem i olejem 100 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 376 Białko ogółem [g] 121 Tłuszcz [g] 77,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39 Węglowodany ogółem [g] 291,4 suma cukrów prostych [g] 67,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 Sód [mg] 651,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g Pasta z twarogu 70 g (MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jabłko 1 szt Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 (MLE, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa, pieczona 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty włoskiej 150 g (MLE) Sos pomidorowy - dieta 80 g (GLU)	Koktajl jogurtowy z nektarynką i płatkami jęczmiennymi 150 g (GLU, 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 juhasa wp. 50 Sałata lodowa z pomidorem, papryką i olejem 100 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Schab zbojnicki 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 213,6 Białko ogółem [g] 122,3 Tłuszcz [g] 65,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Węglowodany ogółem [g] 287,3 suma cukrów prostych [g] 55,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,1 Sód [mg] 1 826,3
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 20 g (GLU) Rogal drożdżowy 1 szt (GLU) Herbata owocowa z/c 250 g Miodowy twarożek pomarańczowy 70 g (MLE) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 150 g (GLU, MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta 400 g (MLE, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa, pieczona-dieta 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Brokuł gotowany 150 g Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU)		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Pasta z tuńczyka i twarogu 70 g (RYB, MLE) Szynka juhasa wp. 50 g Sałata lodowa z pomidorem b/skórki i olejem 100 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 178,7 Białko ogółem [g] 121,3 Tłuszcz [g] 55 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Węglowodany ogółem [g] 293,3 suma cukrów prostych [g] 68 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 Sód [mg] 661,3

2026-08-21 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) Jajecznicza 100 g (JAJ) Ser topiony plastry 2 szt (MLE) Ogórek kiszony 80 g Rukola 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Piecarkowa z makaronem pełnoziarnistym 400 (GLU, JAJ, MLE, SEL) Morszczuk w sosie koperkowym 150 g (GLU, RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty kiszonej 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 (SEL) Indyk w galarecie 50 g Salata zielona 20 g	Jogurt naturalny z nektarynką 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 098,1 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 79,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Węglowodany ogółem [g] 255,4 suma cukrów prostych [g] 46,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Sód [mg] 1 878,5
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Jajecznicza na parze 100 g (JAJ, MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Pomidor 80 g Rukola 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem 400 (GLU, JAJ, MLE, SEL) Morszczuk w sosie koperkowym 150 g (GLU, RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Cukinia gotowana 150		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) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Salata zielona 20 g	Jogurt naturalny z nektarynką 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 038,2 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Węglowodany ogółem [g] 278,9 suma cukrów prostych [g] 50,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,3 Sód [mg] 706,5
	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) Jajecznicza 100 g (JAJ) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Rukola 10 g	Półowa pomarańczy 120 g Jogurt naturalny 2% tł 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Piecarkowa z makaronem pełnoziarnistym 400 (GLU, JAJ, MLE, SEL) Morszczuk w sosie koperkowym 150 g (GLU, RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty kiszonej 150	Kefir 1,5% 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 (SEL) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Salata zielona 20 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Salata zielona 10 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 20 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 265,3 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 89,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Węglowodany ogółem [g] 273,1 suma cukrów prostych [g] 46,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 Sód [mg] 2 036
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Jajecznicza na parze 100 g (JAJ, MLE) Haga serek twarogowy śmietankowy 3 szt (MLE) Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z makaronem-dieta 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Morszczuk w sosie koperkowym 170 g (GLU, RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Cukinia gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Salatka jarzynka - dieta 160 g (MLE, SEL) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Salata zielona 20 g	Jogurt naturalny z nektarynką 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 941 Białko ogółem [g] 89,3 Tłuszcz [g] 52,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 281,9 suma cukrów prostych [g] 51,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 Sód [mg] 725,8

2026-08-22 sobota	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - 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 czerwonej fasoli 70 g Szynkowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino 400 (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwii, ananasa i jabłka 150 (MLE)		Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata z cytryną z/c 250 g Pasztecik pieczony, drobiowo-wieprzowy 50 g (GLU) Ser gouda z czarnuszką 40 g (MLE) Sałata zielona 20 g Rzodkiewka 80 g	Banan 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 068,1 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 65,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 281,4 suma cukrów prostych [g] 82,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Sód [mg] 862,7
	ŁATWOSTRAWNA - SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) mozzarella 50 g (MLE) Szynkowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 400 (GLU, MLE, SEL) Makaron z kurczakiem i szpinakiem gotowanym -dieta 300 g (GLU, JAJ, MLE) Kalafior gotowany 150 g		Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata z cytryną z/c 250 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Banan 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 141,6 Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 67,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39 Węglowodany ogółem [g] 292,2 suma cukrów prostych [g] 75,3 Błonnik pokarmowy [g] 22 Sód [mg] 355,9
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Pasta z czerwonej fasoli 70 g Szynkowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa solferino 400 (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i szpinakiem gotowanym 300 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwii i jabłka 150 (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata z cytryną b/c 250 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Sałata zielona 20 g Rzodkiewka 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] 2 012,2 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 64,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 Węglowodany ogółem [g] 258,3 suma cukrów prostych [g] 56,4 Błonnik pokarmowy [g] 41,5 Sód [mg] 1 592
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kakao z/c 250 ml (MLE) mozzarella 60 g (MLE) Szynkowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 20 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z kurczakiem i szpinakiem gotowanym -dieta 250 g (GLU, JAJ, MLE) Kalafior gotowany 150 g		Chleb bułkowy 100 g (GLU) Herbata z cytryną z/c 250 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g Haga serek twarogowy śmietankowy 2 szt (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 90 g	Banan 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 918,7 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 47,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 283,4 suma cukrów prostych [g] 75,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Sód [mg] 336,8

2026-08-23 niedziela	PODSTAWA - SZP	Chleb mieszany 60 g (GLU) Chleb graham 40 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Dżem brzoskwiowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Melon 150 g Zupa mleczna z kaszą jaglaną 200 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 400 (GLU, JAJ, SEL) Kotlet drobiowy panierowany z fileta drobiowego pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, papryki 150		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka brokułowa 200 g (JAJ, MLE) Żywiecka ze spiżarni, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Sałata zielona 10 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 193,6 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 69,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Węglowodany ogółem [g] 304,3 suma cukrów prostych [g] 69,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sód [mg] 961,7
	LATWOSTRAWNA - 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 brzoskwiowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Melon 150 g Zupa mleczna z kaszą jaglaną 200 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem-dieta 400 (GLU, JAJ, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Warzywa gotowane w sosie 150 g (GLU, SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka brokułowa - dieta 200 g (JAJ, MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 875,1 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 37,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Węglowodany ogółem [g] 299,5 suma cukrów prostych [g] 62 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Sód [mg] 426,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Poledwica sopocka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 50 (GLU) Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g	Budyń o smaku śmietankowym z dodatkiem kakao b/c 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 (GLU, JAJ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, papryki 150 Sos koperkowy-dieta 100 g (GLU, MLE)	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka brokułowa -dieta 200 g (JAJ, MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Schab zbojnicki 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 967 Białko ogółem [g] 104,4 Tłuszcz [g] 63,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Węglowodany ogółem [g] 243,4 suma cukrów prostych [g] 40,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 Sód [mg] 1 448,7
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Herbata owocowa z/c 250 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Dżem brzoskwiowy o obniżonej zawartości cukru 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 90 g Zupa mleczna z kaszą jaglaną 250 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem-dieta 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Warzywa gotowane w sosie 150 g (GLU, SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Sałatka brokułowa - dieta 200 g (JAJ, MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Sałata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 005,8 Białko ogółem [g] 115,2 Tłuszcz [g] 34,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,6 Węglowodany ogółem [g] 311,1 suma cukrów prostych [g] 67,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 Sód [mg] 1 206,4

2026-08-24, 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) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Makaron pełnoziarnisty z soczewicą i ciecierzycą 300 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Surówka z marchwii 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Sałata lodowa z pomidorem i pietruszką 150 g	Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 391,5 Białko ogółem [g] 120,2 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 330,2 suma cukrów prostych [g] 81,2 Błonnik pokarmowy [g] 47 Sód [mg] 789,3
	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 41 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Ketchup, produkt pasteryzowany 7,5 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 100 g Surówka z marchwii 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 (GLU, SOJ, MLE) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Sałata lodowa z pomidorem i pietruszką 150 g	Jabłko pieczone 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 393,8 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 69,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 Węglowodany ogółem [g] 351,2 suma cukrów prostych [g] 103 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Sód [mg] 441,7
	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 41 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g (SOJ) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Maślanka naturalna 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE) Makaron pełnoziarnisty z soczewicą i ciecierzycą 300 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Surówka z marchwii 150 g	Kefir z pieczonym jabłkiem i cynamonem 150 g (GLU, JAJ, MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 (GLU, SOJ, MLE) Twarożek z ziołami - dieta 50 g (MLE) Sałata lodowa z pomidorem i pietruszką 150 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 378,8 Białko ogółem [g] 118,5 Tłuszcz [g] 69,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Węglowodany ogółem [g] 319,2 suma cukrów prostych [g] 60,2 Błonnik pokarmowy [g] 51 Sód [mg] 1 467
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Parówki z piersi kurczaka 41 g (MLE) Poledwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 20 g Ketchup, produkt pasteryzowany 7,5 g Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE)		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 100 g Surówka z marchwii 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Poledwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Sałata lodowa z pomidorem b/skórki i pietruszką 150 g	Jabłko pieczone 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 266 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 54,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 352,2 suma cukrów prostych [g] 103,8 Błonnik pokarmowy [g] 27 Sód [mg] 442,5

2026-08-25 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 Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem brązowym 400 (MLE, SEL) Zrazik z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka Coleslaw 150		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 Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Warzywa gotowane z jogurtem i koperkiem 100 g (MLE, SEL) Sałata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 085,6 Białko ogółem [g] 104,9 Tłuszcz [g] 70,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Węglowodany ogółem [g] 262,5 suma cukrów prostych [g] 54,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 Sód [mg] 1 570,1
	ŁATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem - dieta 400 (MLE, SEL) Zrazik z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Marchewka mini gotowana 150		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Warzywa gotowane z jogurtem i koperkiem 100 g (MLE, SEL) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 122,6 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 64,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 286,3 suma cukrów prostych [g] 54,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 Sód [mg] 1 254,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata owocowa b/c 250 g Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Gruszka 1 szt Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Koperkowa z ryżem brązowym 400 (MLE, SEL) Zrazik z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka Coleslaw 150	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 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] 2 169,4 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 75,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Węglowodany ogółem [g] 259,4 suma cukrów prostych [g] 51,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 Sód [mg] 2 151,7
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Serek wiejski ziarnisty 200 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 50 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 90 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z ryżem - dieta 400 ml (MLE, SEL) Zrazik z udźca z kurczaka pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Marchewka mini gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Sałatka makaronowa z wędliną- dieta 150 g (GLU, JAJ) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 177,9 Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 57,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 Węglowodany ogółem [g] 321,8 suma cukrów prostych [g] 55,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 Sód [mg] 1 168,6

2026-08-26 środa	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z soczewicy 70 g (SEL) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawalków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Słupki papryki kolorowej 80 g Rozszponka 7 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos pieczarkowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z białej kapusty z ogórkiem 150		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Mozzarella z oliwą i bazylią 60 g (MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Twarożek na słodko 50 g (MLE) Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 27 g (GLU, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 204,7 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Węglowodany ogółem [g] 286,5 suma cukrów prostych [g] 51,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Sód [mg] 782,1
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z marchwi 70 g Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawalków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Pomidor 80 g Rozszponka 7 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 (MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos potrawkowy - dieta 100 g (GLU) Dyńa gotowana 150		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Mozzarella z oliwą i bazylią 60 g (MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Twarożek na słodko 50 g (MLE) Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 27 g (GLU, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 080,5 Białko ogółem [g] 112,6 Tłuszcz [g] 59,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Węglowodany ogółem [g] 279 suma cukrów prostych [g] 55,3 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 Sód [mg] 506,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Pasta z soczewicy 70 g (SEL) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawalków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Słupki papryki kolorowej 80 g Rozszponka 7 g	Koktajl na maślanec z truskawkami 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Sos pieczarkowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z białej kapusty z ogórkiem 150	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) Mozzarella z oliwą i bazylią 60 g (MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pierś gotowana z indyka (Bianka) 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 309,6 Białko ogółem [g] 117,9 Tłuszcz [g] 75,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 294,2 suma cukrów prostych [g] 60,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 Sód [mg] 1 543,5
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta z marchwi 70 g Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawalków mięsa, parzony 50 g (GLU, SOJ, MLE) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Pomidor b/skórki 90 g Rozszponka 7 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Kasza jęczmienna na sypko 250 g (GLU) Sos potrawkowy - dieta 100 g (GLU) Dyńa gotowana 150 g		Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Margaryna 60% 15 g (MLE) Mozzarella z oliwą i bazylią 60 g (MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 90 g	Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 979 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 47,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 Węglowodany ogółem [g] 293,3 suma cukrów prostych [g] 65,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Sód [mg] 522,3

2026-08-27 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) Ser kremowy topiony w trójkącikach ze śmietanką 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 200 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny 400 (GLU, MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka wielowarzywna 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 ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem 70 g (RYB, MLE) Schab zbójnicki 50 Roszponka 7 g Rzodkiewka 80 g	Ciasto drożdżowe z rabarbarem 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 139,3 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 65,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 Węglowodany ogółem [g] 298,3 suma cukrów prostych [g] 45,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Sód [mg] 1 067,2
	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 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 200 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 (GLU, MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Cukinia gotowana 150		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb bułkowy 100 g (GLU) Pasta z morskczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Schab zbójnicki 50 Roszponka 7 g Pomidorki koktajlowe 100 g	Ciasto drożdżowe 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 190,1 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Węglowodany ogółem [g] 306,7 suma cukrów prostych [g] 40,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,6 Sód [mg] 531,2
	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 udźca z kurczaka (gotowanego) 70 g (SEL) Haga serek twarogowy śmietankowy 1 szt (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Twarożek z pomarańczą b/c 70 g (MLE) Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 2 szt. 17,5 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Krupnik jęczmienny 400 (GLU, MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Surówka wielowarzywna 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 100 g (GLU) Pasta z morskczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Schab zbójnicki 50 Roszponka 7 g Rzodkiewka 80 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 005,6 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 71 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Węglowodany ogółem [g] 245,1 suma cukrów prostych [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Sód [mg] 1 685,2
	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 2 szt (MLE) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 20 g Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 200 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny-dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Cukinia gotowana 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Pasta z morskczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Schab zbójnicki 50 g Roszponka 7 g Pomidor b/skórki 90 g	Ciasto drożdżowe 100 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 061,2 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 53,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Węglowodany ogółem [g] 307,4 suma cukrów prostych [g] 41,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,6 Sód [mg] 531,4

2026-08-28 piątek	PODSTAWA - SZP	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 Roszponka 8 g Pomidor 80 g Nektarynka 1 szt		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 400 g (MLE, SEL) Morszczuk smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Warzywa po grecku 150 (GLU, SEL, GOR)		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 pomidorem 70 g (MLE) Kielbasa krakowska-parzona 50 (GLU, SOJ, GOR) Salata zielona 20 g	Kisiel truskawkowy z jabłkiem b/c 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 012,4 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 58,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 285,3 suma cukrów prostych [g] 63,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 Sód [mg] 1 282,3
	LATWOSTRAWNA -SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 Roszponka 8 g Pomidor 80 g Nektarynka 1 szt		Kompot z owoców z/c 250 ml Grysikowa - dieta 400 (GLU, 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 pomidorem b/skórki 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 Salata zielona 20 g	Kisiel truskawkowy z jabłkiem b/c 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 925,2 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 51,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 278,5 suma cukrów prostych [g] 62,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 Sód [mg] 562,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów - SZP	Chleb graham 100 g (GLU) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Masło 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 Roszponka 8 g Pomidor 80 g	Nektarynka 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 400 g (MLE, SEL) Morszczuk pieczony 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem 250 g (MLE) Warzywa po grecku 150 (GLU, SEL, GOR)	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z pomidorem 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 Salata zielona 20 g	Chleb graham 40 g (GLU) Margaryna 60% 5 g (MLE) Salata zielona 10 g Szynek z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 045,1 Białko ogółem [g] 103,9 Tłuszcz [g] 60,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 Węglowodany ogółem [g] 272,3 suma cukrów prostych [g] 54,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 Sód [mg] 1 883
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu-SZP	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Margaryna 60% 15 g (MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Roszponka 8 g Pomidor b/skórki 90 g Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt		Kompot z owoców z/c 250 ml Grysikowa - dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Morszczuk pieczony 150 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) Salatka z makaronem pomidorem b/skórki, rukolą i mozzarellą 150 g (GLU, JAJ, MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 50 g	Kisiel truskawkowy z jabłkiem b/c 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 066,8 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5 Węglowodany ogółem [g] 291,2 suma cukrów prostych [g] 60,5 Błonnik pokarmowy [g] 24 Sód [mg] 613,6

Oznaczenia alergenów:

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