

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2025-06-16 poniedziałek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDOR 60 g SAŁATA MIX 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, ogórki kiszzone, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA) GULASZ WIEPRZOWY (MIĘSO W KOSTKE) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 200 g (GLUTEN, SOJA) KASZA GRYZCZANA 200 g SUROWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA MIODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM KISZONYM (ogórek kiszony, fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 100 g (GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JABŁKO 1 szt	Energia [kcal] 3 016,7 Białko ogółem [g] 143,4 Tłuszcz [g] 105,4 Węglowodany ogółem [g] 401 Sód [mg] 4 288,3 Błonnik pokarmowy [g] 46,8
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) SAŁATA MIX 20 g KIEŁKI 2 g POMARAŃCZA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ WIEPRZOWY (MIĘSO W KOSTKE) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 200 g (GLUTEN, SOJA) KASZA JEĆZMIENNA 200 g (GLUTEN) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA MIODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) DZEM OWOCOWY 1 szt RÓSZPONKA 4 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt	JABŁKO PARZONE 1 szt	Energia [kcal] 2 419,9 Białko ogółem [g] 107,8 Tłuszcz [g] 110 Węglowodany ogółem [g] 267 Sód [mg] 2 121,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,1
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDOR 60 g SAŁATA MIX 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, ogórki kiszzone, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA) GULASZ WIEPRZOWY (MIĘSO W KOSTKE) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 200 g (GLUTEN, SOJA) KASZA GRYZCZANA 200 g SUROWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA MIODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM KISZONYM (ogórek kiszony, fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 100 g (GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ, DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA)	Energia [kcal] 2 902,9 Białko ogółem [g] 149,7 Tłuszcz [g] 117,7 Węglowodany ogółem [g] 331,8 Sód [mg] 4 530,8 Błonnik pokarmowy [g] 47,1

2025-06-17 wtorek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO) SZYNKA Z PIERŚCIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 80 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	ZUPA NEAPOLITAŃSKA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, ser topiony, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA HETMAŃSKA (wp, grubo rozdrobniony, formowany, parzony, niewędzony, w osłonce niejadalnej) 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 30 g BURAKI GOTOWANE PŁASTRY 80 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 607,4 Białko ogółem [g] 128,1 Tłuszcz [g] 95 Węglowodany ogółem [g] 325,1 Sód [mg] 3 632,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,7
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO) SZYNKA Z PIERŚCIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt KIEŁKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 20 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA HETMAŃSKA (wp, grubo rozdrobniony, formowany, parzony, niewędzony, w osłonce niejadalnej) 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 30 g BURAKI GOTOWANE PŁASTRY 80 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 20 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 274,8 Białko ogółem [g] 110,8 Tłuszcz [g] 97,2 Węglowodany ogółem [g] 256,7 Sód [mg] 2 531,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,1
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO) SZYNKA Z PIERŚCIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 80 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 200 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA HETMAŃSKA (wp, grubo rozdrobniony, formowany, parzony, niewędzony, w osłonce niejadalnej) 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 30 g BURAKI GOTOWANE PŁASTRY 80 g HERBATA B/C 200 ml	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)

2025-06-18 środa	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (MLEKO) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kiełbasa, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g (SOJA) SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) RYŻ PARABOLICZNY 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA (marchew, jabłko, olej, cukier) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 100 g (SOJA) OGÓREK KISZONY TALARKI 80 g (GORCZYCA) SAŁATA MIX 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ARBUZ 200 g	Energia [kcal] 2 710,7 Białko ogółem [g] 133,9 Tłuszcz [g] 89,1 Węglowodany ogółem [g] 363,7 Sód [mg] 4 203,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,6
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (MLEKO) RUKOLA 4 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g (SOJA) SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) RYŻ PARABOLICZNY 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, masło roślinne) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 100 g (SOJA) SAŁATA MIX 15 g KIEŁKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ARBUZ 200 g	Energia [kcal] 2 104,3 Białko ogółem [g] 108,5 Tłuszcz [g] 81,2 Węglowodany ogółem [g] 247,6 Sód [mg] 2 041 Błonnik pokarmowy [g] 16,2
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka) 100 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kiełbasa, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g (SOJA) SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) RYŻ PARABOLICZNY 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA B/CUKRU (marchew, jabłko, olej) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 100 g (SOJA) OGÓREK KISZONY TALARKI 80 g (GORCZYCA) SAŁATA MIX 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt	GRUSZKA 1 szt	Energia [kcal] 2 523 Białko ogółem [g] 116,4 Tłuszcz [g] 96,5 Węglowodany ogółem [g] 313,5 Sód [mg] 4 205 Błonnik pokarmowy [g] 43,4
2025-06-19 czwartek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 80 g (SOJA, SELER) POMIDOR 80 g SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 20 g POMARAŃCZA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g (SELER, GORCZYCA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY PEKIŃSKIEJ (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej, cukier) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEZNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) SER TOPIONY 17,5g 1 szt (MLEKO) KIEŁKI 4 g SAŁATA MIX 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	WAFELEK KAKAOWY 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 3 004,7 Białko ogółem [g] 128 Tłuszcz [g] 129,8 Węglowodany ogółem [g] 349,7 Sód [mg] 3 719,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,8

2025-06-19 czwartek	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 80 g (SOJA, SELER) DZEM OWOCOWY 1 szt KIELKI 4 g SALATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (salata lodowa, rukola) 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 150 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 60 g (MLEKO) KIELKI 4 g SALATA MIX 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	WAFELEK KAKAOWY 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 574 Białko ogółem [g] 123,2 Tłuszcz [g] 122,3 Węglowodany ogółem [g] 260,6 Sód [mg] 2 760,5 Błonnik pokarmowy [g] 18,9
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 80 g (SOJA, SELER) POMIDOR 80 g SALATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (salata lodowa, rukola) 20 g POMARAŃCZA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SALATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM KISZONYM (ogórek kiszony, fasola czerwona, groszek zielony, ciecieryca, zielona pietruszka) 100 g (GORCZYCA)	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g (SELER, GORCZYCA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY PEKIŃSKIEJ B/CUKRU (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, olej) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) SER TOPIONY 17,5g 1 szt (MLEKO) SALATKA SZWEDZKA 80 g SALATA MIX 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ, DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA)	Energia [kcal] 3 093,9 Białko ogółem [g] 139,6 Tłuszcz [g] 138,7 Węglowodany ogółem [g] 345,7 Sód [mg] 4 499,1 Błonnik pokarmowy [g] 48,2
2025-06-20 piątek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIONIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (JAJA) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (mix salat, słonecznik) 15 g DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 100 g JABŁKO 1 szt		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (tilapia filet, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ DROBNO SIEKANA (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 100 g (MLEKO) POMIDOR 80 g SALATA MIX 10 g	MUS VEGE 1 szt (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 689,7 Białko ogółem [g] 106,9 Tłuszcz [g] 93,4 Węglowodany ogółem [g] 372,4 Sód [mg] 2 280,5 Błonnik pokarmowy [g] 41,7
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) RUKOLA 4 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIONIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (JAJA) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (mix salat, słonecznik) 15 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (tilapia filet, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, skrobia) 120 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	SALATA MIX 10 g SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 100 g (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) RÓSZPONKA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	MUS VEGE 1 szt (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 319,9 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 91,8 Węglowodany ogółem [g] 295,9 Sód [mg] 1 257,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,8

2025-06-20 piątek	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 100 g JABŁKO 1 szt JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIONIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (JAJA) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (mix салат, słonecznik) 15 g	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (tilapia filet, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ DROBNO SIEKANA (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	SAŁATA MIX 10 g SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 100 g (MLEKO) CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POMIDOR 80 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 786,8 Białko ogółem [g] 120,1 Tłuszcz [g] 111,5 Węglowodany ogółem [g] 336,5 Sód [mg] 2 432,2 Błonnik pokarmowy [g] 40,3
		ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA HETMAŃSKA (wp, grubo rozdrobniony, formowany, parzony, niewędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt POMIDOR 50 g GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (łopatką wp., jajka, mąka pszenna, angelka, koncentrat pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA Z MAJERANKIEM (drobiowo-wieprzowa, parzona) 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt OGÓREK ZIELONY OBRANY TARTY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 759,5 Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 105,4 Węglowodany ogółem [g] 360,6 Sód [mg] 2 763,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,8
		ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA HETMAŃSKA (wp, grubo rozdrobniony, formowany, parzony, niewędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt ROSZPONKA 2 g MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (łopatką wp., jajka, mąka pszenna, angelka, koncentrat pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA Z MAJERANKIEM (drobiowo-wieprzowa, parzona) 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt KIEŁKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 318,5 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 104 Węglowodany ogółem [g] 269,1 Sód [mg] 1 908,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,3
2025-06-21 sobota	Dieta lekkostrawna						
		CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA HETMAŃSKA (wp, grubo rozdrobniony, formowany, parzony, niewędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt POMIDOR 50 g GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, mix 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (łopatką wp., jajka, mąka pszenna, angelka, koncentrat pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA WIELOWARZYSTWA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA Z MAJERANKIEM (drobiowo-wieprzowa, parzona) 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt OGÓREK ZIELONY OBRANY TARTY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	Energia [kcal] 2 487,4 Białko ogółem [g] 103,1 Tłuszcz [g] 99,8 Węglowodany ogółem [g] 308,2 Sód [mg] 3 246,7 Błonnik pokarmowy [g] 40,5
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.						

2025-06-22 niedziela	Dieta podstawowa	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYŃKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (MLEKO) POMIDOR 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt POMARAŃCZA 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g (SELER, GORCZYCA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SUROWKA Z SELERA I JABŁKA drobno tartą (seler, jabłko, maślanka, cukier) 120 g (MLEKO, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA MIODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) RZODKIEWKA Z OGÓRKIEM ZIELONYM DROBNO TARTE (rzodkiewka, ogórek zielony) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 673,1 Białko ogółem [g] 129,1 Tłuszcz [g] 87,4 Węglowodany ogółem [g] 360,1 Sód [mg] 2 863,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,9
	Dieta lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYŃKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (MLEKO) MIÓD 1 szt LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt JABŁKO PARZONE 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 150 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, masło roślinne) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO) POŁĘDWICA MIODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX 10 g ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 454 Białko ogółem [g] 114,4 Tłuszcz [g] 100,8 Węglowodany ogółem [g] 287,2 Sód [mg] 2 033,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,3
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYŃKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (MLEKO) POMIDOR 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt POMARAŃCZA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g (SELER, GORCZYCA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SUROWKA Z SELERA I JABŁKA B/CUKRU drobno tartą (seler, jabłko, maślanka) 120 g (MLEKO, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA MIODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) RZODKIEWKA Z OGÓRKIEM ZIELONYM DROBNO TARTE (rzodkiewka, ogórek zielony) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 567 Białko ogółem [g] 139,7 Tłuszcz [g] 98,4 Węglowodany ogółem [g] 292,2 Sód [mg] 2 902,7 Błonnik pokarmowy [g] 40,6
2025-06-23 poniedziałek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYŃKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (GLUTEN, SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) SAŁATA MIX 10 g RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) WIEPRZOWINA PO MEKSYKAŃSKU (łopatka wp., fasola czerwona, kukurydza, papryka, cebula, koncentrat pomidorowy, skrobiala, olej) 200 g (GORCZYCA) RYŻ PARABOLICZNY 200 g SUROWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (SOJA) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tusty) 50 g (MLEKO) POMIDOR 60 g RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 695,4 Białko ogółem [g] 131,3 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 371 Sód [mg] 3 521,1 Błonnik pokarmowy [g] 46,3

2025-06-23 poniedziałek	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 100 g (GLUTEN, SOJA) DŻEM OWOCOWY 1 szt SAŁATA MIX 10 g KIEŁKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MUS JABŁKOWO TRUSKAWKOWY (jabłka, truskawki) 200 g RYŻ PARABOLICZNY 200 g SOS WANILIOWY (maślanka, cukier waniliowy) 150 ml (MLEKO) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 100 g (SOJA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 099,2 Białko ogółem [g] 84,1 Tłuszcz [g] 68,9 Węglowodany ogółem [g] 298,7 Sód [mg] 2 480,5 Błonnik pokarmowy [g] 18
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (GLUTEN, SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) SAŁATA MIX 10 g RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WEDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA)	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) WIEPRZOWINA PO MEKSYKAŃSKU (łopatka wp., fasola czerwona, kukurydza, papryka, cebula, koncentrat pomidorowy, skrobia, olej) 200 g (GORCZYCA) RYŻ PARABOLICZNY 200 g SUROWKA WIELOWARZYNNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (SOJA) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tusty) 50 g (MLEKO) POMIDOR 60 g RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 585 Białko ogółem [g] 125,5 Tłuszcz [g] 92,3 Węglowodany ogółem [g] 333,2 Sód [mg] 3 696,3 Błonnik pokarmowy [g] 49,6
2025-06-24 wtorek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 100 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 60 g SAŁATA MIX 10 g KREM ORZECHOWO-KAKAOWY 20G 1 szt (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KARCZEK PIECZONY W SOSIE WŁASNYM (karczek b/k wp., cebula, mąka pszenna, 100 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SUROWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA (ogórek kiszony, cebula, musztarda) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SAŁAMI (kielbasa wp-wol., drobno rozdrobniona, dojrzewająca, wędzona, parzona) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	GRUSZKA 1 szt	Energia [kcal] 3 027 Białko ogółem [g] 107,8 Tłuszcz [g] 141,7 Węglowodany ogółem [g] 342,6 Sód [mg] 3 631,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,3
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 100 g (MLEKO) MIÓD 1 szt DŻEM OWOCOWY 1 szt SAŁATA MIX 10 g KREM ORZECHOWO-KAKAOWY 20G 1 szt (MLEKO) JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZONY KOTLET DROBIOWY (mięso drobiowe mielone, jajka kl.M, przyprawy) 100 g (GLUTEN, JAJA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POLEDWICA Z MAJERANKIEM (drobiowo-wieprzowa, parzona) 100 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (MLEKO) SAŁATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt	Energia [kcal] 2 206,1 Białko ogółem [g] 111,5 Tłuszcz [g] 67,1 Węglowodany ogółem [g] 301,7 Sód [mg] 1 895,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,8

2025-06-24 wtorek	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 100 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 60 g ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por SAŁATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA)	ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KARCZEK PIECZONY W SOSIE WŁASNYM (karczek b/k wp., cebula, mąka pszenna, 100 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA (ogórek kiszony, cebula, musztarda) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA Z MAJERANKIEM (drobiowo-wieprzowa, parzona) 100 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	GRUSZKA 1 szt	Energia [kcal] 2 549,6 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 112,1 Węglowodany ogółem [g] 281,9 Sód [mg] 3 448,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,2
	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SŁUPKI WARZYW (ogórek zielony, papryka, seler naciowy) obrany warzywa 80 g ROSZPONKA 4 g POMARAŃCZA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA ZALEWAJKA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, barszcz biały, chrzan, mąka pszenna, mleko, cebula) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SO2) PAMPUCHY 5 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) SOS TRUSKAWKOWY (truskawki, maślanka) 250 ml (MLEKO) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 60 g (MLEKO) POŁĘDWICA MIODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt OGÓREK KISZONY TALARKI 100 g (GORCZYCA) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 444,9 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 51,4 Węglowodany ogółem [g] 417,4 Sód [mg] 3 134,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MARMOLADA 100 g ROSZPONKA 4 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA 200 g (GLUTEN) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 60 g (MLEKO) POŁĘDWICA MIODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt KIELKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 299,1 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 79,9 Węglowodany ogółem [g] 308,5 Sód [mg] 1 545,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,5
2025-06-25 środa	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SŁUPKI WARZYW (ogórek zielony, papryka, seler naciowy) obrany warzywa 80 g ROSZPONKA 4 g POMARAŃCZA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA ZALEWAJKA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, barszcz biały, chrzan, mąka pszenna, mleko, cebula) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SO2) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA PĘCZAK 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 60 g (MLEKO) POŁĘDWICA MIODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) OGÓREK KISZONY TALARKI 100 g (GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 488,8 Białko ogółem [g] 128,9 Tłuszcz [g] 85,5 Węglowodany ogółem [g] 308 Sód [mg] 3 437,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,9

2025-06-26 czwartek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA MIODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (MLEKO) SAŁATA Z POMIDOREM (pomidor, sałata, natka pietruszki) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g (SELER, GORCZYCA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z RZODKIEWKI BIAŁEJ drobno tarta (rzodkiew biała, marchew, jogurt naturalny, cukier) 120 g (MLEKO) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA HETMAŃSKA (wp, grubo rozdrobniony, formowany, parzony, niewędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (MLEKO) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 779,2 Białko ogółem [g] 143 Tłuszcz [g] 113,2 Węglowodany ogółem [g] 311,2 Sód [mg] 3 326,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA MIODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (mix sałat, słonecznik) 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 150 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY (brokuł, marchewka baby) 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA HETMAŃSKA (wp, grubo rozdrobniony, formowany, parzony, niewędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (MLEKO) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 412,8 Białko ogółem [g] 125,5 Tłuszcz [g] 119,8 Węglowodany ogółem [g] 222,9 Sód [mg] 2 581 Błonnik pokarmowy [g] 18,9
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA MIODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (MLEKO) SAŁATA Z POMIDOREM (pomidor, sałata, natka pietruszki) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g (SELER, GORCZYCA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z RZODKIEWKI BIAŁEJ B/CUKRU drobno tarta (rzodkiew biała, marchew, jogurt naturalny) 120 g (MLEKO) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA HETMAŃSKA (wp, grubo rozdrobniony, formowany, parzony, niewędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)
2025-06-27 piątek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIONIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (JAJA) PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 20 g POMARAŃCZA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (tilapia filet, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK ZE SZCZYPIONIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 100 g (MLEKO) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	WAFELEK KAKAOWY 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 581,7 Białko ogółem [g] 105,6 Tłuszcz [g] 84,9 Węglowodany ogółem [g] 368,3 Sód [mg] 2 107,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,5

2025-06-27 piątek	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIONIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (JAJA) SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 20 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (tilapia filet, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, skrobia) 120 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 130 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 120 g (MLEKO) DŻEM OWOCOWY 2 [Por] x 1 szt LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	WAFELEK KAKAOWY 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 297,2 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 84,9 Węglowodany ogółem [g] 306,8 Sód [mg] 1 135,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,4
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIONIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (JAJA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 20 g POMARAŃCZA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (tilapia filet, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 120 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK ZE SZCZYPIONIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 100 g (MLEKO) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 551,8 Białko ogółem [g] 119,3 Tłuszcz [g] 96,9 Węglowodany ogółem [g] 313,2 Sód [mg] 2 406,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,2
2025-06-28 sobota	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) POMIDOR 80 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANY UDZIEC (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA (marchew, seler, olej) 120 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (MLEKO) PLAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 80 g KIEŁKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 457,5 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 93,9 Węglowodany ogółem [g] 311,4 Sód [mg] 2 639,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,6
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt MIÓD 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANY UDZIEC (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA 200 g (GLUTEN) BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, masło roślinne) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PLAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (MLEKO) SAŁATA MIX 5 g KIEŁKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 006,8 Białko ogółem [g] 87,4 Tłuszcz [g] 83,2 Węglowodany ogółem [g] 238,6 Sód [mg] 1 694,4 Błonnik pokarmowy [g] 16

2025-06-28 sobota	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt POMIDOR 80 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA)	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMIANKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANY UDZIEC (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA (marchew, seler, olej) 120 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 50 g (MLEKO) PLAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 80 g KIEŁKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 343,8 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 102,7 Węglowodany ogółem [g] 261 Sód [mg] 2 830,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,2
	Dieta podstawowa	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 50 g (SOJA, SELER) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt JABŁKO 1 szt	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g (SELER, GORCZYCA) MŁODE ZIEMIANKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATA Z MAŚLANKĄ 50/50g 1 Por (MLEKO) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g KEFIR 1 szt (MLEKO)	POMARAŃCZA 1 szt	Energia [kcal] 2 464,1 Białko ogółem [g] 113,8 Tłuszcz [g] 96,3 Węglowodany ogółem [g] 301,4 Sód [mg] 3 783,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,8	
	Dieta lekkostrawna	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 80 g (SOJA, SELER) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt JABŁKO PARZONE 1 szt	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 150 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMIANKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATA Z MAŚLANKĄ 50/50g 1 Por (MLEKO) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) DŻEM OWOCOWY 1 szt SAŁATA MIX 20 g RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g KEFIR 1 szt (MLEKO)	POMARAŃCZA 1 szt	Energia [kcal] 2 225,1 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 109,4 Węglowodany ogółem [g] 227,7 Sód [mg] 2 402,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,3	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 50 g (SOJA, SELER) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt JABŁKO 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, chleb graham 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g (SELER, GORCZYCA) MŁODE ZIEMIANKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATA Z MAŚLANKĄ 50/50g 1 Por (MLEKO) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt KEFIR 1 szt (MLEKO)	POMARAŃCZA 1 szt	Energia [kcal] 2 476,9 Białko ogółem [g] 117,5 Tłuszcz [g] 103 Węglowodany ogółem [g] 279,4 Sód [mg] 3 807,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,7