

		1	2	3	5	6	7
		niadanie	II	Obiad	Kolacja	2 kolacja	SUMA
2026-01-01 czwartek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZ KUKURYDZIAN (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300ml (MEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MEKO) TWARO EK ZE SZCZYPORKIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 100g (MEKO) POMIDOR 50g SAŁATA LODOWA Z RUKOL (sałata lodowa, rukola) 10g GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew pietruszka, seler, makaron, m ka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA PIECZONY 150g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g SUROWKA Z KAPUŚTY PEKI SKIEJ (kapusta peki ska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej, cukier) 120g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MEKO) SZYNKA RZE NIKA (wsp. parzony, w dzony, woslonce niejadalnej) 50g (GLUTEN, SOJA) PASTA WARZYWNA (marchew pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50g (SELER) SAŁATKA SZWEDZKA 50g KIEEKI 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	KISIEL Z TARTYM JABŁKAM DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2769,2 Białko ogółem [g] 125,6 Tłuszcz [g] 79,8 Wgłowodany ogółem [g] 408,3 Sód [mg] 2221,6 Błonnik pokarmowy [g] 3,6
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZ KUKURYDZIAN (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300ml (MEKO) ANGIELKA 100g (GLUTEN, JAJA, MEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MEKO) TWARO EK Z ZIELON PIETRUSZK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 100g (MEKO) MUS Z GRUSZKI 100g SAŁATA LODOWA Z RUKOL (sałata lodowa, rukola) 10g MOD 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew pietruszka, seler, makaron, m ka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA WSOSIE (pier z kurczaka, marchew seler, pietruszka, m ka pszenna) 150g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g MARCHEW GOTOWANA (marchew, m ka pszenna) 120g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250ml	ANGIELKA 100g (GLUTEN, JAJA, MEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MEKO) SZYNKA RZE NIKA (wsp. parzony, w dzony, woslonce niejadalnej) 50g (GLUTEN, SOJA) PASTA WARZYWNA (marchew pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50g (SELER) ROSZPONKA 5g KIEEKI 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	KISIEL Z TARTYM JABŁKAM DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2776,4 Białko ogółem [g] 123,7 Tłuszcz [g] 71,8 Wgłowodany ogółem [g] 427,8 Sód [mg] 2468,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,6
	Dieta z ogr. kalwo przysw w g.	CHLEB GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MEKO) TWARO EK ZE SZCZYPORKIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 100g (MEKO) POMIDOR 50g SAŁATA LODOWA Z RUKOL (sałata lodowa, rukola) 10g GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SAŁATKA RÓDZIEMNONOWRSKA (mix sałat diwki, ogórek zielony) 100g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew pietruszka, seler, makaron, m ka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA PIECZONY 150g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g SUROWKA Z KAPUŚTY PEKI SKIEJ B/CIUKRU (kapusta peki ska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, olej) 120g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250ml	CHLEB GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MEKO) SZYNKA RZE NIKA (wsp. parzony, w dzony, woslonce niejadalnej) 50g (GLUTEN, SOJA) PASTA WARZYWNA (marchew pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50g (SELER) SAŁATKA SZWEDZKA 50g KIEEKI 2g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z W DLIN DROBIOW (chleb graham 30g, w dlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MEKO, SELER, GORCZYCA)	Energia [kcal] 2522,5 Białko ogółem [g] 124,2 Tłuszcz [g] 89,1 Wgłowodany ogółem [g] 318,1 Sód [mg] 2500,9 Błonnik pokarmowy [g] 4,02
2026-01-02 piątek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAM J CZMENNIM (mleko 2%, płatki j czmienne) 300ml (GLUTEN, MEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100g (JAJA, GORCZYCA) SAŁATA MX ZE SŁONECZNIKIEM (mix sałat słonecznik) 15g DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiewka biała) 60g MANDARYNKA 1 szt		ZUPA POMIDOROWA Z RY EM (marchew seler, pietruszka, ry , koncentrat pomidorowy, m ka pszenna, mielana) 400 ml (GLUTEN, MEKO, SELER) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (filet filet, jajka, bulka tarta, m ka pszenna, olej) 100g (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g SUROWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ DROBNO SIEKANA (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50g (MEKO) MARMOLADA 50g SZPINAK BABY 2g LI SAŁATY MASŁOWEJ Q06smt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150g 1szt (MEKO)	Energia [kcal] 2909 Białko ogółem [g] 108,7 Tłuszcz [g] 114,1 Wgłowodany ogółem [g] 383 Sód [mg] 2250 Błonnik pokarmowy [g] 3,58

2026-01-02 piątek	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAM J CZMENNIM (mleko 2%, płatki j czienne) 300ml (GLUTEN/MEKO) ANGIELKA 100g (GLUTEN/JAJA/MEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZUPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100g (JAJA/GORCZYCA) SALATA MX ZE SEONECZNIKIEM (mix salat słonecznik) 15g MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MEKO) RUKOLA 2g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA POMIDOROWA Z RY EM(marchew seler, pietruszka, ry , koncentrat pomidorowy, m ka pszenna, mielana) 400 ml (GLUTEN/MEKO/SELER) FILET Z RYBY GOTOWANY (tilapia filet) 100g (RYBA) SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, m ka pszenna, ziola) 100ml (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, skrobka) 120g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250ml	ANGIELKA 100g (GLUTEN/JAJA/MEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50g (MEKO) MARMOLADA 50g LI SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt SZPINAK BABY 4g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MEKO)	Energia [kcal] 2759,3 Białko ogółem [g] 99,9 Tłuszcz [g] 89 Wgłowodany ogółem [g] 407,1 Sól [mg] 2156,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
	Dieta z ogr. łatwo przysw w.g	CHLEB GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZUPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100g (JAJA/GORCZYCA) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew/biała) 60g SALATA MX ZE SEONECZNIKIEM (mix salat słonecznik) 15g MANDARYNKA 1 szt	KANAPKA Z SEREM. ÓŁTYM(chleb graham 30g, ser dty 30g, masło 10g) 1 Pcr (GLUTEN/MEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z RY EM(marchew seler, pietruszka, ry , koncentrat pomidorowy, m ka pszenna, mielana) 400 ml (GLUTEN/MEKO/SELER) FILET Z RYBY GOTOWANY (tilapia filet) 100g (RYBA) SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, m ka pszenna, ziola) 100ml (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g SUROWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ DROBNO SIEKANA (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250ml	CHLEB GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80g (MEKO) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Pcr (MEKO) SZPINAK BABY 2g LI SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MEKO)
2026-01-03 sobota	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300ml (GLUTEN/MEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MEKO) SZYNKA HETWA SKA (w dlna wp, parzona, niew dzony, woslonce niejadalnej) 50g (SOJA/SELER/GORCZYCA) SALATKA BROKULOWA Z SZYNK I JAJKIEM(brokul, szynka drobiowa, jajka, majonez) 50g (JAJA/SOJA/GORCZYCA) SALATA MX 10g POMDOR 50g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMIANKAM (ziemiaki, marchew seler, pietruszka, m ka pszenna, mleko) 400ml (GLUTEN/MEKO/SELER) PULPET WP. WSOSIE POMIDOROWYM (łopałka wp., jajka, m ka pszenna, angelka, koncentrat pomidorowy) 100g (GLUTEN/JAJA) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, m ka pszenna) 120g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (GLUTEN/MEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MEKO) LI SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt SZYNKA Z PIERSI INDYCZ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w oslonce niejadalnej) 50g (SOJA/SELER/GORCZYCA) SER ÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewaj cy, typ holenderski tłusty) 30g (MEKO) OGÓREK ZIELONY OBRANY TARTY 50g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MEKO)	Energia [kcal] 2686,6 Białko ogółem [g] 104,1 Tłuszcz [g] 109,5 Wgłowodany ogółem [g] 338,8 Sól [mg] 2978,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300ml (GLUTEN/MEKO) ANGIELKA 100g (GLUTEN/JAJA/MEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MEKO) SZYNKA HETWA SKA (w dlna wp, parzona, niew dzony, woslonce niejadalnej) 50g (SOJA/SELER/GORCZYCA) SALATKA BROKULOWA Z SZYNK I JAJKIEM(brokul, szynka drobiowa, jajka, majonez) 50g (JAJA/SOJA/GORCZYCA) SALATA MX 10g ROSPONKA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMIANKAM (ziemiaki, marchew seler, pietruszka, m ka pszenna, mleko) 400ml (GLUTEN/MEKO/SELER) PULPET WP. WSOSIE POMIDOROWYM (łopałka wp., jajka, m ka pszenna, angelka, koncentrat pomidorowy) 100g (GLUTEN/JAJA) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, m ka pszenna) 120g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250ml	ANGIELKA 100g (GLUTEN/JAJA/MEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MEKO) LI SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt SZYNKA Z PIERSI INDYCZ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w oslonce niejadalnej) 50g (SOJA/SELER/GORCZYCA) TWARO EK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 30g (MEKO) LI SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt KIEŁKI 4g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MEKO)	Energia [kcal] 2578,5 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 102,3 Wgłowodany ogółem [g] 332,6 Sól [mg] 2943,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,3

2026-01-03 sobota	Dieta z ogr. łatwo przysw. w.g	CHLEB GRAHAM 100g (<i>GLUTEN</i>) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (<i>MLEKO</i>) SZYNKA HETMA SKA (w dliina vp. parzona, niew dzony, woslonce niejadalnej) 50g (<i>SOJA, SELER, GORCZYCA</i>) SAŁATKA BROKUŁOWA Z SZYNK I JAJKIEM (brokuł, szynka drobiowa, jajka, majonez) 50g (<i>JAJA, SOJA, GORCZYCA</i>) SAŁATA MX 10g POMDOR 50g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z W DLIN WP. (chleb graham 30g, w dliina wieprzowa 30g, mix 10g) 1 Por (<i>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA</i>)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMIANKAM (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, m ka pszenna, mleko) 400ml (<i>GLUTEN, MLEKO, SELER</i>) PULPET WP. WSOSIE POMIDOROWYM (lopalka vp., jajka, m ka pszenna, angieltka, koncentrat pomidorowy) 100g (<i>GLUTEN, JAJA</i>) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g SUROWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biala, ogorek kiszony, marchew, seler, pietruszka, deej, musztarda) 120g (<i>SELER, GORCZYCA</i>) KOMPOT Z JABŁEK (jablka) 250ml	CHLEB GRAHAM 100g (<i>GLUTEN</i>) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (<i>MLEKO</i>) SER OŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewaj cy, typ holenderski tłusty) 30g (<i>MLEKO</i>) SZYNKA Z PIERSI INDYCZ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w oslonce niejadalnej) 50g (<i>SOJA, SELER, GORCZYCA</i>) LI SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt OGÓREK ZIELONY OBRANY TARTY 50g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	Energia [kcal] 2549,3 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 1168 Wgłowodany ogółem [g] 289,7 Sól [mg] 35766 Błonnik pokarmowy [g] 38,7
	Dieta podstawowa	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (<i>GLUTEN</i>) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (<i>MLEKO</i>) PLĄT SZYNKOWY (wieprzowy w dzony, parzony) 60g (<i>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</i>) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (<i>MLEKO</i>) POMDOR 50g LI SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt GRUSZKA 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (<i>MLEKO</i>) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400ml (<i>GLUTEN, JAJA, SELER</i>) KURCZAK OPIEKANY (wiarłka kurczaka, papryka, deej) 150g (<i>SELER, GORCZYCA</i>) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g SUROWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA (marchew, seler, deej) 120g (<i>SELER</i>) KOMPOT Z JABŁEK (jablka) 250ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (<i>GLUTEN</i>) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (<i>MLEKO</i>) PÓŁ DWICA MODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w oslonce niejadalnej) 80g (<i>SOJA, SELER, GORCZYCA</i>) RZODKIEWKA Z OGÓRKIEM ZIELONYM DROBNO TARTE (rzodkiewka, ogórek zielony) 50g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	CIASTO DRO D OWE 80g (<i>GLUTEN</i>)	Energia [kcal] 2663,2 Białko ogółem [g] 120,8 Tłuszcz [g] 95,6 Wgłowodany ogółem [g] 346 Sól [mg] 26668 Błonnik pokarmowy [g] 34,8	
2026-01-04 niedziela	Dieta lekkostrawna	ANGIELKA 100g (<i>GLUTEN, JAJA, MLEKO</i>) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (<i>MLEKO</i>) PLĄT SZYNKOWY (wieprzowy w dzony, parzony) 60g (<i>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</i>) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (<i>MLEKO</i>) MOD 1 szt LI SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt MUS Z GRUSZKI 100g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (<i>MLEKO</i>) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (<i>GLUTEN, SELER, JAJA, SELER</i>) KURCZAK GOTOWANY WSOSIE (wiarłka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, m ka pszenna) 150g (<i>GLUTEN</i>) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g BURACZKI GOTOWANE (buraki, m ka pszenna, masło ro linne) 120g (<i>GLUTEN, JAJA, SELER</i>) KOMPOT Z JABŁEK (jablka) 250ml	ANGIELKA 100g (<i>GLUTEN, JAJA, MLEKO</i>) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (<i>MLEKO</i>) PÓŁ DWICA MODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w oslonce niejadalnej) 80g (<i>SOJA, SELER, GORCZYCA</i>) SAŁATA MX 10g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	CIASTO DRO D OWE 80g (<i>GLUTEN</i>)	Energia [kcal] 2815,2 Białko ogółem [g] 119,9 Tłuszcz [g] 95,7 Wgłowodany ogółem [g] 384,1 Sól [mg] 29029 Błonnik pokarmowy [g] 23,2	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. w.g	CHLEB GRAHAM 100g (<i>GLUTEN</i>) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (<i>MLEKO</i>) PLĄT SZYNKOWY (wieprzowy w dzony, parzony) 60g (<i>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</i>) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (<i>MLEKO</i>) POMDOR 50g LI SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1 szt kl.M masło 10g) 1 Por (<i>GLUTEN, JAJA, MLEKO</i>)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400ml (<i>GLUTEN, JAJA, SELER</i>) KURCZAK OPIEKANY (wiarłka kurczaka, papryka, deej) 150g (<i>SELER, GORCZYCA</i>) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g SUROWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA (marchew, seler, deej) 120g (<i>SELER</i>) KOMPOT Z JABŁEK (jablka) 250ml	CHLEB GRAHAM 100g (<i>GLUTEN</i>) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (<i>MLEKO</i>) PÓŁ DWICA MODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w oslonce niejadalnej) 80g (<i>SOJA, SELER, GORCZYCA</i>) RZODKIEWKA Z OGÓRKIEM ZIELONYM DROBNO TARTE (rzodkiewka, ogórek zielony) 50g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (<i>MLEKO</i>)	Energia [kcal] 2609,6 Białko ogółem [g] 133,5 Tłuszcz [g] 108,1 Wgłowodany ogółem [g] 285,7 Sól [mg] 2827,3 Błonnik pokarmowy [g] 39,6

2026-01-05 poniedziałek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZ MANN (mleko 2%, kasza manna) 300ml (GLUTEN , MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZE NIKA (wp. parzony, w dzony, wosłonce niejadalnej) 50g (GLUTEN , SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) SAŁATA MX 10g RZODKIEW BIAŁA Z ZIELON PIETRUSZK 50g HERBATA 1SZT. 1 szt	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemiaki, marchew seler, pietruszka, m ka pszenna, mleko) 400ml (GLUTEN , MLEKO , SELER) WIEPRZOWINA PO MEKSYKA SKU (łopałka wp., fasola czerwona, kukurydza, papryka, cebula, koncentrat pomidorowy, skrobia, olej) 150 (GORCZYCA) RY BIAŁY 200g SUROWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew seler, pietruszka, olej, musztarda) 120g (SELER , GORCZYCA) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., rednio rozdrobiony parzony, w dzony) 50g (SOJA) SER OŁĘTY (podpuszczkowy ser dojrzewaj cy, typ holenderski tłusty) 30g (MLEKO) POMIDOR 50g RUKOLA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150g (MLEKO)	Energia [kcal] 2408 Białko ogółem [g] 1086 Tłuszcz [g] 832 Wgłowodany ogółem [g] 327 Sól [mg] 31645 Błonnik pokarmowy [g] 37,7
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZ MANN (mleko 2%, kasza manna) 300ml (GLUTEN , MLEKO) ANGIELKA 100g (GLUTEN , JAJA , MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZE NIKA (wp. parzony, w dzony, wosłonce niejadalnej) 50g (GLUTEN , SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) SAŁATA MX 10g KIEŁKI 4g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemiaki, marchew seler, pietruszka, m ka pszenna, mleko) 400ml (GLUTEN , MLEKO , SELER) MUS JABŁKOWO TRUSKAWKOWY (jabłka, truskawki) 200g RY BIAŁY 200g SOS WANILIOWY (ma lanka, cukier waniliowy) 150ml (MLEKO) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250ml	ANGIELKA 100g (GLUTEN , JAJA , MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., rednio rozdrobiony parzony, w dzony) 50g (SOJA) D EMOWOCOWY 1 szt LI SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt RUKOLA 4g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	JOGURT NATURALNY 150g (MLEKO)	Energia [kcal] 22844 Białko ogółem [g] 81,4 Tłuszcz [g] 569 Wgłowodany ogółem [g] 373,3 Sól [mg] 2731,9 Błonnik pokarmowy [g] 17,4
	Dieta z ogr. łatwo przysw w.g	CHLEB GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZE NIKA (wp. parzony, w dzony, wosłonce niejadalnej) 50g (GLUTEN , SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) SAŁATA MX 10g RZODKIEW BIAŁA Z ZIELON PIETRUSZK 50g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z W DLIN DROBIOW (chleb graham 30g, w dlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN , SOJA , MLEKO , SELER , GORCZYCA)	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemiaki, marchew seler, pietruszka, m ka pszenna, mleko) 400ml (GLUTEN , MLEKO , SELER) WIEPRZOWINA PO MEKSYKA SKU (łopałka wp., fasola czerwona, kukurydza, papryka, cebula, koncentrat pomidorowy, skrobia, olej) 150 (GORCZYCA) RY WIELOZIARNSTY (ry brazowy, ry biały) 200g SUROWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew seler, pietruszka, olej, musztarda) 120g (SELER , GORCZYCA) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250ml	CHLEB GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., rednio rozdrobiony parzony, w dzony) 50g (SOJA) SER OŁĘTY (podpuszczkowy ser dojrzewaj cy, typ holenderski tłusty) 30g (MLEKO) POMIDOR 50g RUKOLA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150g (MLEKO)
2026-01-05 wtorek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAM J CZMENNYM (mleko 2%, płatki j czienne) 400ml (GLUTEN , MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POL DVMCA MODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobiona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30g (SOJA , SELER , GORCZYCA) PASTA Z TU CZYKA (tu czyk, ser biały, zielona pietruszka) 50g (RYBA , MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50g SAŁATA MX 10g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA KALAFIOROWO-BROKULOWA Z RY EM (brokuł, kalafior, ry , marchew seler, pietruszka, m ka pszenna, mleko) 400ml (GLUTEN , MLEKO , SELER) KARCZEK PIECZONY WSOSIE WŁASNYM (karczek bk wp., cebula, m ka pszenna, 100g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g SUROWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARD (ogórek kiszony, cebula, musztarda) 120g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SALAM (kielbasa wp-wol., drobno rozdrobiona, dojrzewaj ca, w dzona, parzona) 80g (SOJA , SELER , GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (MLEKO) SAŁATA LODOWA Z SUKOL (sałata lodowa, rukola) 10g ROSZPONKA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	GRUSZKA 1 szt	Energia [kcal] 31067 Białko ogółem [g] 1239 Tłuszcz [g] 1438 Wgłowodany ogółem [g] 3487 Sól [mg] 38525 Błonnik pokarmowy [g] 304

2026-01-06 wtorek	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAM J CZMENNIM (mleko 2%, płatki j czienne) 400ml (GLUTEN MLEKO) ANGIELKA 100g (GLUTEN JAJA MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MLEKO) POL DWICA MODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30g (SOJA SELER GORCZYCA) PASTA Z TU CZYKA (tu czyk, ser biały, zielona pietruszka) 50g (RYBA MLEKO) SAŁATA MX 10g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RY EM(brokul, kalafior, ry , marchew seler, pietruszka, m ka pszenna, mleko) 400ml (GLUTEN MLEKO SELER) PIECZONY KOTLET DROBIOWY (mi so drobiowe mielone, jajka kl.M) przyprawy) 100g (GLUTEN JAJA) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g MARCHEWGOTOWANA (marchew m ka pszenna) 120g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250ml	ANGIELKA 100g (GLUTEN JAJA MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MLEKO) POL DWICA Z MAJERANKIEM (drobiowo-wieprzowa, parzona) 80g (GLUTEN SOJA SELER GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (MLEKO) SAŁATA LODOWA Z RUKOL (sałata lodowa, rukola) 10g ROSZPONKA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	MUS Z GRUSZKI 150g	Energia [kcal] 2422 Białko ogółem [g] 117,8 Tłuszcz [g] 637 W główny ogółem [g] 3625 Sól [mg] 3009,2 Błonnik pokarmowy [g] 265
	Dieta z ogg. łatwo przysw w g	CHLEB GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MLEKO) POL DWICA MODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30g (SOJA SELER GORCZYCA) PASTA Z TU CZYKA (tu czyk, ser biały, zielona pietruszka) 50g (RYBA MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50g SAŁATA MX 10g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z W DLIN WP. (chleb graham 30g, w dlna wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN SOJA MLEKO SELER GORCZYCA)	ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RY EM(brokul, kalafior, ry , marchew seler, pietruszka, m ka pszenna, mleko) 400ml (GLUTEN MLEKO SELER) KARCZEK PIECZONY WSOSIE WŁASNYM (karczek bk wp, cebula, m ka pszenna, 100g (GLUTEN) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g SUROWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARD (ogórek kiszony, cebula, musztarda) 120g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250ml	CHLEB GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MLEKO) POL DWICA Z MAJERANKIEM (drobiowo-wieprzowa, parzona) 80g (GLUTEN SOJA SELER GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (MLEKO) SAŁATA LODOWA Z RUKOL (sałata lodowa, rukola) 10g ROSZPONKA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt	GRUSZKA 1 szt
2026-01-07 środa	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300ml (GLUTEN MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp, parzona, w dzona, wsiatce niejadalnej) 80g (GLUTEN SOJA) SŁUPKI WARZYW (ogórek zielony, papryka, seler naciowy) obrany warzywa 60g ROSZPONKA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA ZALEWAJKA Z ZIEMNIANKAM (ziemniaki, barszcz biały, chrzan, m ka pszenna, mleko, cebula) 400ml (GLUTEN JAJA MLEKO SOJA) PAMPUCHY 5szt (GLUTEN JAJA MLEKO) SOS TRUSKAWKOWY (truskawki, ma lanka) 150ml (MLEKO) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MLEKO) TWARO EK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50g (MLEKO) POL DWICA MODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30g (SOJA SELER GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50g LI SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2309,2 Białko ogółem [g] 81,9 Tłuszcz [g] 61,4 W główny ogółem [g] 3681 Sól [mg] 2268,2 Błonnik pokarmowy [g] 231
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300ml (GLUTEN MLEKO) ANGIELKA 100g (GLUTEN JAJA MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp, parzona, w dzona, wsiatce niejadalnej) 80g (GLUTEN SOJA) MARCHEWGOTOWANA PLASTRY (marchew, margaryna słoneczna) 50g ROSZPONKA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA MARCHWOWA Z ZIEMNIANKAM (ziemniaki, marchew seler, pietruszka, m ka pszenna, mleko) 400ml (GLUTEN MLEKO SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopałka wp, szynka wp, przyprawy, olej) 100g (SOJA) SOS PIETRUSZKOWY (marchew seler, pietruszka, m ka pszenna, zielona pietruszka) 100ml (GLUTEN SELER) KASZA J CZMIENNA 200g (GLUTEN) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, m ka pszenna) 120g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250ml	ANGIELKA 100g (GLUTEN JAJA MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MLEKO) TWARO EK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50g (MLEKO) POL DWICA MODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30g (SOJA SELER GORCZYCA) LI SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt KIEŁKI 4g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 24648 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 948 W główny ogółem [g] 321 Sól [mg] 27681 Błonnik pokarmowy [g] 21

2026-01-07 rda	Dieta z ogr. łatwo przysw. w.g.	CHLEB GRAHAM 100g (<i>GLUTEN</i>) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (<i>MLEKO</i>) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, w dzona, wsiatke niejadalnej) 80g (<i>GLUTEN, SOJA</i>) SŁUPKI WARZYW (ogórek zielony, papryka, seler naciowy) obrany warzywa 60g ROSPONKA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM(chleb graham 30g, jajko 1szt,1.M masło 10g) 1 Por (<i>GLUTEN, JAJA, MLEKO</i>)	ZUPA ZALEWAJKA Z ZIEMNIAKAM (ziemniaki, barszcz biały, chrzan, m ka pszenna, mleko, cebula) 400ml (<i>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SOJA</i>) SZARPANA WIEPRZOWINA (topalka vp., szynka vp., przyprawy, olej) 100g (<i>SOJA</i>) SOS PIETRUSZKOWY (marchew seler, pietruszka, m ka pszenna, zielona pietruszka) 100ml (<i>GLUTEN, SELER</i>) KASZA P. CZAK 200g (<i>GLUTEN</i>) SUROWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEMKISZONYM(kapusta biała, ogórek kiszony, marchew olej) 120g (<i>GORCZYCA</i>) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250ml	CHLEB GRAHAM 100g (<i>GLUTEN</i>) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (<i>MLEKO</i>) TVIARO EK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50g (<i>MLEKO</i>) POL. DWICA MODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30g (<i>SOJA, SELER, GORCZYCA</i>) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50g LI. SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt(<i>MLEKO</i>)	Energia [kcal] 2466,6 Białko ogółem [g] 110,9 Tłuszcz [g] 107,4 Wgłowodany ogółem [g] 269,1 Sól [mg] 2762,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,5
		ZUPA MŁECZNA Z PŁATKAM OWSIANYM (mleko 2%, płatki owsiane) 300ml (<i>GLUTEN, MLEKO</i>) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (<i>GLUTEN, MLEKO</i>) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (<i>MLEKO</i>) SER. OŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewaj. cy, typ holenderski tłusty) 50g (<i>MLEKO</i>) SAŁATA Z POMIDOREM(pomidor, sałata, natka pietruszki) 60g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g POL. DWICA MODOWA (z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30g (<i>SOJA, SELER, GORCZYCA</i>)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew seler, pietruszka, makaron nitka, koncentrat pomidorowy, m ka pszenna, mielana) 400ml (<i>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</i>) KURCZAK OPIEKANY (wiarłka kurczaka, papryka, olej) 150g (<i>SELER, GORCZYCA</i>) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g SUROWKA Z RZODKIEWKI BIAŁEJ drobno tartą (rzodkiew biała, marchew jogurt naturalny, cukier) 120g (<i>MLEKO</i>) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (<i>GLUTEN, MLEKO</i>) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (<i>MLEKO</i>) SZYNKA HETMA SKA (w dlna vp. parzona, niew dzony, w osłonce niejadalnej) 80g (<i>SOJA, SELER, GORCZYCA</i>) OGÓREK KISZONY TALARKI 50g (<i>GORCZYCA</i>) LI. SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	JOGURT OWOCOWY 1 szt(<i>MLEKO</i>)	Energia [kcal] 2635,3 Białko ogółem [g] 124 Tłuszcz [g] 107,1 Wgłowodany ogółem [g] 308,8 Sól [mg] 3442,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,9	
		ZUPA MŁECZNA Z PŁATKAM OWSIANYM (mleko 2%, płatki owsiane) 300ml (<i>GLUTEN, MLEKO</i>) ANGIELKA 100g (<i>GLUTEN, JAJA, MLEKO</i>) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (<i>MLEKO</i>) SER. BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30g (<i>MLEKO</i>) SZYNKA Z PIERSI INDYCY (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50g (<i>SOJA, SELER, GORCZYCA</i>) SAŁATA MX ZE SŁONECZNIKIEM (mix sałat, słonecznik) 15g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew seler, pietruszka, makaron nitka, koncentrat pomidorowy, m ka pszenna, mielana) 400ml (<i>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</i>) KURCZAK GOTOWANY (wiarłka kurczaka) 150g SOS JARZYNOWY (marchew seler, pietruszka, m ka pszenna) 100ml (<i>GLUTEN, SELER</i>) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g BROKUŁ Z MARCHEWK BABY (brokuł, marchewka baby) 120g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250ml	ANGIELKA 100g (<i>GLUTEN, JAJA, MLEKO</i>) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (<i>MLEKO</i>) SZYNKA HETMA SKA (w dlna vp. parzona, niew dzony, w osłonce niejadalnej) 50g (<i>SOJA, SELER, GORCZYCA</i>) PASTA WARZYWNA (marchew pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50g (<i>SELER</i>) LI. SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	JOGURT OWOCOWY 1 szt(<i>MLEKO</i>)	Energia [kcal] 2642,6 Białko ogółem [g] 115,6 Tłuszcz [g] 105,9 Wgłowodany ogółem [g] 321,5 Sól [mg] 2907 Błonnik pokarmowy [g] 23,1	
2026-01-08 czwartek	Dieta lekkostrawna	CHLEB GRAHAM 100g (<i>GLUTEN</i>) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (<i>MLEKO</i>) SER. OŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewaj. cy, typ holenderski tłusty) 50g (<i>MLEKO</i>) SAŁATA Z POMIDOREM(pomidor, sałata, natka pietruszki) 60g HERBATA 1SZT. 1 szt SZYNKA Z PIERSI INDYCY (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30g (<i>SOJA, SELER, GORCZYCA</i>)	KANAPKA Z W DLIN. DROBIOW (chleb graham 30g, w dlna drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (<i>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</i>)	CHLEB GRAHAM 100g (<i>GLUTEN</i>) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (<i>MLEKO</i>) SZYNKA HETMA SKA (w dlna vp. parzona, niew dzony, w osłonce niejadalnej) 80g (<i>SOJA, SELER, GORCZYCA</i>) OGÓREK KISZONY TALARKI 50g (<i>GORCZYCA</i>) LI. SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt(<i>MLEKO</i>)	Energia [kcal] 2581,8 Białko ogółem [g] 123,7 Tłuszcz [g] 118 Wgłowodany ogółem [g] 262,9 Sól [mg] 3849,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,1	
		ZUPA MŁECZNA Z PŁATKAM OWSIANYM (mleko 2%, płatki owsiane) 300ml (<i>GLUTEN, MLEKO</i>) ANGIELKA 100g (<i>GLUTEN, JAJA, MLEKO</i>) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (<i>MLEKO</i>) SER. BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30g (<i>MLEKO</i>) SZYNKA Z PIERSI INDYCY (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50g (<i>SOJA, SELER, GORCZYCA</i>) SAŁATA MX ZE SŁONECZNIKIEM (mix sałat, słonecznik) 15g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew seler, pietruszka, makaron nitka, koncentrat pomidorowy, m ka pszenna, mielana) 400ml (<i>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</i>) KURCZAK OPIEKANY (wiarłka kurczaka, papryka, olej) 150g (<i>SELER, GORCZYCA</i>) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g SUROWKA Z RZODKIEWKI BIAŁEJ B. CUKRU drobno tartą (rzodkiew biała, marchew jogurt naturalny) 120g (<i>MLEKO</i>) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250ml	CHLEB GRAHAM 100g (<i>GLUTEN</i>) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (<i>MLEKO</i>) SZYNKA HETMA SKA (w dlna vp. parzona, niew dzony, w osłonce niejadalnej) 80g (<i>SOJA, SELER, GORCZYCA</i>) OGÓREK KISZONY TALARKI 50g (<i>GORCZYCA</i>) LI. SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt(<i>MLEKO</i>)	Energia [kcal] 2581,8 Białko ogółem [g] 123,7 Tłuszcz [g] 118 Wgłowodany ogółem [g] 262,9 Sól [mg] 3849,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,1	

2026-01-09 piątek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZ KUKURYDZIAN (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300ml (MEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MEKO) JAJKA ZSZT. ZE SZCZYPIORKIEM(jajka klasy M szczypiorek) 2szt (JAJA) PAPRYKA WME A 30g SAŁATA MX Z RUKOL I ROSZPONK 20g MUS JABŁKOWY (jabłko, cukier) 100g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA BROKUŁOWA Z RY EM(brokul, marchewka, seler, pietruszka, ry , m ka pszenna, mleko) 400ml (GLUTEN) MEKO , SELER) FILET Z RYBY PANIEROWANY PIECZONY (tilapia filet, jajka, bułka tarta, m ka pszenna, olej) 100g (GLUTEN , JAJA , RYBA) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g SUROWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona pietruszka) 120g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłko) 250ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MEKO) TWARO EK Z ZIELON PIETRUSZK (ser biały półtusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 100g (MEKO) LI SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	WAFELEK KAKAOWY 1 szt (GLUTEN) MEKO	Energia [kcal] 25908 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 87,8 Wgłowodany ogółem [g] 369 Sól [mg] 19608 Błonnik pokarmowy [g] 34
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZ KUKURYDZIAN (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300ml (MEKO) ANGIELKA 100g (GLUTEN , JAJA , MEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MEKO) FILET KROLEWSKI Z INDYKA (dodatek vp, reclinio rozdrobniony parzony, w dzony) 50 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) SAŁATA MX Z RUKOL I ROSZPONK 20g MUS JABŁKOWY (jabłko, cukier) 100g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA BROKUŁOWA Z RY EM(brokul, marchewka, seler, pietruszka, ry , m ka pszenna, mleko) 400ml (GLUTEN) MEKO , SELER) FILET Z RYBY GOTOWANY (tilapia filet) 100g (RYBA) SOS ZIOLOWY (wywar warzywny, ziola, m ka pszenna) 100ml (GLUTEN , SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, skrobka) 120g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłko) 250ml	ANGIELKA 130g (GLUTEN , JAJA , MEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MEKO) TWARO EK Z ZIELON PIETRUSZK (ser biały półtusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 100g (MEKO) LI SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	WAFELEK KAKAOWY 1 szt (GLUTEN) MEKO	Energia [kcal] 23089 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 55,6 Wgłowodany ogółem [g] 371,9 Sól [mg] 2345 Błonnik pokarmowy [g] 252
	Dieta z ogr. łatwo przysw. w g	CHLEB GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MEKO) FILET KROLEWSKI Z INDYKA (dodatek vp, reclinio rozdrobniony parzony, w dzony) 50 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) PAPRYKA WME A 30g SAŁATA MX Z RUKOL I ROSZPONK 20g MUS JABŁKOWY (jabłko, cukier) 100g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150g 1 szt (MEKO)	ZUPA BROKUŁOWA Z RY EM(brokul, marchewka, seler, pietruszka, ry , m ka pszenna, mleko) 400ml (GLUTEN) MEKO , SELER) FILET Z RYBY GOTOWANY (tilapia filet) 100g (RYBA) SOS ZIOLOWY (wywar warzywny, ziola, m ka pszenna) 100ml (GLUTEN , SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g SUROWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłko) 250ml	CHLEB GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MEKO) TWARO EK Z ZIELON PIETRUSZK (ser biały półtusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 100g (GLUTEN , SELER) LI SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM ÓLTYM(chleb graham 30g, ser dity 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN , MEKO)
2026-01-10 sobota	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z RY EM(mleko 2%, ry) 300ml (MEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MEKO) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, wosłonec niejadalnej) 50g (SOJA , SELER) SER ÓLTY (podbuszczkowy ser dojrzewaj cy, typ holenderski tłusty) 30g (MEKO) POMIDOR 50g LI SAŁATY MASŁOWEJ Q06szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMIANKAM (ziemiaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, m ka pszenna, mleko) 400ml (GLUTEN , MEKO , SELER) PIECZE WIEPRZOWA (topalka b/k, jajka kl.M) bułka tarta, przyprawy, olej) 100g (GLUTEN , JAJA) SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, m ka pszenna) 100ml (GLUTEN) KASZA J CZMENNA 200g (GLUTEN) SUROWKA Z MARCHWI I SELERA (marchew, seler, olej) 120g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłko) 250ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MEKO) PLĄT SZYNKOWY (wieprzowy w dzony, parzony) 50g (GLUTEN , SOJA , MEKO , SELER , GORCZYCA) SER BIAŁY POŁTUSTY 30g (MEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g KIEŁKI 4g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	JOGURT NATURALNY 150g (MEKO)	Energia [kcal] 2552 Białko ogółem [g] 105,3 Tłuszcz [g] 100,5 Wgłowodany ogółem [g] 314,9 Sól [mg] 2861,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,9

2026-01-10 sobota	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z RY EM(mleko 2%, ry) 300ml (MEKO) ANGIELKA 100g (GLUTEN JAJA) MEKO MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MEKO) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzona, wosłone niejadalne) 100g (SOJA SELER) BROKUL GOTOWANY Z WODY (brokuł) 50g LI SAŁATY MASŁOWEJ 006szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAM (ziemniaki, szpinak, marchew pietruszka, seler, m ka pszenna, mleko) 400ml (GLUTEN MEKO SELER) PIECZE WIEPRZOWA (topatka b.k, jajka kl.M) bulka tarta, przyprawy, olej) 100g (GLUTEN JAJA) SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, m ka pszenna) 100ml (GLUTEN) BURACZKI GOTOWANE (buraki, m ka pszenna, masło ro linne) 120g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250ml	ANGIELKA 100g (GLUTEN JAJA) MEKO MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MEKO) PLĄT SZYNKOWY (wieprzowy w dzony, parzony) 50g (GLUTEN SOJA) MEKO SELER GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 30g (MEKO) SAŁATA MX 5g KIEŁKI 4g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g	JOGURT NATURALNY 150g (MEKO)	Energia [kcal] 25482 Białko ogdem [g] 105 Tłuszcz [g] 938 W głowodany ogdem [g] 3203 Sól [mg] 3191,9 Błonnik pokarmowy [g] 185
	Dieta z og. łatwo przysw. w.g	CHLEB GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MEKO) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzona, wosłone niejadalne) 50g (SOJA SELER) SER OŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewaj cy, typ holenderski tłusty) 30g (MEKO) LI SAŁATY MASŁOWEJ 006szt POMIDOR 50g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z W DLIN DROBIOW (chleb graham 30g, w dlna drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN SOJA) MEKO SELER GORCZYCA)	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAM (ziemniaki, szpinak, marchew pietruszka, seler, m ka pszenna, mleko) 400ml (GLUTEN MEKO SELER) PIECZE WIEPRZOWA (topatka b.k, jajka kl.M) bulka tarta, przyprawy, olej) 100g (GLUTEN JAJA) SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, m ka pszenna) 100ml (GLUTEN) KASZA J CZMIENNA 200g (GLUTEN) SUROWKA Z MARCHMI I SELERA (marchew seler, olej) 120g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250ml	CHLEB GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MEKO) PLĄT SZYNKOWY (wieprzowy w dzony, parzony) 50g (GLUTEN SOJA) MEKO SELER GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 30g (MEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50g KIEŁKI 4g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150g (MEKO)
2026-01-11 niedziela	Dieta podstawowa	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MEKO) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) 50g (GLUTEN SOJA SELER) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50g (GORCZYCA) LI SAŁATY MASŁOWEJ 006szt MANDARYNKA 1 szt	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400ml (GLUTEN JAJA SELER) KURCZAK OPIEKANY (wianka kurczaka, papryka, olej) 150g (SELER GORCZYCA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g SUROWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew seler, pietruszka, olej, musztarda) 120g (SELER GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, w dzona, wsiatce niejadalne) 80g (GLUTEN SOJA) POMIDOR 50g SAŁATA MX 20g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g KEFIR 1 szt (MEKO)	KISIEL Z TARTYM JABŁKAM DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 27448 Białko ogdem [g] 115,6 Tłuszcz [g] 111,7 W głowodany ogdem [g] 337,6 Sól [mg] 3491,4 Błonnik pokarmowy [g] 329
	Dieta lekkostrawna	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MEKO) ANGIELKA 100g (GLUTEN JAJA) MEKO MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MEKO) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) 50g (GLUTEN SOJA SELER) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) LI SAŁATY MASŁOWEJ 006szt MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100g	ZUPA GRYSIKOWA (marchew seler, pietruszka, kasza marna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN SELER) KURCZAK GOTOWANY WSOSIE (wianka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, m ka pszenna) 150g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g MARCHEW GOTOWANA (marchew m ka pszenna) 120g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250ml	ANGIELKA 100g (GLUTEN JAJA) MEKO MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt 1 szt (MEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, w dzona, wsiatce niejadalne) 80g (GLUTEN SOJA) SAŁATA MX 20g RUKOLA 4g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10g KEFIR 1 szt (MEKO)	KISIEL Z TARTYM JABŁKAM DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 28793 Białko ogdem [g] 112,3 Tłuszcz [g] 117,3 W głowodany ogdem [g] 360 Sól [mg] 31928 Błonnik pokarmowy [g] 251

2026-01-11 niedziela	Dzieta z ogg. kalwo przysyw w g.	<p>CHLEB GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z NOVE (szynka vp, w dzona, parzona) 50g (SOJA, SELER) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50g (GORCZYCA) LI SAŁATY MASŁOWEJ 006szt MANDARYNKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt</p>	<p>KANAPKA Z SEREMBIALYM (ser biały półtłusty 30g, chleb graham 30g, masło10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO)</p>	<p>ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400ml (GLUTEN JAJA, SELER) KURCZAK OPIEKANY (wianka kurczaka, papryka, olej) 150g (SELER, GORCZYCA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200g SUROWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250ml</p>	<p>CHLEB GRAHAM 100g (GLUTEN) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (vp, parzona, w dzona, wsiatce niejadalnej) 80g (GLUTEN, SOJA) POMIDOR 50g SAŁATA MX 20g HERBATA 1SZT. 1 szt</p>	<p>KISIEL Z TARTYM JABŁKAM DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml</p>	<p>Energia [kcal] 26601 Białko oggtem [g] 1163 Tłuszcz [g] 1079 W glowodany oggtem [g] 3107 Sól [mg] 36657 Błonnik pokarmowy [g] 37,8</p>
----------------------	----------------------------------	---	---	--	--	---	--