

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2026-06-01 poniedziałek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt JABŁKO 1 szt		ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM (koper, włoszczyzna, śmietana, mąka pszenna, makaron) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) WIEPRZOWINA PO WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (topatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, koncentrat pomidorowy) 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ) POMIDOR 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 384,7 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 90,7 Węglowodany ogółem [g] 318,3 Sód [mg] 3 122,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38 suma cukrów prostych [g] 52,3
	Dieta łatwastrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 80 g ( <b>MLEKO</b> ) SZPINAK BABY 2 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM (koper, włoszczyzna, śmietana, mąka pszenna, makaron) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (topatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 300,4 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 81,7 Węglowodany ogółem [g] 306,5 Sód [mg] 2 507,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,7 suma cukrów prostych [g] 70,5
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt JABŁKO 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SEZAM</b> )	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM (koper, włoszczyzna, śmietana, mąka pszenna, makaron) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) WIEPRZOWINA PO WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (topatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, koncentrat pomidorowy) 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ) POMIDOR 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 320,7 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 96 Węglowodany ogółem [g] 285,7 Sód [mg] 3 205,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,9 suma cukrów prostych [g] 30,8

2026-06-02 wtorek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB PSZENNÝ I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA Z TUŃCZYKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 100 g ( <b>RYBA, MLEKO</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt GRUSZKA 1 szt	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>MLEKO, SELER</b> ) KOTLET MIELONY PIECZONY (topatka wp., cebula, jajka kl.M, bułka tarta, olej) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA (marchew, seler, olej rzepakowy) 200 g ( <b>SELER</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNÝ I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por ( <b>MLEKO</b> ) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 60 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 235,1 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 77,3 Węglowodany ogółem [g] 305,6 Sód [mg] 3 688 Błonnik pokarmowy [g] 38,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,5 suma cukrów prostych [g] 41
	Dieta latwostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA Z TUŃCZYKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 80 g ( <b>RYBA, MLEKO</b> ) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIELKI 2 g GALARETKA OWOCOWA 150 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>MLEKO, SELER</b> ) LENIWE GOTOWANE (kluski leniwe) 300 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) SOS TRUSKAWKOWO JOGURTOWY (truskawki, jogurt naturalny) 100 ml ( <b>MLEKO</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) FILET ZAPIEKANY (dr.) 50 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por ( <b>MLEKO</b> ) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g ( <b>MLEKO</b> ) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 2 340,3 Białko ogółem [g] 102,9 Tłuszcz [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 335,6 Sód [mg] 2 333,6 Błonnik pokarmowy [g] 22 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,3 suma cukrów prostych [g] 83,6
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA Z TUŃCZYKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 80 g ( <b>RYBA, MLEKO</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, MLEKO, SEZAM</b> )	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>MLEKO, SELER</b> ) KOTLET MIELONY PIECZONY (topatka wp., cebula, jajka kl.M, bułka tarta, olej) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA b/cukru (marchew, seler, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g ( <b>SELER</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) FILET ZAPIEKANY (dr.) 50 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por ( <b>MLEKO</b> ) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )
2026-06-03 środa	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) CHLEB PSZENNÝ I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 100 g ( <b>SOJA, GORCZYCA</b> ) POMIDOR 50 g SZPINAK BABY 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) PIEROGI RUSKIE GOTOWANE (mąka pszenna, twaróg biały, ziemniaki) 6 szt ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CEBULA ZASMAŻANA (cebulka, majeranek, olej rzepakowy) 30 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNÝ I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWARÓŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 092,1 Białko ogółem [g] 83,2 Tłuszcz [g] 49,6 Węglowodany ogółem [g] 334 Sód [mg] 3 078,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,5 suma cukrów prostych [g] 63,8

2026-06-03 środa	Dieta latwostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 100 g ( <b>SOJA, GORCZYCA</b> ) SZPINAK BABY 2 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCYZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CIUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 025,3 Białko ogółem [g] 87,8 Tłuszcz [g] 42 Węglowodany ogółem [g] 337,3 Sód [mg] 3 221,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,2 suma cukrów prostych [g] 63
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g ( <b>SOJA, GORCZYCA</b> ) POMIDOR 50 g SZPINAK BABY 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, MLEKO, SEZAM</b> )	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KASZA BULGUR GOTOWANA 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY CZERWONEJ B/CIUKRU (kapusta czerona, jabłko, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, ziola) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCYZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CIUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml
2026-06-04 czwartek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA Z CIECIERZYCY Z SUSZONYMI POMIDORAMI 80 g ( <b>SELER, SO2</b> ) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por ( <b>MLEKO</b> ) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g JABŁKO 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA FASOŁOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasola Jaś, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, kielbasa domowa, mąka, cebula) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 150 g MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej rzepakowy) 200 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKĄ (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g ( <b>SOJA</b> ) POMIDOR 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt CUKIER 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 423,9 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 76,1 Węglowodany ogółem [g] 341,1 Sód [mg] 2 991,1 Błonnik pokarmowy [g] 44,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 43,3
	Dieta latwostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PŁAT SZYŃKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ) DZEM OWOCOWY 1 szt MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS ZIOLOWY (wywar warzywny, ziola, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 200 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKĄ (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g ( <b>SOJA</b> ) SZPINAK BABY 2 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 216,4 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 57,9 Węglowodany ogółem [g] 336,5 Sód [mg] 2 833,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,1 suma cukrów prostych [g] 65,8

2026-06-04 czwartek	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA Z CIECIERZYCY Z SUSZONYMI POMIDORAMI 50 g ( <b>SELER, SO2</b> ) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por ( <b>MLEKO</b> ) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g JABŁKO 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SALATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz., fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, ziel. pietruszka, olej rzepakowy) 150 g ( <b>GORCZYCA</b> )	ZUPA FASOLOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasola Jaś, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, kielbasa domow, mąka, cebula) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 150 g MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej rzepakowy) 200 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g ( <b>SOJA</b> ) POMIDOR 50 g LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 625,3 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 84,3 Węglowodany ogółem [g] 368,5 Sód [mg] 3 770,2 Błonnik pokarmowy [g] 66,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 27,6
	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJECZNA ZE SZCZUPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA, GORCZYCA</b> ) SALATKA Z OGÓRKA KISZONEGO I PAPRYKI (ogórek kiszony, papryka konserwowa) 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) POMARAŃCZA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA MINISTRONE (ziemniaki, włoszczyzna, kapusta biała, kalafior, fasolka, brokuł, przecier pomidorowy) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka, jajka, mąka, bułka tarta) 80 g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBA</b> ) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej rzepakowy, zielona pietruszka) 200 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g ( <b>MLEKO</b> ) MARMOLADA 50 g SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g KIELKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK ŚMIETANKOWY 1 szt ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 331,6 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 80,8 Węglowodany ogółem [g] 332,8 Sód [mg] 2 590,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,6 suma cukrów prostych [g] 79,3	
	Dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJECZNA ZE SZCZUPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA, GORCZYCA</b> ) SALATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 100 g ( <b>RYBA</b> ) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g ( <b>MLEKO</b> ) MARMOLADA 50 g SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g KIELKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK ŚMIETANKOWY 1 szt ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 270 Białko ogółem [g] 93,3 Tłuszcz [g] 66,5 Węglowodany ogółem [g] 336,1 Sód [mg] 2 073,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,6 suma cukrów prostych [g] 73,7	
2026-06-05 piątek	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJECZNA ZE SZCZUPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA, GORCZYCA</b> ) POMARAŃCZA 1 szt SALATKA Z OGÓRKA KISZONEGO I PAPRYKI (ogórek kiszony, papryka konserwowa) 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA MINISTRONE (ziemniaki, włoszczyzna, kapusta biała, kalafior, fasolka, brokuł, przecier pomidorowy) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 100 g ( <b>RYBA</b> ) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej rzepakowy, zielona pietruszka, ksylitol) 200 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g KIELKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 215,7 Białko ogółem [g] 111,9 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 281,8 Sód [mg] 3 015,4 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,4 suma cukrów prostych [g] 36,2

2026-06-06 sobota	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron)l 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SÉREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g ( <b>MLEKO</b> ) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 30 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER</b> ) POMIDÓR 50 g ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</b> ) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> ) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA (ogórek kiszony, cebula, musztarda) 200 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) BIĄNKĄ PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SZPINAK BABY 2 g SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 111,9 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 59,3 Węglowodany ogółem [g] 309,8 Sód [mg] 3 854,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,2 suma cukrów prostych [g] 62,2
	Dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron)l 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SÉREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g ( <b>MLEKO</b> ) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 30 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER</b> ) ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</b> ) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> ) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) BIĄNKĄ PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) SZPINAK BABY 2 g SAŁATA LODOWA 10 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 105,3 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 49,6 Węglowodany ogółem [g] 335,3 Sód [mg] 2 460,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,2 suma cukrów prostych [g] 65,1
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węg.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SÉREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g ( <b>MLEKO</b> ) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 30 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER</b> ) POMIDÓR 50 g ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI (buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola Jaś, marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka pszenna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> ) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA (ogórek kiszony, cebula, musztarda) 200 g ( <b>GORCZYCA</b> )	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) BIĄNKĄ PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA LODOWA 10 g SZPINAK BABY 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, MLEKO, SEZAM</b> )
2026-06-07 niedziela	Dieta podstawowa	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt ( <b>JAJA</b> ) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g ( <b>SOJA</b> ) SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt GRUSZKA 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml ( <b>MLEKO</b> )	ROSÓL Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka pietruszki) 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA (buraki, olej rzepakowy, cukier) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tusty) 80 g ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOR 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 426,2 Białko ogółem [g] 92,5 Tłuszcz [g] 90,6 Węglowodany ogółem [g] 304,3 Sód [mg] 3 541,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,6 suma cukrów prostych [g] 63,9

2026-06-07 niedziela	Dieta łatwostrawna	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g ( <b>SOJA</b> ) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt ( <b>JAJA</b> ) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 4 g MUS Z GRUSZKI 100 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka pietruszki) 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) MŁODE ZIEMNIANKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g ( <b>MLEKO</b> ) SZPINAK BABY 2 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 153,7 Białko ogółem [g] 87,1 Tłuszcz [g] 61,2 Węglowodany ogółem [g] 310,4 Sód [mg] 2 389,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27 suma cukrów prostych [g] 60,1
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt ( <b>JAJA</b> ) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g ( <b>SOJA</b> ) SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt MANDARYNKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, MLEKO, SEZAM</b> )	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 150 g SOS PIECZARKOWY (pieczarki, cebula, mąka pszenna, śmietana) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MŁODE ZIEMNIANKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOR 50 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )
2026-06-08 poniedziałek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 30 g ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOR 60 g ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIANKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) SOS BOŁOŃSKI Z WARZYWAMI DUSZONY (topatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SURÓWKA COLESŁAW (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 200 g ( <b>JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POŁEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g ( <b>OZI, SELER, GORCZYCA</b> ) SAŁATKA ZE STRĄCZKOW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz., fasolka czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, ziel. pietruszka, olej rzepakowy) 80 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 509,3 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 60,1 Węglowodany ogółem [g] 377,7 Sód [mg] 2 825,8 Błonnik pokarmowy [g] 52,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,5 suma cukrów prostych [g] 71,8
	Dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 30 g ( <b>MLEKO</b> ) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIANKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKIE) (topatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POŁEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g ( <b>OZI, SELER, GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 2 197,8 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 48,1 Węglowodany ogółem [g] 330,9 Sód [mg] 2 143,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,4 suma cukrów prostych [g] 64,2

2026-06-08 poniedziałek	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 30 g ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOR 60 g ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) SOS BOLONSKI Z WARZYWAMI DUSZONY (topatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SURÓWKA COLESŁAW DROBNO SIEKANA B/CIUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g ( <b>JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SOZ</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PÓLEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wedlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g ( <b>OZI, SELER, GORCZYCA</b> ) SALÁTKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz., fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, ziel. pietruszka, olej rzepakowy) 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, MLEKO, SEZAM</b> )	Energia [kcal] 2 347,4 Białko ogółem [g] 109,6 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 308,6 Sód [mg] 2 895,8 Błonnik pokarmowy [g] 51,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,9 suma cukrów prostych [g] 23,5
	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 80 g ( <b>RYBA</b> ) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por ( <b>MLEKO</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) SALATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) LECZO Z KIELBASĄ (kielbasa, cukinia, papryka, cebula, przecier pomidorowy, mąka pszenna, olej rzepakowy) 300 g ( <b>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g ( <b>MLEKO</b> ) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 047,9 Białko ogółem [g] 82,7 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany ogółem [g] 306,4 Sód [mg] 3 539,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,7 suma cukrów prostych [g] 50	
	Dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 100 g ( <b>RYBA</b> ) MUS Z GRUSZKI 100 g SALATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, brokuł, marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) PIECZEN WIĘPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> ) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g ( <b>SELER</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g ( <b>MLEKO</b> ) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 077,8 Białko ogółem [g] 85,1 Tłuszcz [g] 47,9 Węglowodany ogółem [g] 352,6 Sód [mg] 2 032,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,5 suma cukrów prostych [g] 47,2	
2026-06-09 wtorek	Dieta łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 100 g ( <b>RYBA</b> ) TWARÓZEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) SALATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	MANDARYNKA 1 szt	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g ( <b>MLEKO</b> ) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 50 g LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 186,3 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 65,5 Węglowodany ogółem [g] 318,1 Sód [mg] 3 053,7 Błonnik pokarmowy [g] 46 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,2 suma cukrów prostych [g] 47,8	
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 100 g ( <b>RYBA</b> ) TWARÓZEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) SALATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) PIECZEN WIĘPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN</b> ) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA POROWA Z CZERWONĄ KAPUSTĄ (por, kapusta czerwona, marchew, jogurt naturalny, olej rzepakowy, ocet, sól, cukier) 200 g ( <b>MLEKO</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PLAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g ( <b>MLEKO</b> ) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 50 g LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 186,3 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 65,5 Węglowodany ogółem [g] 318,1 Sód [mg] 3 053,7 Błonnik pokarmowy [g] 46 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,2 suma cukrów prostych [g] 47,8	

2026-06-10 środa	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 30 g ( <b>SOJA, GORCZYCA</b> ) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 100 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI drobotarta (marchew, olej rzepakowy, cukier, sok z cytryny) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKA 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 2 474,9 Białko ogółem [g] 108,7 Tłuszcz [g] 79,2 Węglowodany ogółem [g] 354,9 Sód [mg] 2 794,1 Błonnik pokarmowy [g] 47,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,6 suma cukrów prostych [g] 59,7
	Dieta łatwastrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g ( <b>SOJA, GORCZYCA</b> ) MIÓD 1 szt LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt SZPINAK BABY 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 100 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g KALAFIOR GOTOWANY Z WODY Z KOPERKIEM (kalefior, koperek, olej rzepak.) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g RUKOLA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 2 199 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 52 Węglowodany ogółem [g] 355 Sód [mg] 2 658,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,7 suma cukrów prostych [g] 55,4
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g ( <b>SOJA, GORCZYCA</b> ) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 100 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI b/c drobotarta (marchew, olej rzepakowy, sok z cytryny, ksylitol) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 100 g ( <b>MLEKO</b> ) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKA 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Poř ( <b>GLUTEN, MLEKO, SEZAM</b> )

2026-06-11 czwartek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) MARMOLADA 50 g SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 60 g ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta biała, kielbasa wp., marchew, seler, pietruszka, przecier pomidorowy) 400 ml ( <b>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SOS MIESNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (topatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 150 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) RYŻ WIELOZIARNSTY GOTOWANY (ryż brazowy, ryż biały) 200 g SURÓWKA COLESLAW (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 200 g ( <b>JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DEBOWA (wp.) 80 g ( <b>SOJA</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 365,3 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 325,4 Sód [mg] 4 363,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,2 suma cukrów prostych [g] 72,2
	Dieta latwostrawna	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) DŹEM OWOCOWY 1 szt KIELKI 4 g ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (topatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 150 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g MARCHEWKA BABY 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DEBOWA (wp.) 80 g ( <b>SOJA</b> ) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 100 g RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 092,8 Białko ogółem [g] 81,4 Tłuszcz [g] 59,1 Węglowodany ogółem [g] 331,1 Sód [mg] 3 089,2 Błonnik pokarmowy [g] 29 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3 suma cukrów prostych [g] 59,7
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SER TOPIONY 50g 0,5 szt ( <b>MLEKO</b> ) SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SAŁATA Z POMIDOREM (pomidor, sałata, natka pietruszki, oliwa z oliwek) 100 g	ZUPA KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta biała, kielbasa wp., marchew, seler, pietruszka, przecier pomidorowy) 400 ml ( <b>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (topatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 150 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) RYŻ BRAZOWY GOTOWANY 200 g SURÓWKA COLESLAW B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g ( <b>JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA DEBOWA (wp.) 80 g ( <b>SOJA</b> ) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g ( <b>MLEKO</b> )
2026-06-12 piątek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA, GORCZYCA</b> ) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, słonecznik) 10 g JABŁKO 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka, jajka, mąka, bułka tarta) 80 g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBA</b> ) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA KOPENHASKA (kap. biała, sal. lodowa, ogórek kiszony, marchew, cebula, natka pietruszki, jogurt nat., musztarda) 200 g ( <b>MLEKO, GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 80 g ( <b>MLEKO</b> ) MIÓD 1 szt POMIDOR 60 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio) 10 g	CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 100 g	Energia [kcal] 2 220 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 331,5 Sód [mg] 3 147,6 Błonnik pokarmowy [g] 48,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,2 suma cukrów prostych [g] 31,2

2026-06-12 piątek	Dieta latwostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JEĆZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jećzmiennie) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA, GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g RUKOLA 4 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JEĆZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jećzmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 100 g ( <b>RYBA</b> ) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) MŁODE ZIEMNIANKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalfior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER BIAŁY PÓLTLUSTY 80 g ( <b>MLEKO</b> ) MIÓD 1 szt SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g ROSZPONKA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	SOCZEK B/CIUKRU 200ml 1 szt	Energia [kcal] 2 153,6 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 58,9 Węglowodany ogółem [g] 339,7 Sód [mg] 1 999,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,1 suma cukrów prostych [g] 39,8
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g ( <b>JAJA, GORCZYCA</b> ) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g JABŁKO 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, MLEKO, SEZAM</b> )	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JEĆZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jećzmienna) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 100 g ( <b>RYBA</b> ) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) MŁODE ZIEMNIANKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA KOPENHASKA (kap. biała, sał. lodowa, ogórek kiszony, marchew, cebula, natka pietruszki, jogurt nat., musztarda) 200 g ( <b>MLEKO, GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER BIAŁY PÓLTLUSTY 100 g ( <b>MLEKO</b> ) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g POMIDOR 60 g KIELKI 2 g	CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 100 g
2026-06-13 sobota	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g ( <b>MLEKO, SELER</b> ) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g POMIDOR 60 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) STEK WP. Z CEBULKA PIECZONY (topatka wp., cebula, mąka pszenna) 100 g ( <b>JAJA</b> ) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tusty) 80 g ( <b>MLEKO</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 60 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 259,1 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 320,2 Sód [mg] 3 820,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,4 suma cukrów prostych [g] 48
	Dieta latwostrawna	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g ( <b>MLEKO, SELER</b> ) KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (topatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, przecier pomidorowy) 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) KASZA JEĆZMIENNA GOTOWANA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ) JABŁKO PARZONE 1 szt LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 108,5 Białko ogółem [g] 84,3 Tłuszcz [g] 49,1 Węglowodany ogółem [g] 343,8 Sód [mg] 3 496,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,1 suma cukrów prostych [g] 50,6

2026-06-13 sobota	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlna dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g ( <b>MLEKO, SELER</b> ) KIEŁKI 2 g POMIDOR 60 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlna wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, MLEKO, SEZAM</b> )	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) STEK WP. Z CEBULKĄ PIECZONY (łopatka wp., cebula, mąka pszenna) 100 g ( <b>JAJA</b> ) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g ( <b>GORCZYCA</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g ( <b>MLEKO</b> ) OGÓREK KISZONY TALARKI 60 g ( <b>GORCZYCA</b> ) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 135,3 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 78,6 Węglowodany ogółem [g] 278,5 Sód [mg] 4 173 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,3 suma cukrów prostych [g] 29,4
2026-06-14 niedziela	Dieta podstawowa	CHAŁKA 100G 0,2 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 100 g ( <b>MLEKO</b> ) KREM ORZECHOWO-KAKAOOWY 20G 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) JABŁKO 1 szt KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa) 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	ROSÓL Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 150 g MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCYZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SALATA MIX (salata lodowa, rukola, salata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOOWY 1 szt ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 337,4 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 65,9 Węglowodany ogółem [g] 335,5 Sód [mg] 2 278,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,2 suma cukrów prostych [g] 93,2	
2026-06-14 niedziela	Dieta łatwostrawna	CHAŁKA 100G 0,2 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 100 g ( <b>MLEKO</b> ) KREM ORZECHOWO-KAKAOOWY 20G 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) JABŁKO PARZONE 1 szt KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa) 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCYZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) SALATA MIX (salata lodowa, rukola, salata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOOWY 1 szt ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	Energia [kcal] 2 367 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 65,7 Węglowodany ogółem [g] 347,4 Sód [mg] 2 320,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29 suma cukrów prostych [g] 95,5	
2026-06-14 niedziela	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) PŁAT SZYŃKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g ( <b>GLUTEN, SOJA</b> ) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt ( <b>JAJA</b> ) POMIDOR 60 g LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	ROSÓL Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 150 g MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SALATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g ( <b>GLUTEN, SEZAM</b> ) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCYZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g ( <b>SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 60 g SALATA MIX (salata lodowa, rukola, salata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlna drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por ( <b>GLUTEN, MLEKO, SEZAM</b> )	Energia [kcal] 2 230,4 Białko ogółem [g] 113,4 Tłuszcz [g] 74,3 Węglowodany ogółem [g] 266 Sód [mg] 4 339,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 26,8