

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
WTOREK 07.07.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), kielbasa szynkowa 50g (1,10), ½ jajko gotowane (3) na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa neapolitańska 300 ml (1,3,6,7,8,9), siekane kotlety drobiowe smażone 100g (1,3,6,7,8,9), sałatka z buraczków 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg krajanka 30g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix i rukoli z sosem 25g, winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Galaretka owocowa 150g (1)	Wartość energetyczna (kcal) 2117,8, białko ogółem (g) 87,7, tłuszcz ogółem (g) 72,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,1, węglowodany ogółem (g) 244,2, w tym cukry proste (g) 37,9, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód(mg) 2044,2
	2 łatwostrawna (D02)	Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), kielbasa szynkowa 50g (1,10), ½ jajko gotowane (3) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa neapolitańska 300 ml (1,3,6,7,8,9), klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie własnym 90g/100g sos (1,3,6,7,8,9,10), sałatka z buraczków 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg krajanka 30g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix i rukoli z sosem 25g, winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Galaretka owocowa 150g (1)	Wartość energetyczna (kcal) 2267,4, białko ogółem (g) 90,5, tłuszcz ogółem (g) 69,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,8, węglowodany ogółem (g) 260,1, w tym cukry proste (g) 38,1, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 1810,9
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), kielbasa szynkowa 50g (1,10) na sałacie, miód 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), klopsiki drobiowo-wieprzowe gotowane w sosie własnym 90g/100g sos (1,3,6,7,8,9,10), sałatka z buraczków 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg krajanka 30g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix i rukoli z sosem 25g, winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Galaretka owocowa 150g (1)	Wartość energetyczna (kcal) 2286,5, białko ogółem (g) 89,8, tłuszcz ogółem (g) 68,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,4, węglowodany ogółem (g) 281,7, w tym cukry proste (g) 43,01, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 1889,07

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
WTOREK 07.07.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Kiełbasa szynkowa 50g (1,10), ½ jajko gotowane (3)na sałacie, sałatka ze świeżego ogórka 50g na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)	Zupa neapolitańska 300 ml (1,3,6,7,8,9), klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone 90g (1,3,6,7,8,9,10), sałatka z buraczków 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g,napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg krajanka 30g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix i rukoli z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Galaretka mleczna 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2015,5, białko ogółem (g) 79,7, tłuszcz ogółem (g) 71,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,9, węglowodany ogółem (g) 224,8, w tym cukry proste (g) 29,8, błonnik pokarmowy (g) 25,4, sód (mg) 2285,4
	1 podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7),serek naturalny grani 150g (7),blok drobiowy 30g (1,10), pomidor 50g,masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (1,6,7,8,9), potrawka z kurczaka 190g(1,6,7,8,9,10), marchewka z groszkiem oprószane 100g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Sałatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 1920,5, białko ogółem (g) 85, tłuszcz ogółem (g) 66,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,4, węglowodany ogółem (g) 250,9, w tym cukry proste (g) 31,6, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2019,8
	2 łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), serek naturalny grani 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (1,6,7,8,9), potrawka z kurczaka 190g (1,6,7,8,9,10), marchewka z groszkiem oprószane 100g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Sałatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 1906,2, białko ogółem (g) 84,8, tłuszcz ogółem (g) 66,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,6, węglowodany ogółem (g) 248,1, w tym cukry proste (g) 30,9, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2198,2
ŚRODA 08.07.2026 r.								

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
ŚRODA08.07.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7) , serek naturalny grani 150g (7) , blok drobiowy 30g (1,10) , pomidor 50g (bez skórki) , masło 17 g (7) , chleb mieszany 105 g (1) , kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (1,6,7,8,9,10) , potrawka z kurczaka 190g (1,6,7,8,9,10) , marchewka oprószana 100g (1,7) , ryż biały gotowany na sypko 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Salatka jarzynowa z białkiem 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10) , masło 17 g (7) , chleb mieszany 105 g (1) , kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 1939,1, białko ogółem (g) 83,7, tłuszcz ogółem (g) 59,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,5, węglowodany ogółem (g) 232,4, w tym cukry proste (g) 41,3, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2008,9
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Serek naturalny grani 150g (7) , blok drobiowy 30g (1,10) , pomidor 50g na sałacie, masło 17 g (7) , chleb razowy 80 g (1) , mieszany 35 g (1) , herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	kanapka wiosenna z szynką gotowaną (1,10)	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (1,6,7,8,9) , kurczak gotowany 90g (1,6,7,8,9) , marchewka z groszkiem z wody 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Salatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10) , masło 17 g (7) , chleb razowy 80 g (1) , chleb mieszany 35 g (1) , herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 2008,7, białko ogółem (g) 86,2, tłuszcz ogółem (g) 67,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30, węglowodany ogółem (g) 244,7, w tym cukry proste (g) 39,06, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 2115,4
CZWARTEK 09.07.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7) , szynka gotowana 50g (1,10) na sałacie, miód 25g,masło 17 g (7) , chleb razowy 40 g (1) , chleb mieszany 70 g (1) , kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1,7)		Krupnik300 ml (1,6,7,8,9,10) , kotlet schabowy smażony 100g (1,3,6,7,8,9) ,sałata z jogurtem 100g (7) , ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10) ,serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7) ,sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g (1,7) ,masło 17 g (7) , chleb razowy40 g (1) , chleb mieszany 70 g (1) , kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2253,5, białko ogółem (g) 85,3, tłuszcz ogółem (g) 68,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,9 węglowodany ogółem (g) 259,08 w tym cukry proste (g) 26,7, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 2232,8

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
CZWARTEK 09.07.2026 r.	2 łatwostrawna (D02)	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), szynka gotowana 50g (1,10) na sałacie, miód 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Krupnik 300 ml (1,6,7,8,9,10), gulasz duszony ze schabu 180g(1,6,7,8,9), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g (1,7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2232, białko ogółem (g) 88,4, tłuszcz ogółem (g) 69,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30, węglowodany ogółem (g) 269,7, w tym cukry proste (g) 29,5, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2238,8
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), szynka gotowana 50g (1,10) na sałacie, miód 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Krupnik 300 ml (1,6,7,8,9,10), gulasz gotowany ze schabu 180g(1,6,7,8,9), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2115,8, białko ogółem (g) 89,4, tłuszcz ogółem (g) 66, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,8, węglowodany ogółem (g) 267,1, w tym cukry proste (g) 26,9, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2220,9
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Szynka gotowana 50g (1,10) na sałacie, twaróg 30g(7), sałatka z rzodkiewki 50g na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), pomidor 50 g na sałacie, herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	kanapka wiosenna z kielbasą szynkową (1,10)	Krupnik 300 ml (1,6,7,8,9,10), schab duszony 80g(1,6,7,8,9), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (7)	Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g (1,7), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2142,3, białko ogółem (g) 89,3, tłuszcz ogółem (g) 70, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,3, węglowodany ogółem (g) 267,3, w tym cukry proste (g) 25,2, błonnik pokarmowy (g) 25,5, sód (mg) 2275

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
PIĄTEK 10.07.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), pasta z jajka 50g (3,7)na sałacie, blok drobiowy 30g(1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa fasolowa 300 ml (1,6,8,9), ryż na mleku z sosem owocowym 350g (1,7),napar herbaciany 250ml (1),		Ryba w galarecie 150g(1,4,6,8,9,10), ser topiony „zegarki” 18g (7), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2025,6, białko ogółem (g) 78,7, tłuszcz ogółem (g) 68,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,2, węglowodany ogółem (g) 270,4, w tym cukry proste (g) 42,5, błonnik pokarmowy (g) 24,4, sód (mg) 2093,6
	2 łatwostrawna (D02)	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), pasta z jajka 50g (3,7)na sałacie, blok drobiowy 30g(1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa marchwiowa 300 ml (1,6,7,8,9), ryż na mleku z sosem owocowym 350g (1,7),napar herbaciany 250ml (1)		Ryba w galarecie 150g (1,4,6,8,9,10), ser topiony „zegarki” 18g (7), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1941,9, białko ogółem (g) 78,4, tłuszcz ogółem (g) 65, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,9, węglowodany ogółem (g) 251,4, w tym cukry proste (g) 37,5, błonnik pokarmowy (g) 24,6, sód (mg) 2180,6
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), pasta z jajka 50g (3,7)na sałacie, blok drobiowy 30g(1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa marchwiowa 300 ml (1,6,7,8,9), ryż na mleku z musem jabłkowym 350g (1,7),napar herbaciany 250ml (1,9),		Ryba w galarecie 150g (1,4,6,8,9,10), ser topiony „zegarki” 18g (7), pomidor 50g (bez skórki), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1898,7, białko ogółem (g) 76,2, tłuszcz ogółem (g) 59,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,3, węglowodany ogółem (g) 246,3, w tym cukry proste (g) 35,4, błonnik pokarmowy (g) 24,5, sód (mg) 2041,9

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
SOBOTA 11.07.2026 r.	PIĄTEK 10.07.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Skyr naturalny 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10), sałatka z czerwonej papryki 50g na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)	Zupa marchwiowa 300 ml (1,6,7,8,9), jajko sadzone 60g (3), surówka z kiszzonej kapusty 100g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Ryba w galarecie 150g (1,4,6,8,9,10), ser topiony „zegarki” 18g (7), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Budyń bez cukru 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1962,5, białko ogółem (g) 79,9, tłuszcz ogółem (g) 67, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29, węglowodany ogółem (g) 241,7, w tym cukry proste (g) 21,6, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2092,9
	1 podstawowa (D01)	Ryż na mleku 300ml (1,7), kielbasa szynkowa 50g (1,10), twaróg z koperkiem 30g (7) na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7)		Zupa ziemniaczana z zacierką 300 ml (1,3,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Ser żółty 50g (1,7), blok szynkowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix i rukoli z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 90g	Wartość energetyczna (kcal) 2296,2, białko ogółem (g) 87,8, tłuszcz ogółem (g) 71, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,2, węglowodany ogółem (g) 239,4, w tym cukry proste (g) 25,8, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 1928,04	
	2 łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku 300ml (1,7), kielbasa szynkowa 50g (1,10), twaróg z koperkiem 30g (7) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7)		Zupa ziemniaczana z zacierką 300 ml (1,3,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Ser żółty 50g (1,7), blok szynkowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix i rukoli z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 90g	Wartość energetyczna (kcal) 1970,2, białko ogółem (g) 83,6, tłuszcz ogółem (g) 66, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,4, węglowodany ogółem (g) 239,7, w tym cukry proste (g) 24,5, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 1943,1	

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
SOBOTA 11.07.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku 300ml (1,7), kielbasa szynkowa 50g (1,10), twaróg z koperkiem 30g (7) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7)		Zupa ziemniaczana z zacierką 300 ml (1,3,6,7,8,9), gulasz wieprzowy gotowany w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Twaróg krajanka 50g (7), blok szynkowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix i rukoli z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 90g	Wartość energetyczna (kcal) 1938,9, białko ogółem (g) 79,4, tłuszcz ogółem (g) 64,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 25,5, węglowodany ogółem (g) 246,3 w tym cukry proste (g) 45,4, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 1908,4
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Kielbasa szynkowa 50g (1,10) na sałacie, twaróg z koperkiem 30g (7) na sałacie, ogórek świeży 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	kanapka wiosenna z szynką gotowaną (1,10)	Zupa ziemniaczana z zacierką 300 ml (1,3,6,7,8,9), kotlet mielony duszony 90g (1,3,5,6,7,8,9,10), surówka z jarzyn mieszanych 100g (3,6,7,8,9,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Ser żółty 50g (1,7), blok szynkowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix i rukoli z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 90g	Wartość energetyczna (kcal) 1965,5, białko ogółem (g) 79,7, tłuszcz ogółem (g) 71,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30, węglowodany ogółem (g) 238,5, w tym cukry proste (g) 21,6, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2435,2
	1 podstawowa (D01)	Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser topiony 30g (7), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Zupa makaronowa 300 ml (1,6,8,9), kotlet drobiowy smażony 100g (1,3,6,7,8,9), surówka z kapusty białej i pora 100g (9,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Blok drobiowy 50g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix, szpinakui roszponki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1934,7, białko ogółem (g) 85,5, tłuszcz ogółem (g) 69,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,5, węglowodany ogółem (g) 240,8, w tym cukry proste (g) 25,1, sód (mg) 2143,01
NIEDZIELA 12.07.2026 r.								

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
NIEDZIELA 12.07.2026 r.	2 łatwostrawna (D02)	Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser topiony 30g (7), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Zupa makaronowa 300 ml (1,6,8,9), filet drobiowy duszony w sosie własnym 90g/100g sos (1,6,7,8,9), marchewka z brokułem i kalaflorem oprószane 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Blok drobiowy 50g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix, szpinaku i roszponki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1938,4, białko ogółem (g) 86,2, tłuszcz ogółem (g) 68,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,9, węglowodany ogółem (g) 218,4, w tym cukry proste (g) 25,6, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2100,9
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser topiony 30g (7), pomidor 50g (bez skórki), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Zupa makaronowa 300 ml (1,6,8,9), filet drobiowy gotowany w sosie własnym 90g/100g sos (1,6,7,8,9), marchewka oprószana 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Blok drobiowy 50g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix, szpinaku i roszponki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1891,6, białko ogółem (g) 76,3, tłuszcz ogółem (g) 59,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,1, węglowodany ogółem (g) 215,8, w tym cukry proste (g) 29,6, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2127,4
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser topiony 30g (7), pomidor 50g na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), pomidor 50 g na sałacie, herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	kanapka wiosenna z jajkiem (1,3,7)	Zupa makaronowa 300 ml (1,6,8,9), filet drobiowy duszony 90g (1,6,7,8,9), marchewka z brokułem i kalaflorem z wody 100g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (7)	Blok drobiowy 50g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix, szpinaku i roszponki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1) chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1991,2, białko ogółem (g) 79,4, tłuszcz ogółem (g) 64, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,7, węglowodany ogółem (g) 238,4, w tym cukry proste (g) 21,4, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2071,4

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
PONIEDZIAŁEK 13.07.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), pasta twarogowa z koperkiem 50g (7) na sałacie, dżem 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), makaron ze szpinakiem w sosie śmietanowym i pulpetem drobiowym 420g(1,3,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g(1,6,8,9), ser żółty 30g (1,7), sałatka z sałaty, sałaty mix, rukoli z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Galaretka owocowa 150 g(1)	Wartość energetyczna (kcal) 2239, białko ogółem (g) 100,6, tłuszcz ogółem (g) 70,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,5, węglowodany ogółem (g) 296,6, w tym cukry proste (g) 44,6, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 1764,3
	2 łatwostrawna (D02)	Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), pasta twarogowa z koperkiem 50g (7) na sałacie, dżem 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), makaron ze szpinakiem w sosie śmietanowym i pulpetem drobiowym 420g (1,3,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9), ser żółty 30g (1,7), sałatka z sałaty, sałaty mix, rukoli z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Galaretka owocowa 150 g (1)	Wartość energetyczna (kcal) 2115,6, białko ogółem (g) 96, tłuszcz ogółem (g) 55,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30, węglowodany ogółem (g) 284,07, w tym cukry proste (g) 46,3, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 1779,1
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), pasta twarogowa z koperkiem 50g (7) na sałacie, dżem 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), makaron ze szpinakiem w sosie śmietanowym i pulpetem drobiowym 420g (1,3,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9), dżem 25g, sałatka z sałaty, sałaty mix, rukoli z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Galaretka owocowa 150 g (1)	Wartość energetyczna (kcal) 1962,5, białko ogółem (g) 89,9, tłuszcz ogółem (g) 46,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 23,8, węglowodany ogółem (g) 290,8, w tym cukry proste (g) 42,7, błonnik pokarmowy (g) 24,7, sód (mg) 1532,7

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
WTOREK14.07.2026 r.	PONIEDZIAŁEK13.07.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Pasta twarogowa z koperkiem 50g (7) na sałacie, kiełbasa szynkowa 30g (1,10), sałatka z rzodkiewki 50g na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	kanapka wiosenna zblokiem drobiowym (1,10)	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), pulpet drobiowy gotowany 90g (1,3,6,7,8,9,10), surówka z białej kapusty 100g (9,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, , napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9), ser żółty 30g (1,7), sałatka z sałaty, sałaty mix, rukoli z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Galaretka mleczna 150 g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1908,4, białko ogółem (g) 87,3, tłuszcz ogółem (g) 65,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 25,6, węglowodany ogółem (g) 238,5, w tym cukry proste (g) 32,05, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2185,4
		1 podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), szynka gotowana 50g (1,10), ½ jajko gotowane na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Barszcz czerwony z makaronem 300 ml (1,6,7,8,9,10), kotlet mielony duszony 90g (1,3,6,8,9), fasolka szparagowa z kalafiorem oprószane 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g,napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g(1,10),ser topiony „zegarki” 18g, sałatka norweska z rybą i sosem winegret 50g (4), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1964,9, białko ogółem (g) 82,9, tłuszcz ogółem (g) 72, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,0, węglowodany ogółem (g) 217,3, w tym cukry proste (g) 41,4, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg)1992,7
		2 łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), szynka gotowana 50g (1,10), ½ jajko gotowane na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Barszcz czerwony z makaronem 300 ml (1,6,7,8,9,10), klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie własnym 90g/100g sos (1,3,6,7,8,9,10), fasolka szparagowa z kalafiorem oprószane 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g,napar		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10),ser topiony „zegarki” 18g, sałatka norweska z rybą i sosem winegret 50g (4), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2070,4; białko ogółem (g) 80,5, tłuszcz ogółem (g) 69,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,6, węglowodany ogółem (g) 220,5, w tym cukry proste (g) 40,5, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 1950,2

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
WTOREK 14.07.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), szynka gotowana 50g (1,10), ½ jajko gotowane na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Barszcz czerwony z makaronem 300 ml (1,6,7,8,9,10), klopsiki drobiowo-wieprzowe gotowane w sosie własnym 90g/100g sos (1,3,6,7,8,9,10), szpinak oprószany 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), miód 25g, sałatka norweska z rybą i sosem winegret 50g (4), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1982,6, białko ogółem (g) 80,3g, tłuszcz ogółem (g) 53,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,4, węglowodany ogółem (g) 220,8, w tym cukry proste (g) 23,9, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2258,1
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Szynka gotowana 50g (1,10), ½ jajko gotowane na sałacie, sałatka z czerwonej papryki 50g na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 70 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)	Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), kotlet mielony duszony 90g (1,3,6,8,9), fasolka szparagowa z kalafiejem z wody 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), ser topiony „zegarki” 18g, sałatka norweska z rybą i sosem winegret 50g (4), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń bez cukru 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2046, białko ogółem (g) 80,1, tłuszcz ogółem (g) 68,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,8, węglowodany ogółem (g) 220,7, w tym cukry proste (g) 24,3, błonnik pokarmowy (g) 25,4, sód (mg) 1902,2
	1 podstawowa (D01)	Kasza manna na mleku 300ml (1,7), serek kanapkowy naturalny 150g (7), polędwica sopocka 30g (1,10), sałatka z sałaty mix, rukoli, szpinaku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone w marchewce 320g (1,6,7,8,9,10), ryż biały gotowany na sypko 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Sałatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok drobiowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2072,5, białko ogółem (g) 89, tłuszcz ogółem (g) 71, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29, węglowodany ogółem (g) 258,5, w tym cukry proste (g) 38,6, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2206,6

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
ŚRODA 15.07.2026 r.	2 łatwostrawna (D02)	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), serek kanapkowy naturalny 150g (7), poledwica sopocka 30g (1,10), sałatka z sałaty mix, rukoli, szpinaku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone w marchewce 320g (1,6,7,8,9,10), ryż biały gotowany na sypko 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Salatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok drobiowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2092,9, białko ogółem (g) 81,1, tłuszcz ogółem (g) 63,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 26,9, węglowodany ogółem (g) 258,5, w tym cukry proste (g) 10,2, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2028,6
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), serek kanapkowy naturalny 150g (7), poledwica sopocka 30g (1,10), sałatka z sałaty mix, rukoli, szpinaku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe gotowane w marchewce 320g (1,6,7,8,9,10), ryż biały gotowany na sypko 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Salatka jarzynowa z białkiem 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok drobiowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 1892, białko ogółem (g) 74,4, tłuszcz ogółem (g) 59,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 26, węglowodany ogółem (g) 253,5, w tym cukry proste (g) 38,5, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2007
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Serek kanapkowy naturalny 150g (7), poledwica sopocka 30g (1,10), sałatka ze świeżego ogórka 50g na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	kanapka wiosenna z żółtym serem (1,7)	Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone 120g (1,6,7,8,9,10), surówka z marchewki i jabłka 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (7)	Salatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok drobiowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 1960,4, białko ogółem (g) 77,9, tłuszcz ogółem (g) 61,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 25,9, węglowodany ogółem (g) 240,8, w tym cukry proste (g) 28,8, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2111,8

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
CZWARTEK 16.07.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), kielbasa szynkowa 50 g (1,10) na sałacie, dżem 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Żurek z maślanki z ryżem 300 ml (1,6,7,8,9,10), fasolka po bretońsku 200g (1,6,7,8,9,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Paszтет pieczony 50g (1,6,8,9,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka włoska z sosem winegret 50g (7), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2197,8, białko ogółem (g) 80,7, tłuszcz ogółem (g) 69,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,1, węglowodany ogółem (g) 251,4, w tym cukry proste (g) 46,2, błonnik pokarmowy (g) 25, sód (mg) 2062,1
	2 łatwostrawna (D02)	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), kielbasa szynkowa 50 g (1,10) na sałacie, dżem 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Żurek z maślanki z ryżem 300 ml (1,6,7,8,9,10), schab duszony w sosie 80g/100g sos (1,6,7,8,9), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Paszтет pieczony 50g (1,6,8,9,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka włoska z sosem winegret 50g (7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1878,8, białko ogółem (g) 83,4, tłuszcz ogółem (g) 66,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28, węglowodany ogółem (g) 219,3, w tym cukry proste (g) 46,4, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 1959,5
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), kielbasa szynkowa 50 g (1,10) na sałacie, dżem 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), schab gotowany w sosie 80g/100g sos (1,6,7,8,9), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Blok szynkowy 50g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka włoska z sosem winegret 50g (7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1922,7, białko ogółem (g) 77,5, tłuszcz ogółem (g) 56,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 24,3, węglowodany ogółem (g) 241,9, w tym cukry proste (g) 35,8, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2295,1

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
CZWARTEK 16.07.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Kiełbasa szynkowa 50g (1,10), twaróg 30g (7), pomidor 50g na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Kanapka wiosenna z szynką gotowaną (1,10)	Żurek z maślanej z ryżem 300 ml (1,6,7,8,9,10), schab duszony 80g (1,6,7,8,9), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Pasztet pieczony 50g (1,6,8,9,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka włoska z sosem winegret 50g (7), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g, herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1929,8, białko ogółem (g) 81,3, tłuszcz ogółem (g) 68,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,5, węglowodany ogółem (g) 230,9, w tym cukry proste (g) 27,5, błonnik pokarmowy (g) 25,4, sód (mg) 2177,9

Alergeny występujące w posiłkach

Alergen nr 1 - Mąki zawierające gluten tj. z pszenicy, żyta, jęczmienia, owsa, orkiszu i produkty pochodne;

Alergen nr 2 – Skorupiaki i produkty pochodne;

Alergen nr 3 - Jaja i produkty pochodne;

Alergen nr 4 – Ryby i produkty pochodne;

Alergen nr 5 – Produkty zawierające niewielkie ilości orzeszków ziemnych (arachidowych);

Alergen nr 6 – Produkty zawierające soję i produkty pochodne;

Alergen nr 7 – Mleko i produkty pochodne;

Alergen nr 8 – Orzechy;

Alergen nr 9 – Seler i produkty pochodne;

Alergen nr 10 – Gorczyca i produkty pochodne;

Alergen nr 11 – Nasiona sezamu i produkty pochodne;

Alergen nr 12 – Dwutlenek siarki

Alergen 13 – Łubin

Własność Szpital Specjalistyczny im. Stanisława Staszica w Pile. Wszelkie prawa zastrzeżone.