

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
CZWARTEK 15.10.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), blok drobiowy 50g (1,10) na sałacie, serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), kielbasa po kanadyjsku 200g (1,6,8,9,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Pasztet pieczony 50g (1,6,8,9), ser żółty 30g (1,7), 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)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2110,6, białko ogółem (g) 82,0, tłuszcz ogółem (g) 69,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,5, węglowodany ogółem (g) 234,9, w tym cukry proste (g) 27,8, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód(mg) 2671,8
	2 łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), blok drobiowy 50g (1,10) na sałacie, serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), 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 duszony w sosie 180g (1,6,8,9), buraczki oprószone 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Pasztet pieczony 50g (1,6,8,9), ser żółty 30g (1,7), sałatka włoska z sosem winegret 50g (7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2053,6, białko ogółem (g) 82,7, tłuszcz ogółem (g) 70,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,9, węglowodany ogółem (g) 230,6, w tym cukry proste (g) 31,5, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2316,2
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), blok drobiowy 50g (1,10) na sałacie, serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), 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 180g (1,6,8,9), buraczki oprószone 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), miód 25g, sałatka włoska z sosem winegret 50g (7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2047,5, białko ogółem (g) 83,3, tłuszcz ogółem (g) 61,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,5, węglowodany ogółem (g) 248,5, w tym cukry proste (g) 33,8, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2538,8

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
CZWARTEK 15.10.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Blok drobiowy 50g (1,10) na sałacie, serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 120g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Kanapka wiosenna z szynką gotowaną (1,10)	Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), zraz zawijany 90g (1,8,9,10), sałatka z buraczków 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Paszтет pieczony 50g (1,6,8,9), ser żółty 30g (1,7), sałatka włoska z sosem winegret 50g (7), masło 17 g (7), chleb razowy 120 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Budyń bez cukru 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2316,3, białko ogółem (g) 87,8, tłuszcz ogółem (g) 69,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,1, węglowodany ogółem (g) 272,3, w tym cukry proste (g) 32,5, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 2302,1
	1 podstawowa (D01)	Ryż na mleku 300 ml (1,7), pasta twarogowa z koperkiem 50g (7) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa sojowa 300 ml (1,6,8,9), ryba saute 100g (1,3,4,7), surówka z kapusty kiszonej 100g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Kurczak w galarecie 150g (1,6,8,9,10), ser topiony 30g (1,7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g (1,7), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2241,5, białko ogółem (g) 96,4, tłuszcz ogółem (g) 71,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,0, węglowodany ogółem (g) 243,3, w tym cukry proste (g) 28,6, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2259,7
	2 łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku 300 ml (1,7), pasta twarogowa z koperkiem 50g (7) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), kotlety rybne parowane 90g (1,3,4,6,7,8,9), sos pietruszkowy 100g (1,6,7,8,9), marchewka z brokułem oprószane 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Kurczak w galarecie 150g (1,6,8,9,10), ser topiony 30g (1,7), 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)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1884,4, białko ogółem (g) 89,3, tłuszcz ogółem (g) 68,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,6, węglowodany ogółem (g) 238,6, w tym cukry proste (g) 24,5, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2202,8
PIĄTEK 16.10.2026 r.								

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PIĄTEK 16.10.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku 300 ml (1,7), pasta twarogowa z koperkiem 50g (7) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), pulpety rybne gotowane w sosie 190g (1,3,4,6,7,8,9), marchewka oprószana 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Kurczak w galarecie 150g (1,6,8,9,10), dżem 25g, sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1824,9, białko ogółem (g) 95, tłuszcz ogółem (g) 59,0, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,1, węglowodany ogółem (g) 216,4, w tym cukry proste (g) 35,5, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 1948,07
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Pasta twarogowa z koperkiem 50g (7) na sałacie, blok szynkowy 30g (1,10), rzodkiewka 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 120g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Kanapka wiosenna z blokiem drobiowym (1,10)	Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), ryba saute 100g (1,3,4,7), surówka z kiszzonej kapusty 100g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Kurczak w galarecie 150g (1,6,8,9,10), ser topiony 30g (1,7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g (1,7), masło 17 g (7), chleb razowy 120 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2013, białko ogółem (g) 92,5, tłuszcz ogółem (g) 75,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,9, węglowodany ogółem (g) 229,8, w tym cukry proste (g) 22,8, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2161,1
	1 podstawowa (D01)	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), serek kanapkowy naturalny 150g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10) 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 dyniowa 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), sałatka norweska z rybą z 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)	Galaretka owocowa 10g (1)	Wartość energetyczna (kcal) 2078,6, białko ogółem (g) 75,4, tłuszcz ogółem (g) 67,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,2, węglowodany ogółem (g) 243,7, w tym cukry proste (g) 39,9, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 1868,7
SOBOTA 17.10.2026 r.								

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
SOBOTA 17.10.2026 r.	2 łatwostrawna (D02)	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), serek kanapkowy naturalny 150g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa dyniowa 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), sałatka norweska z rybą z sosem winegret 50g (4), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Galaretka owocowa 10g (1)	Wartość energetyczna (kcal) 2108,4, białko ogółem (g) 78,6, tłuszcz ogółem (g) 69,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,6, węglowodany ogółem (g) 269,5, w tym cukry proste (g) 45,7, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sól (mg) 1965,03
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), serek kanapkowy naturalny 150g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa dyniowa 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy gotowany w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), sałatka norweska z rybą z sosem winegret 50g (4), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Galaretka owocowa 10g (1)	Wartość energetyczna (kcal) 1989,6, białko ogółem (g) 80,8, tłuszcz ogółem (g) 66,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,7, węglowodany ogółem (g) 250,6, w tym cukry proste (g) 41,3, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sól (mg) 1933,2
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Serek kanapkowy 150g (7) kielbasa szynkowa 30g (1,10) na sałacie, papryka czerwona 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 120g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Kanapka wiosenna z blokiem szynkowym (1,10)	Zupa dyniowa 300 ml (1,6,7,8,9), kotlet mielony duszony 90g (1,3,8,9), surowka z jarzyn mieszanych 100g (1,6,7,8,9), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Szynka gotowana 50g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), sałatka norweska z rybą z sosem winegret 50g (4), masło 17 g (7), chleb razowy 120 g (1) chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Galaretka mleczna 10g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2071,9, białko ogółem (g) 83,1, tłuszcz ogółem (g) 69,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,1, węglowodany ogółem (g) 261,4, w tym cukry proste (g) 35,3, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sól (mg) 2295,2

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
NIEDZIELA 18.10.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser topiony „zegarki” 18g (1,7), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Rosół z makaronem 300 ml (1,3,6,8,9), devolay smażony 100g (1,3,6,7,8,9,10), marchewka gotowana z fasolką szparagową 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser mozzarella 50g (1,7), polędwica sopocka 30 g (1,10) na sałacie, 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) 1923,9, białko ogółem (g) 76,8, tłuszcz ogółem (g) 69,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,0, węglowodany ogółem (g) 232,8, w tym cukry proste (g) 23,7, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2561,5
	2 łatwostrawna (D02)	Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser topiony „zegarki” 18g (1,7), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Rosół z makaronem 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy duszony w sosie 190g (1,6,7,8,9,10), marchewka gotowana z fasolką szparagową 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser mozzarella 50g (1,7), polędwica sopocka 30 g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 1922, białko ogółem (g) 81, tłuszcz ogółem (g) 71,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 26,1, węglowodany ogółem (g) 232,7 w tym cukry proste (g) 24,1, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2617,09
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Serdelka na gorąco 80g (1,10), miód 25g, pomidor b/s 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy gotowany w sosie 190g (1,6,7,8,9,10), marchewka oprószana 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1),		Ser typu włoskiego 50g (7), polędwica sopocka 30 g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 1879, białko ogółem (g) 80,6, tłuszcz ogółem (g) 69,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,4, węglowodany ogółem (g) 221,1, w tym cukry proste (g) 26,2, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2336,5

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
NIEDZIELA 18.10.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser topiony „zegarki” 18g (1,7), pomidor 50g na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 120g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Kanapka wiosenna z jajkiem (1,3,7)	Rosół z makaronem 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy duszony 90g (1,6,8,9,10), surówka z kapusty pekińskiej 100g (9,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Ser mozzarella 50g (1,7), połówka sopocka 30 g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 120 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2324,4, białko ogółem (g) 90,2, tłuszcz ogółem (g) 70,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,6, węglowodany ogółem (g) 276,3, w tym cukry proste (g) 28,1, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2397,7
	1 podstawowa (D01)	Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), pasta twarogowa z koperkiem 50 g (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 250ml (1)		Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), pulpet drobiowy gotowany 90g (1,3,6,7,8,9), sos śmietanowy 100g (1,7,8,9,10), makaron gotowany ze szpinakiem 250g (1,3,7) napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), sałatka z sałaty i natki pietruszki 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)	Kisiel z jabłkiem 150g (1)	Wartość energetyczna (kcal) 2193,8, białko ogółem (g) 93, tłuszcz ogółem (g) 72,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,5, węglowodany ogółem (g) 288,6, w tym cukry proste (g) 31,4, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 1896,5
	2 łatwostrawna (D02)	Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), pasta twarogowa z koperkiem 50 g (7) na sałacie, blok drobiowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250ml (1)		Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), pulpet drobiowy gotowany 90g (1,3,6,7,8,9), sos śmietanowy 100g (1,7,8,9,10), makaron gotowany ze szpinakiem 250g (1,3,7), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), sałatka z sałaty i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g (1)	Wartość energetyczna (kcal) 2052,3, białko ogółem (g) 86,7, tłuszcz ogółem (g) 69,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,9, węglowodany ogółem (g) 283,7, w tym cukry proste (g) 30,7, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sód (mg) 1891,1
PONIEDZIAŁEK 19.10.2026 r.								

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PONIEDZIAŁEK 19.10.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), pasta twarogowa z koperkiem 50 g (7) na sałacie, blok drobiowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250ml (1)		Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), pulpet drobiowy gotowany 90g (1,3,6,7,8,9), sos śmietanowy 100g (1,7,8,9,10), makaron gotowany ze szpinakiem 250g (1,3,7), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), sałatka z sałaty i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g (1)	Wartość energetyczna (kcal) 1981,1, białko ogółem (g) 83,2, tłuszcz ogółem (g) 54,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,8, węglowodany ogółem (g) 284,2 w tym cukry proste (g) 26,5, błonnik pokarmowy (g) 24,5, sód (mg) 1796,8
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Pasta twarogowa z koperkiem 50g (7) na sałacie, blok drobiowy 30g (1,10), ogórek świeży 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 120g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Kanapka wiosenna z żółtym serem (1,7)	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), pulpet drobiowy gotowany 90g (1,3,6,7,8,9), surówka z marchewki i jabłka 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Pasta z kurczaka 50g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), sałatka z sałaty i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 120 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g (1)	Wartość energetyczna (kcal) 1874,3, białko ogółem (g) 72,7, tłuszcz ogółem (g) 62,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,4, węglowodany ogółem (g) 248,9, w tym cukry proste (g) 29,2, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 2487,2
	1 podstawowa (D01)	Ryż na mleku 300ml (1,7), serek kanapkowy naturalny 150g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10) 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 300ml (1,3,6,8,9), pieczeń rzymska w sosie 190g (1,6,7,8,9), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa 70g (1,10), żółty ser 30g (1,7), sałatka włoska z sosem winegret 50g (7), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Dynia pieczona 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2247,9, białko ogółem (g) 90,3, tłuszcz ogółem (g) 69,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,4, węglowodany ogółem (g) 227,3, w tym cukry proste (g) 48,8, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2111,1
WTOREK 20.10.2026 r.								

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
WTOREK 20.10.2026 r.	2 łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku 300ml (1,7), serek kanapkowy naturalny 150g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10) na sałacie masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Barszcz czerwony z makaronem 300ml (1,3,6,8,9), pieczeń rzymska w sosie 190g (1,6,7,8,9), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa 70g (1,10), żółty ser 30g (1,7), sałatka włoska z sosem winegret 50g (7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Dynia pieczona 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2192,2, białko ogółem (g) 91,9, tłuszcz ogółem (g) 64,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,4, węglowodany ogółem (g) 220,6, w tym cukry proste (g) 47,9, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2141,2
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku 300ml (1,7), serek kanapkowy naturalny 150g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10) na sałacie masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa makaronowa 300ml (1,3,6,8,9), galantyna drobiowo-wieprzowa w sosie 190g (1,6,7,8,9), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa 70g (1,10), miód 25g, sałatka włoska z sosem winegret 50g (7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Dynia pieczona 100g	Wartość energetyczna (kcal) 1985,6, białko ogółem (g) 84,5, tłuszcz ogółem (g) 63,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,1, węglowodany ogółem (g) 234,8, w tym cukry proste (g) 33,2, błonnik pokarmowy (g) 24,7, sód (mg) 2017,4
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Serek kanapkowy naturalny 150g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10) na sałacie, rzodkiewka 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 twarogiem (1,7)	Zupa makaronowa 300ml (1,3,6,8,9), pieczeń rzymska 90g (1,6,8,9), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (7)	Parówka delikatesowa 70g (1,10), żółty ser 30g (1,7), sałatka włoska z sosem winegret 50g (7), masło 17 g (7), chleb razowy 120 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Dynia pieczona 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2240,6, białko ogółem (g) 92,4, tłuszcz ogółem (g) 69,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,1, węglowodany ogółem (g) 230,6, w tym cukry proste (g) 41,1, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2036,1

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
ŚRODA 21.10.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), szynka gotowana 50g (1,10), ½ szt. Jajko gotowane (3) na sałacie, masło 17g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Żurek z maślanki z ziemniakami 300ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone w sosie 220g (1,6,8,9), marchewka z groszkiem oprószana 100g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Salatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 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)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2096,2; białko ogółem (g) 88,9, tłuszcz ogółem (g) 75,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,6, węglowodany ogółem (g) 244,2, w tym cukry proste (g) 35,6, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2348,4
	2 łatwostrawna (D02)	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), szynka gotowana 50g (1,10), ½ szt. Jajko gotowane (3) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Żurek z maślanki z ziemniakami 300ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone w sosie 220g (1,6,8,9), marchewka z groszkiem oprószana 100g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Salatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1974,2; białko ogółem (g) 82,4, tłuszcz ogółem (g) 72,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,8, węglowodany ogółem (g) 236,2, w tym cukry proste (g) 33,2, błonnik pokarmowy (g) 24,7, sód (mg) 2221,6
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), szynka gotowana 50g (1,10), twaróg krajanka 30g (7) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ryżowa 300ml (1,6,8,9), ćwiartki drobiowe gotowane w sosie 220g (1,6,7,8,9), marchewka oprószana 100g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Salatka jarzynowa z białkiem jaja 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1896,4; białko ogółem (g) 76, tłuszcz ogółem (g) 66,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,4, węglowodany ogółem (g) 253,4, w tym cukry proste (g) 33,6, błonnik pokarmowy (g) 24,6, sód (mg) 2279,01

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
CZWARTEK 22.10.2026 r.	ŚRODA 21.10.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Szynka gotowana 50g (1,10), ½ szt jajko gotowane (3) na sałacie, papryka czerwona 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 120g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Kanapka wiosenna z kiełbasą szynkową (1,10)	Żurek z maślanki z ziemniakami 300ml (1,6,7,8,9), ciwatki drobiowe duszone 120g (1,6,8,9), marchewka z groszkiem z wody 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Salatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 120 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Budyń bez cukru 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1918,4, białko ogółem (g) 78,5, tłuszcz ogółem (g) 67, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,4, węglowodany ogółem (g) 245,5, w tym cukry proste (g) 28,3, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 1908,6
	1 podstawowa (D01)	Zacierka na mleku 300ml (1,3,7), serek grani naturalny 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10) 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 owocowa z makaronem 300ml (1,3), kotlet schabowy smażony 100g (1,3,6,8,9), sałatka z buraczków z chrzanem 100g (12), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Paszтет pieczony 50g (1,6,8,9), twaróg krajanka 30g (7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g (1,7), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2131,5, białko ogółem (g) 91, tłuszcz ogółem (g) 74,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,1, węglowodany ogółem (g) 257,06, w tym cukry proste (g) 32,8, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2222,04	
	2 łatwostrawna (D02)	Zacierka na mleku 300ml (1,3,7), serek grani naturalny 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa owocowa z makaronem 300ml (1,3), gulasz duszony ze schaby 180g (1,6,8,9), sałatka z buraczków 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Paszтет pieczony 50g (1,6,8,9), twaróg krajanka 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)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2139,6, białko ogółem (g) 94,0, tłuszcz ogółem (g) 69,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,8, węglowodany ogółem (g) 268,5, w tym cukry proste (g) 28,1, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2312,6	

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
CZWARTEK 22.10.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Zacierka na mleku 300ml (1,3,7), serek grani naturalny 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa owocowa z makaronem 300ml (1,3), gulasz gotowany ze schabu 190g (1,6,7,8,9), sałatka z buraczków 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Twaróg krajanka 50g (7), dżem 25g, sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2120, białko ogółem (g) 91,3, tłuszcz ogółem (g) 59,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,9, węglowodany ogółem (g) 275,8, w tym cukry proste (g) 38,4, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2213,6
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Serek grani naturalny 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10) na sałacie, ogórek kiszony 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 120g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Kanapka wiosenna z blokiem szynkowym (1,10)	Zupa makaronowa 300ml (1,3,6,8,9), schab duszony 90g (1,6,8,9), sałatka z buraczków 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem(1,7)	Pasztet pieczony 50g (1,6,8,9), twaróg krajanka 30g (7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g (1,7), masło 17 g (7), chleb razowy 120 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1938,1, białko ogółem (g) 87,5, tłuszcz ogółem (g) 65,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,2, węglowodany ogółem (g) 230,06, w tym cukry proste (g) 27,2, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2140,5
	1 podstawowa (D01)	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), jajko gotowane 1 szt. (3), kielbasa szynkowa 30g (1,10) 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 flaki wołowe 300ml (1,6,8,9,10), ryż na mleku z sosem owocowym 350g (1,7), napar herbaciany 250ml (1)		Ryba w galarecie 150g (1,4,6,8,9,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka z sałaty, roszponki 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	Owoc	Wartość energetyczna (kcal) 1918,5, białko ogółem (g) 78,5, tłuszcz ogółem (g) 68,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,3, węglowodany ogółem (g) 246,7, w tym cukry proste (g) 47,7, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 1750,2

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PIĄTEK 23.10.2026 r.	2 łatwostrawna (D02)	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), jajko gotowane 1 szt. (3), kielbasa szynkowa 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa marchwiowa 300ml (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), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka z sałaty, roszponki i rukoli z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc	Wartość energetyczna (kcal) 1962,5, białko ogółem (g) 78,2, tłuszcz ogółem (g) 69,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,1, węglowodany ogółem (g) 247,5, w tym cukry proste (g) 44,3, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sól (mg) 1805,05
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), skyr naturalny 150g. (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa marchwiowa 300ml (1,6,7,8,9), ryż na mleku z musem jabłkowym 350g (1,7), napar herbaciany 250ml (1)		Ryba w galarecie 150g (1,4,6,8,9,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka z sałaty, roszponki i rukoli z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc	Wartość energetyczna (kcal) 1869,8, białko ogółem (g) 71,3; tłuszcz ogółem (g) 69,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,7, węglowodany ogółem (g) 243,5, w tym cukry proste (g) 47,5, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sól (mg) 1829,9
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Skyr naturalny 150g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10) na sałacie, pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 120g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Kanapka wiosenna z szynką gotowaną (1,10)	Zupa marchwiowa 300ml (1,6,7,8,9), jajko sadzone 60g (3), surówka z kiszanej kapusty 100g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (7)	Ryba w galarecie 150g (1,4,6,8,9,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka z sałaty, roszponki i rukoli z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 120 g (1) chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc	Wartość energetyczna (kcal) 2289,5, białko ogółem (g) 82,3, tłuszcz ogółem (g) 70,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,2 węglowodany ogółem (g) 277,8, w tym cukry proste (g) 38,5, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sól (mg) 2115,3

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
SOBOTA 24.10.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100g (7), blok szynkowy 30g (1,10) 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 ziemniaczana z zacierką (1,3,6,8,9), kg gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Ser typu włoskiego 50g (7), polędwica sopocka 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix i szpinaku 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 150g (1)	Wartość energetyczna (kcal) 1976, białko ogółem (g) 74,1, tłuszcz ogółem (g) 65,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,1, węglowodany ogółem (g) 268,2, w tym cukry proste (g) 45,02, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 1971,5
	2 łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100g (7), blok szynkowy 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z zacierką (1,3,6,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Ser typu włoskiego 50g (7), polędwica sopocka 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix i szpinaku z sosem 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) 1960,4, białko ogółem (g) 72,7, tłuszcz ogółem (g) 67,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,8, węglowodany ogółem (g) 266,2, w tym cukry proste (g) 44,1, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 1999,7
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100g (7), blok szynkowy 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z zacierką (1,3,6,8,9), gulasz wieprzowy gotowany w jarzynach 290g (1,6,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Ser typu włoskiego 50g (7), polędwica sopocka 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix i szpinaku z sosem 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) 1959,5, białko ogółem (g) 71,5, tłuszcz ogółem (g) 67,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,0, węglowodany ogółem (g) 268,7, w tym cukry proste (g) 45,5, błonnik pokarmowy (g) 24,6, sód (mg) 2020

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
SOBOTA 24.10.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Serek kanapkowy naturalny 150g (7), blok szynkowy 30g (1,10) na sałacie, rzodkiewka 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 120g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Kanapka wiosenna z blokiem drobiowym (1,10)	Zupa ziemniaczana (1,3,6,8,9), kielbaski rumuńskie 90g (1,6,8,9), surówka z jarzyn mieszanych 100g (1,6,7,8,9), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Blok szynkowy 50g (1,10), ser topiony 30g (7), sałatka z sałaty i koperku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 120 g (1), chleb mieszany 35 g, herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Galaretka mleczna 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2115,4, białko ogółem (g) 71,4, tłuszcz ogółem (g) 65,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 25,4, węglowodany ogółem (g) 275,1, w tym cukry proste (g) 29,7, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sól (mg) 2133,6

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.