

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
SRODA 17.06.2026 r.	1 podstawaowa	Ryż na mleku 300 ml (1,7), serek naturalny grani 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, rukoli i pomidora z sosem winegret 50g, 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 300 ml (1,3,6,8,9), ćwiartki duszone w marchewce i sosie 320g (1,6,7,8,9,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Sałatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, kiełbasa szynkowa 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)	Jabłko 90g	Wartość energetyczna (kcal) 2002,3, białko ogółem (g) 86,7, tłuszcz ogółem (g) 71,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 34,5, węglowodany ogółem (g) 236,02, w tym cukry proste (g) 35,2, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód 2396,8 (mg)
	2 łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml (1,7), serek naturalny grani 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, rukoli i pomidora z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa owocowa z makaronem 300 ml (1,3,6,8,9), ćwiartki duszone w marchewce i sosie 320g (1,6,7,8,9,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Sałatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, kiełbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 90g	Wartość energetyczna (kcal) 1932,3, białko ogółem (g) 78,3, tłuszcz ogółem (g) 71,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,6, węglowodany ogółem (g) 219,9, w tym cukry proste (g) 27,9, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2072,4
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 300 ml (1,7), serek naturalny grani 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, rukoli i pomidora (bez skórki) z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa makaronowa 300 ml (1,6,8,9), ćwiartki gotowane w marchewce w sosie 320g (1,6,7,8,9,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Sałatka jarzynowa z białkiem 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, kiełbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 90g	Wartość energetyczna (kcal) 1914,9, białko ogółem (g) 78,5, tłuszcz ogółem (g) 62,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,1, węglowodany ogółem (g) 233,1, w tym cukry proste (g) 36,1, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2128,6

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
SRODA 17.06.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Serek naturalny grani 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, rukoli i pomidora z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	kanapka wiosenna z szynką gotowaną (1,10)	Zupa makaronowa 300 ml (1,6,8,9), ciwiartki duszone 120g (1,6,7,8,9,10), surówka z marchewki i jabłka 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Sałatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, kiełbasa szynkowa 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	Jabłko 90g	Wartość energetyczna (kcal) 1973,2, białko ogółem (g) 80,6, tłuszcz ogółem (g) 66,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,4, węglowodany ogółem (g) 229,4, w tym cukry proste (g) 34,4, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód 2396,8 (mg)
	1 dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta twarogowa z koperkiem 50g (7) na sałacie, blok szynkowy 30g (10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Krupnik 300 ml (1,6,8,9,10), bigos 200g (1,6,7,8,9,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Paszтет pieczony 50g (1,6,8,9,10), ser żółty 30 g (1,7), sałatka włoska z sosem winegret 50g, 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) 2035,9, białko ogółem (g) 97,5, tłuszcz ogółem (g) 69,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,4, węglowodany ogółem (g) 226,4, w tym cukry proste (g) 29,3, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2343,6
	2 dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta twarogowa z koperkiem 50g (7) na sałacie, blok szynkowy 30g (10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Krupnik 300 ml (1,6,8,9,10), schab duszony w sosie własnym 90g/100g sos (1,6,7,8,9), szpinak oprószony 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Paszтет pieczony 50g (1,6,8,9,10), ser żółty 30 g (1,7), sałatka włoska z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 2092,3, białko ogółem (g) 95,6, tłuszcz ogółem (g) 70,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,7, węglowodany ogółem (g) 234,2, w tym cukry proste (g) 27,3, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2008

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
CZWARTEK 18.06.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta twarogowa z koperkiem 50g (7) na sałacie, blok szynkowy 30g (10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Krupnik 300 ml (1,6,8,9,10), schab duszony w sosie własnym 90g/100g sos (1,6,7,8,9), szpinak oprószany 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), miód 25g, sałatka włoska z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 1953,5, białko ogółem (g) 77,7, tłuszcz ogółem (g) 59,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 26,9, węglowodany ogółem (g) 274,9, w tym cukry proste (g) 39,6, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2236,8
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta twarogowa z koperkiem 50g (7) na sałacie, blok szynkowy 30g(10), sałatka z rzodkiewki 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 blokiem drobiowym (1,10)	Krupnik 300 ml (1,6,8,9,10), schab duszony 90g (1,6,7,8,9), szpinak oprószany 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Pasztet pieczony 50g (1,6,8,9,10), ser żółty 30 g (1,7), sałatka włoska z sosem winegret 50g, 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) 1961,7, białko ogółem (g) 78,6, tłuszcz ogółem (g) 66,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,2, węglowodany ogółem (g) 290,5, w tym cukry proste (g) 25,7, błonnik pokarmowy (g) 25,4, sód (mg) 2011,6
PIĄTEK 19.06.2026 r.	1 dieta podstawowa	Zacierka na mleku 300ml (1,3,7), pasta z jaj 50g (3) na sałacie, kiełbasa szynkowa 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1,7)		Pejzanka 300 ml (1,6,8,9,10), ryba smażona w cieście 100g (1,3,4,7), surówka z kapusty kiszonej 100 g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser mozzarella (1,7), blok szynkowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, rukoli 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	Wartość energetyczna (kcal) 2341,3, białko ogółem (g) 84,1, tłuszcz ogółem (g) 71, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,4, węglowodany ogółem (g) 281,6, w tym cukry proste (g) 39,4, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2403,1

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
SOBOTA 20.06.2026 r.	1 podstawaowa	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), serek homogenizowany owocowy 100g (7), blok drobiowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix 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)		Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1),		Ser typu włoskiego 50g (7) na sałacie, polędwica sopocka 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)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1969,2, białko ogółem (g) 77,3, tłuszcz ogółem (g) 68,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,4, węglowodany ogółem (g) 253,6, w tym cukry proste (g) 39,01, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 1966,2
	2 łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), serek homogenizowany owocowy 100g (7), blok drobiowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Ser typu włoskiego 50g (7) na sałacie, polędwica sopocka 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2252,75, białko ogółem (g) 83,3, tłuszcz ogółem (g) 67,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,1, węglowodany ogółem (g) 286,1, w tym cukry proste (g) 30,5, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 1823,7
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), skyr naturalny 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 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 (1,9),		Ser typu włoskiego 50g (7) na sałacie, polędwica sopocka 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1910,7, białko ogółem (g) 79,3, tłuszcz ogółem (g) 59,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,0, węglowodany ogółem (g) 238,6, w tym cukry proste (g) 30,1, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 1869,3

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
SOBOTA 20.06.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Skyr naturalny 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10), ogórek zielony świeży 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 serem żółtym (1,7)	Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 300 ml (1,6,7,8,9), stek wieprzowy 90 g (1,6,8,9), kalafior z wody 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Ser typu włoskiego 50g (7) na sałacie, polędwica sopocka 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1975,8, białko ogółem (g) 79, tłuszcz ogółem (g) 69,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,7, węglowodany ogółem (g) 256,8, w tym cukry proste (g) 29,1, błonnik pokarmowy (g) 25,9, sód (mg) 2075,5
	1 dieta podstawowa	Serdelka na gorąco 90g (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 250ml (1,7)		Rosół z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9,10), devolay 100g (1,3,6,8,9), brokuł gotowany z kalafiozem i fasolką szparagową 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), twaróg krajanka 30g (7), sałatka z sałaty mix, sałaty i koperku 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) 1929,3, białko ogółem (g) 79, tłuszcz ogółem (g) 70,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,7, węglowodany ogółem (g) 229,1, w tym cukry proste (g) 29,8, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2553,9
	2 dieta łatwostrawna	Serdelka na gorąco 90g (1,10), ser topiony „zegarki” 18g (1,7), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7)		Rosół z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9,10), filet drobiowy duszony w sosie własnym 90g/100g sós (1,6,7,8,9), kalafior gotowany z brokulem i fasolką szparagową 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), twaróg krajanka 30g (7), sałatka z sałaty mix, sałaty i koperku 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) 1956,1, białko ogółem (g) 86,8, tłuszcz ogółem (g) 68, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,4, węglowodany ogółem (g) 227,4, w tym cukry proste (g) 38,9, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2394,1

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
NIEDZIELA 21.06.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Serdelka na gorąco 90g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (1,7), pomidor (bez skórki) 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7)		Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy gotowany w sosie 90g/100g (1,6,7,8,9), marchew oprószana 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), twaróg krajanka 30g (7), sałatka z sałaty mix, sałaty i koperku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko parowane 90g	Wartość energetyczna (kcal) 1955,8, białko ogółem (g) 80,8, tłuszcz ogółem (g) 60,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,9, węglowodany ogółem (g) 217,7 w tym cukry proste (g) 27,9, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2147,3
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Serdelka na gorąco 90 g (1,10), ser topiony „zegarki” 18g (1,7), pomidor 50 g 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 kiełbasą szynkową (1,10)	Rosół z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9,10), filet drobiowy duszony 90g (1,6,7,8,9), brokuł gotowany z kalafiolem i fasolką szparagową 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Szynka gotowana 50g (1,10), twaróg krajanka 30g (7), sałatka z sałaty mix, sałaty i koperku 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) 1904,9, białko ogółem (g) 85,9, tłuszcz ogółem (g) 68,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,2, węglowodany ogółem (g) 224,8, w tym cukry proste (g) 23,9, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 2062,7
PONIEDZIAŁEK 22.06.2026 r.	1 dieta podstawowa	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), serek naturalny grani 150g (7), blok szynkowy 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1,7)		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 mięsa 50g (1,6,8,9), ser żółty 30g (1,7), sałatka z sałaty i roszponki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2057,2, białko ogółem (g) 96,4, tłuszcz ogółem (g) 75,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,2, węglowodany ogółem (g) 253,9, w tym cukry proste (g) 32,4, błonnik pokarmowy (g) 24,5, sód (mg) 2134,8

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PONIEDZIAŁEK 22.06.2026 r.	2 dieta łatwostrawna	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), serek naturalny grani 150g (7), blok szynkowy 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 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 mięsa 50g (1,6,8,9), ser żółty 30g (1,7), sałatka z sałaty i roszponki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1914,3 białko ogółem (g) 84,5, tłuszcz ogółem (g) 70,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35,1, węglowodany ogółem (g) 242,7, w tym cukry proste (g) 47,2, błonnik pokarmowy (g) 24,5, sód (mg) 2076,1
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), serek naturalny grani 150g (7), blok szynkowy 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 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 mięsa 50g (1,6,8,9), miód 25g, sałatka z sałaty i roszponki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1), napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1936, białko ogółem (g) 87,3, tłuszcz ogółem (g) 62,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 25,1, węglowodany ogółem (g) 268,1, w tym cukry proste (g) 31,4, błonnik pokarmowy (g) 24,4, sód (mg) 2048,3
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Serek naturalny grani 150g (7), blok szynkowy 30g (1,10), sałatka z czerwonej papryki 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 jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9), zraz zawijany duszony 100g (1,6,7,8,9,10), sałata z jogurtem greckim 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (7)	Pasta z mięsa 50g (1,6,8,9), ser żółty 30g (1,7), sałatka z sałaty mix 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)	Budyń bez cukru 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2030,5, białko ogółem (g) 82,7, tłuszcz ogółem (g) 63,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,6, węglowodany ogółem (g) 279,2, w tym cukry proste (g) 34,2, błonnik pokarmowy (g) 25,5, sód (mg) 2063,5

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
WTOREK 23.06.2026 r.	1. podstawowa	Ryż na mleku 300 ml (1,7), pasta z twarogu z koperkiem 50g (7) na salacie, 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 ryżowa 300 ml (1,6,8,9), klopsiki drobiowo-wieprzowe w sosie własnym 90g/100g sos (1,3,6,8,9), sałatka z buraczków 100g, ziemniaki gotowane i z koperkiem 250 g, 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 razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150 g	Wartość energetyczna (kcal) 2321,8, białko ogółem (g) 95,1, tłuszcz ogółem (g) 74.5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,2, węglowodany ogółem (g) 244,5, w tym cukry proste (g) 34,4, błonnik pokarmowy (g) 25.6, sód (mg) 2328,3
	2. łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml (1,7), pasta z twarogu z koperkiem 50g (7) na salacie, blok drobiowy 30g (1,10), 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), klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie własnym 90g/100g sos (1,3,6,8,9), buraczki oprószone 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, 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)	Kisiel z jabłkiem 150 g	Wartość energetyczna (kcal) 1909,2, białko ogółem (g) 88,7, tłuszcz ogółem (g) 75,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,7, węglowodany ogółem (g) 243,5, w tym cukry proste (g) 22,1, błonnik pokarmowy (g) 25,5, sód (mg) 2304,7
	3. dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 300 ml (1,7), pasta z twarogu z koperkiem 50g (7) na salacie, blok drobiowy 30g (1,10), 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), galantyna drobiowo-wieprzowa gotowana w sosie 90g/100g sos (1,3,6,7,8,9), buraczki oprószone 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy 30g (7), sałatka z sałaty, rukoli, pomidora (bez skórki) z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150 g	Wartość energetyczna (kcal) 1917,7, białko ogółem (g) 85,3, tłuszcz ogółem (g) 62,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,1, węglowodany ogółem (g) 243,1, w tym cukry proste (g) 33,4, błonnik pokarmowy (g) 25,5, sód (mg) 2229,1

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
WTOREK 23.06.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta z twarogu z koperkiem 50g (7) na sałacie, blok drobiowy 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 z jajkiem (1,3,7)	Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), pieczeń rzymska 90g, (1,3,6,8,9), sałatka z buraczków 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Kisiel z jabłkiem 150 g	Wartość energetyczna (kcal) 2302, białko ogółem (g) 88,2, tłuszcz ogółem (g) 69,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,2, węglowodany ogółem (g) 255,5, w tym cukry proste (g) 31,4, błonnik pokarmowy (g) 26,2, sód (mg) 2212,6
	1 dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), ser mozzarella 50g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (1,6,7,8,9,10), potrawka z kurczaka 100g (1,6,7,8,9), marchewka z groszkiem oprószana 100g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Sałotka 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)	Jogurt owocowy 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2025,4, białko ogółem (g) 84,1, tłuszcz ogółem (g) 70,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,6, węglowodany ogółem (g) 249,9, w tym cukry proste (g) 32,01, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sód (mg) 1993,3
	2 dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), ser mozzarella 50g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (1,6,7,8,9,10), potrawka z kurczaka 100g (1,6,7,8,9), marchewka z groszkiem oprószana 100g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Sałotka 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)	Jogurt owocowy 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2017,7; białko ogółem (g) 82,4, tłuszcz ogółem (g) 66,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,5, węglowodany ogółem (g) 219,8, w tym cukry proste (g) 39,8, błonnik pokarmowy (g) 24,5, sód (mg) 1916,1

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
CZWARTEK 25.06.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), Twaróg 50g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10), pomidor (bez skórki) 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (1,6,7,8,9,10), potrawka z kurczaka 100g (1,6,7,8,9), marchewka oprószana 100g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Salatka jarzynowa z białkiem 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)	Jogurt owocowy 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1917,7, białko ogółem (g) 78,3 g, tłuszcz ogółem (g) 58,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 25,4, węglowodany ogółem (g) 255,8 w tym cukry proste (g) 31,1, błonnik pokarmowy (g) 24,5, sód (mg) 1956,3
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Ser mozzarella 50 g (1,7), kielbasa szynkowa 30g (1,10), pomidor 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 blokiem drobiowym (1,10)	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (1,6,7,8,9,10), kurczak gotowany 120g (1,6,7,8,9,10), marchewka gotowana z kalafiorem i fasolką szparagową 100g(7), 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 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)	Jogurt naturalny 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1984,6, białko ogółem (g) 82,1, tłuszcz ogółem (g) 69,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,5, węglowodany ogółem (g) 241,3, w tym cukry proste (g) 25,7, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 1910,3
1 dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), szynka gotowana 50g (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)		Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), kielbasa po kanadyjsku 190g (1,6,7,8,9,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg krajanka z koperkiem 30 g (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)	Truskawki 100g	Wartość energetyczna (kcal) 1981,9, białko ogółem (g) 93,7, tłuszcz ogółem (g) 65,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30, węglowodany ogółem (g) 238,2, w tym cukry proste (g) 31,1, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 1858,9	

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
CZWARTEK 25.06.2026 r.	2 dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), szynka gotowana 50g (1,10) na sałacie, dżem 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), gulasz duszony ze schabu 190g (1,6,7,8,9), szpinak oprószany 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg krajanka z koperkiem 30 g (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)	Truskawki 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2076,5, białko ogółem (g) 94,8, tłuszcz ogółem (g) 59,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,7, węglowodany ogółem (g) 295,01, w tym cukry proste (g) 38,6, błonnik pokarmowy (g) 24,4, sód (mg) 1836,7
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), szynka gotowana 50g (1,10) na sałacie, dżem 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), gulasz duszony ze schabu 190g (1,6,7,8,9), szpinak oprószany 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg krajanka z koperkiem 30 g (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)	Truskawki 100g	Wartość energetyczna (kcal) 1935,3, białko ogółem (g) 97,4, tłuszcz ogółem (g) 51,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 24,6, węglowodany ogółem (g) 246,7, w tym cukry proste (g) 24,5, błonnik pokarmowy (g) 24,5, sód (mg) 2119,1
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Szynka gotowana 50g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini (7), sałatka z ogórka zielonego 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 blokiem szynkowym (1,10)	Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), schab duszony 90 g (1,6,8,9), szpinak z wody 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (7)	Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg krajanka z koperkiem 30 g (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 (1)	Truskawki 100g	Wartość energetyczna (kcal) 1925,9, białko ogółem (g) 92, tłuszcz ogółem (g) 61,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,9, węglowodany ogółem (g) 234,4, w tym cukry proste (g) 16,9, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 1971,1

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PIĄTEK 26.06.2026 r.	1 podstawaowa	Zacierka na mleku 300ml (1,3,7), jajko gotowane 60g (3) na sałacie, blok drobiowy 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)		Zupa fasolowa 300 ml (1,6,8,9,10), ryż na mleku z musem owocowym 350g (1,7) napar herbaciany 250ml (1)		Ryba w galarecie 150g (1,4,6,8,9,10), ser topiony „zegarki” 18g (1,7), sałatka włoska z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2347,7, białko ogółem (g) 90,4, tłuszcz ogółem (g) 72,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,6, węglowodany ogółem (g) 298,8, w tym cukry proste (g) 34,3, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2179,2
	2 łatwostrawna	Zacierka na mleku 300ml (1,3,7), jajko gotowane 60g (3) na sałacie, blok drobiowy 30 g (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 owocowym 350g (1,7) napar herbaciany 250ml (1)		Ryba w galarecie 150g (1,4,6,8,9,10), ser topiony „zegarki” 18g (1,7), sałatka włoska z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2095,7, białko ogółem (g) 80,1, tłuszcz ogółem (g) 74,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,5, węglowodany ogółem (g) 221,6, w tym cukry proste (g) 41,9, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2227,4
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 300ml (1,3,7), skyr 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 marchwiowa 300 ml (1,6,7,8,9), ryż na mleku z musem owocowym 350g (1,7) napar herbaciany 250ml (1)		Ryba w galarecie 150g (1,4,6,8,9,10), miód 25g, sałatka włoska z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2261, białko ogółem (g) 91,5, tłuszcz ogółem (g) 52, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 26,1, węglowodany ogółem (g) 298,9, w tym cukry proste (g) 35,6, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2113,5

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PIĄTEK 26.06.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	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 (1)	Kanapka wiosenna z żółtym serem (1,7)	Zupa marchwiowa 300 ml (1,6,7,8,9), jajko sadzonego 60g (3), surówka z kapusty kiszonej 100 g (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 (1,7), sałatka włoska z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g, herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Budyń bez cukru 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2197,4, białko ogółem (g) 92,6, tłuszcz ogółem (g) 71,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32, węglowodany ogółem (g) 260,5, w tym cukry proste (g) 35,07, błonnik pokarmowy (g) 25,5 sól (mg) 2159,03

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.