

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PONIEDZIAŁEK 18.05.2026 r.	1 podstawowa	Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), pasta ryбно-twarogowa 50g (3,4,7) na sałacie, blok drobiowy 30g (1,10), masło 17g (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 z białą kapustą, łopatką, kiełbasą śląską i cięcierzycą 380g(1,3,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9), ser topiony „zegarki” 18g (7),sałatka z sałaty, rzodkiewki i roszonek 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)	Jabłko 90 g	Wartość energetyczna (kcal) 2139,2, białko ogółem (g) 88,8, tłuszcz ogółem (g) 71,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 34,3, węglowodany ogółem (g) 271,2, w tym cukry proste (g) 37,2, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sól (mg) 2114,2
	2 łatwa	Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), pasta ryбно-twarogowa 50g (3,4,7) 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 jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), makaron z sosem mięsno pomidorowym 350g(1,3,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9), ser topiony „zegarki” 18g (7), sałatka z sałaty i roszonek z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 90 g	Wartość energetyczna (kcal) 1869,5, białko ogółem (g) 75,7, tłuszcz ogółem (g) 65,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,3, węglowodany ogółem (g) 219,8, w tym cukry proste (g) 30,8, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sól (mg) 1818,3
	3 dieta łatwa z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), pasta ryбно-twarogowa 50g (3,4,7) 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 jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), makaron z sosem mięsny 350g (1,3,6,7,8,9,10), jabłko parowane 120g,napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9), miód 25g,sałatka z sałaty i roszonek z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 90 g	Wartość energetyczna (kcal) 1987,7, białko ogółem (g) 86,7, tłuszcz ogółem (g) 60,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,6 węglowodany ogółem (g) 299,7, w tym cukry proste (g) 37,2, błonnik pokarmowy (g) 25, sól (mg) 1834,2

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
WTOREK 19.05.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), kiełbasa szynkowa 50g (1,10), 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)		Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), galantyna drobiowo-wieprzowa w sosie koperkowym 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), twaróg krajanka 30g (7), sałatka z sałaty, szpinaku i rukoli z sosem winegret 25g, masło 17g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2199,9, białko ogółem (g) 87, tłuszcz ogółem (g) 66,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,6, węglowodany ogółem (g) 251,8, w tym cukry proste (g) 45,2, błonnik pokarmowy (g) 25,4, sód (mg) 2010,08
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kiełbasa szynkowa 50g (1,10), ser żółty 30g (1,7), sałatka z czerwonej papryki 50 g 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 ryżowa 300 ml (1,6,8,9), klopsik drobiowo-wieprzowy duszony 80g(1,3,6,8,9), sałatka z buraczków 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg krajanka 30g (7), surówka z selera naciowego, ogórka kiszzonego i jabłka 50g (1,9,10), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Pomarańcze 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2246,6, białko ogółem (g) 89,8, tłuszcz ogółem (g) 73,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,2, węglowodany ogółem (g) 246,1, w tym cukry proste (g) 28,4, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2472,1
ŚRODA 20.05.2026 r.	1 dieta podstawowa	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), serek homogenizowany owocowy 100g (7), blok szynkowy 30g(1,10), pomidor 50 g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), potrawka z kurczaka 190g (1,6,7,8,9), marchew z kalafiolem i brokułem 100g, ryż biały gotowany na sypko 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Sałatka jarzynowa 100g(1,3,6,8,9,10) 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)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1883,5, białko ogółem (g) 75, tłuszcz ogółem (g) 65,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,7, węglowodany ogółem (g) 256,1, w tym cukry proste (g) 28,1, błonnik pokarmowy (g) 24,1, sód (mg) 2257,6

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
CZWARTEK 21.05.2026 r.	1 podstawowa	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), kielbasa szynkowa 50g (1,10), ser twarogowo-jogurtowy 30g (7), sałatka z sałaty, rzodkiewki i roszonek 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)		Krupnik 300 ml (1,6,8,9), schab duszony w sosie własnym 90g/100g sos (1,6,7,8,9,10) szpinak oprószany 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser mozzarella 50g (1,7), blok szynkowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix i natki pietruszki z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 90 g	Wartość energetyczna (kcal) 2113,5, białko ogółem (g) 84,4, tłuszcz ogółem (g) 73,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35, węglowodany ogółem (g) 241,8, w tym cukry proste (g) 32,06, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 1859,1
	2 łatwostrawna	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), kielbasa szynkowa 50g (1,10), ser twarogowo-jogurtowy 30g (7), sałatka z sałaty, roszonek z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Krupnik 300 ml (1,6,8,9), schab duszony w sosie własnym 90g/100g sos (1,6,7,8,9,10) szpinak oprószany 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser mozzarella 50g (1,7), blok szynkowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 90 g	Wartość energetyczna (kcal) 2027,2, białko ogółem (g) 83,3, tłuszcz ogółem (g) 70,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,2, węglowodany ogółem (g) 255,5, w tym cukry proste (g) 28,8, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sód (mg) 1905,9
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), kielbasa szynkowa 50g (1,10), ser twarogowo-jogurtowy 30g (7), sałatka z sałaty, roszonek z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Krupnik 300 ml (1,6,8,9), schab gotowany w sosie 90g/100g sos (1,6,7,8,9,10) szpinak oprószany 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Twaróg 50g (1,7), blok szynkowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 90 g	Wartość energetyczna (kcal) 1916,7, białko ogółem (g) 72,5, tłuszcz ogółem (g) 59,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 25,3, węglowodany ogółem (g) 238,6, w tym cukry proste (g) 29,7, błonnik pokarmowy (g) 24,7, sód (mg) 1884,4

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
CZWARTEK 21.05.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kielbasa szynkowa 50g (1,10), ser twarogowo-jogurtowy 30g (7), sałatka z sałaty, rzodkiewki i rozszponki 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 blokiem szynkowym (1,10)	Krupnik 300 ml (1,6,8,9), schab duszony 90g (1,6,7,8,9,10) szpinak z wody 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Ser mozzarella 50g (1,7), blok szynkowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix i natki pietruszki 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	Jabłko 90 g	Wartość energetyczna (kcal) 1955, białko ogółem (g) 76,6, tłuszcz ogółem (g) 69,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,4, węglowodany ogółem (g) 242,2, w tym cukry proste (g) 27,8, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2076,6
	1 dieta podstawowa	Ryż na mleku 300 ml (1,7), serek grani 150g (7), 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)		Barszcz ukraiński 300ml (1,6,7,8,9,10), kotlet z ryby smażony 90g (1,3,4,5,6,7,8,9,10), sos pietruszkowy 100g (1,6,7,8,9),surówka z kiszonej kapusty 100g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), ser topiony 30g (7), surówka z białej rzodkiewki, ogórka kiszzonego i koperku 50g (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 (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2239,2, białko ogółem (g) 86,9, tłuszcz ogółem (g) 74,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,8, węglowodany ogółem (g) 264,4, w tym cukry proste (g) 39,7, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2276,5
	2 dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml (1,7), serek grani 150g (7), ½ jajko gotowane (3) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Barszcz czerwony z makaronem 300ml (1,3,6,7,8,9,10), kotlet z ryby parowany 90g (1,3,4,5,6,7,8,9,10), sos pietruszkowy 100g (1,6,7,8,9),mar chawka z fasolką szparagową 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), ser topiony 30g (7), sałatka z sałaty, szpinaku i rukoli 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) 2056,9, białko ogółem (g) 82,3, tłuszcz ogółem (g) 69,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,1, węglowodany ogółem (g) 225,2, w tym cukry proste (g) 38,2, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sód (mg) 2549,1

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PIĄTEK 22.05.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 300 ml (1,7), serek grani 150g (7), miód 25g, sałata 10g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Barszcz czerwony z makaronem 300ml (1,3,,6,7,8,9,10), kotlet z ryby parowany 90g (1,3,4,5,6,7,8,9,10), sos pietruszkowy 100g (1,6,7,8,9), marchewka oprószana 100g(1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg 30g (7), sałatka z sałaty, szpinaku i rukoli z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1946,7, białko ogółem (g) 84, tłuszcz ogółem (g) 60,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,3, węglowodany ogółem (g) 227,3 w tym cukry proste (g) 40,4, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sód (mg) 2359,04
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Serek grani 150g (7), ½ jajko gotowane(3) 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 żółtym serem(1,7)	Zupa makaronowa 300ml (1,3,6,8,9,10), ryba parowana 90g (1,3,4,7), surówka z kiszonej kapusty 100g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), ser topiony 30g (7), sałatka z sałaty, szpinaku i rukoli z sosem winegret 25 g, 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) 2022,6, białko ogółem (g) 87,6, tłuszcz ogółem (g) 77,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,2, węglowodany ogółem (g) 201,4, w tym cukry proste (g) 21,8, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2050,8
SOBOTA 23.05.2026 r.	1 dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), blok drobiowy 50 g (1,10) na sałacie, dżem 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1,7)		Zupa ziemniaczana z zacierką 300 ml (1,3,6,7,8,9,10), 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 50 g (7), kiełbasa szynkowa 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix i rozszponki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 1908, białko ogółem (g) 74,6, tłuszcz ogółem (g) 57,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,4, węglowodany ogółem (g) 258,7, w tym cukry proste (g) 39,7, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 1886,8

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
SOBOTA 23.05.2026 r.	2 dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), blok drobiowy 50 g (1,10) na sałacie, dżem 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z zacierką 300 ml (1,3,6,7,8,9,10), 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 50 g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix i roszponki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 1926,6 białko ogółem (g) 78,8, tłuszcz ogółem (g) 58,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,1, węglowodany ogółem (g) 249,6, w tym cukry proste (g) 35,5, błonnik pokarmowy (g) 24,6, sód (mg) 2031,1
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), blok drobiowy 50 g (1,10) na sałacie, dżem 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z zacierką 300 ml (1,3,6,7,8,9,10), gulasz wieprzowy gotowany w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Ser typu włoskiego 50 g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix 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)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 1951,1, białko ogółem (g) 76, tłuszcz ogółem (g) 60, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,3, węglowodany ogółem (g) 251,9, w tym cukry proste (g) 36,2, błonnik pokarmowy (g) 23,9, sód (mg) 1848,8
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Blok drobiowy 50g (1,10), ser żółty 30g (1,7), 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 szynką gotowaną (1,10)	Zupa ziemniaczana z zacierką 300 ml (1,3,6,7,8,9,10), kielbaski rumuńskie 90g (1,3,6,8,9), surówka z jarzyn mieszanych 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (7)	Ser typu włoskiego 50 g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10), sałatka z sałaty, 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)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 2022,7, białko ogółem (g) 85,3, tłuszcz ogółem (g) 65,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 26,3, węglowodany ogółem (g) 254,7, w tym cukry proste (g) 28,3, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2151,8

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
NIEDZEILA 24.05.2026 r.	1. podstawowa	Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser topiony „zegarki” 18g (7), pomidor 50g, masło 17g (7), chleb razowy 40g (1), chleb mieszany 70g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7)		Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), kotlet devolay smażony 100g (1,3,5,6,7,8,9,10), surówka z kapusty pekińskiej 100g (3,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), ser żółty 30g (1,7) na sałacie, sałatka z sałaty, sałaty mix i rozszponki z sosem winegret 25g, masło 17g (7), chleb razowy 40g (1), chleb mieszany 70g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 1913,1, białko ogółem (g) 84,6, tłuszcz ogółem (g) 70,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35,1, węglowodany ogółem (g) 217,3. w tym cukry proste (g) 24,5, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2216,6
	2. łatwostrawna	Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser topiony „zegarki” 18g (7), pomidor 50g, masło 17g (7), chleb mieszany 105g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7)		Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy duszony w sosie 90g/100g (1,6,7,8,9), marchewka z fasolką szparagową oprószana 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), ser żółty 30g (1,7) na sałacie, sałatka z sałaty, sałaty mix i rozszponki z sosem winegret 25g, masło 17g (7), chleb mieszany 105g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 1952,4, białko ogółem (g) 79,6, tłuszcz ogółem (g) 68,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 26,6, węglowodany ogółem (g) 224,9, w tym cukry proste (g) 23,1, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2488,4
	3. dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Serdelka na gorąco 80g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy 30g (7), sałatka z sałaty i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17g (7), chleb mieszany 105g (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), marchewka oprószana 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10) na sałacie, miód 25g, sałatka z sałaty, sałaty mix i rozszponki z sosem winegret 25g, masło 17g (7), chleb mieszany 105g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 1877,9, białko ogółem (g) 75,5, tłuszcz ogółem (g) 58,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 26,8, węglowodany ogółem (g) 208,7, w tym cukry proste (g) 27,2, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2283,9

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
NIEDZIELA 24.05.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser topiony „zegarki” 18g (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	kanapka wiosenna z jajkiem(1,3,7)	Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy duszony 90g (1,6,7,8,9), surówka z kapusty pekińskiej 100 g (3,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Szynka gotowana 50 g (1,10), ser żółty 30g (1,7) na sałacie, sałatka z sałaty, sałaty mix i rozspanki 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	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 1972,6, białko ogółem (g) 82,4, tłuszcz ogółem (g) 64, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,1, węglowodany ogółem (g) 213,08, w tym cukry proste (g) 21,2, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2077,2
	1 dieta podstawowa	Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), pasta jajeczno-rybna 50g (3,4,7) 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)		Zupa szpinakowa 300ml(1,6,7,8,9), risotto z jarzynami i mięsem z sosem pomidorowym z soją 380 g (1,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9), twaróg 30g (7), sałatka z sałaty, rukoli, 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)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2114, białko ogółem (g) 77,8, tłuszcz ogółem (g) 65,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,4, węglowodany ogółem (g) 285,1, w tym cukry proste (g) 35,09, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sód (mg) 1818,4
	2 dieta łatwostrawna	Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), pasta jajeczno-rybna 50g (3,4,7) na sałacie, blok szynkowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa szpinakowa 300ml (1,6,7,8,9), risotto z jarzynami i mięsem z sosem pomidorowym 380 g (1,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9), twaróg 30g (7), sałatka z sałaty, rukoli, sałaty mix z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2241,8, białko ogółem (g) 81,4, tłuszcz ogółem (g) 75, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,6, węglowodany ogółem (g) 290,1, w tym cukry proste (g) 36,1, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sód (mg) 1854,1

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PONIEDZIAŁEK 25.05.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), pasta z białek i ryb 50g (3,4,7) na sałacie, blok szynkowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa szpinakowa 300ml (1,6,7,8,9), risotto z jarzynami i mięsem z sosem miesnym 380g (1,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9), twaróg 30g (7), sałatka z sałaty, rukoli, sałaty mix z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2222, białko ogółem (g) 85,3g, tłuszcz ogółem (g) 65,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 26,7, węglowodany ogółem (g) 278,3, w tym cukry proste (g) 36,2, błonnik pokarmowy (g) 24,3, sód (mg) 2004,9
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta jajeczno-rybna 50g (3,4,7) na sałacie, blok szynkowy 30g (1,10), ogórek świeży 50g, 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 szpinakowa 300ml (1,6,7,8,9), pieczeń rzymska 90g (1,3,6,7,8,9,10), surowka z jarzyn mieszanych 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem(1,7)	Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9), twaróg 30g (7), sałatka z sałaty, rukoli, sałaty mix 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)	Pomarańcza 100g	Wartość energetyczna (kcal) 1966,3, białko ogółem (g) 80,1, tłuszcz ogółem (g) 67,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,4, węglowodany ogółem (g) 248,3, w tym cukry proste (g) 25,7, błonnik pokarmowy (g) 25,0 sód (mg) 2292,8
	1 dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), kiełbasa szynkowa 50g (1,10) na sałacie, miód 25 g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9,10), siekane kotlety drobiowe smażone 100g (1,3,5,6,7,8,9,10), sałatka z buraczków gotowanych 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), ser topiony „zegarki” 18g (7), sałatka z sałaty, rzodkiewki i rozszonki 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)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1888,5, białko ogółem (g) 83,7, tłuszcz ogółem (g) 62,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,1, węglowodany ogółem (g) 225,1, w tym cukry proste (g) 28,4, błonnik pokarmowy (g) 25,4, sód (mg) 1975,2

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
ŚRODA 27.05.2026 r.	1 podstawaowa	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), serek grani 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10), pomidor 50 g, 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 pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone w sosie własnym 120g/100g (1,6,7,8,9,10) marchewka z groszkiem 100 g oprószana (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)	Jabłko 90g	Wartość energetyczna (kcal) 1947,3, białko ogółem (g) 84,7, tłuszcz ogółem (g) 69,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,4, węglowodany ogółem (g) 250,4, w tym cukry proste (g) 30,9, błonnik pokarmowy (g) 24,5, sód (mg) 2506,04
	2 łatwostrawna	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), serek grani 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10), pomidor 50 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone w sosie własnym 120g/100g (1,6,7,8,9,10) marchewka oprószana 100 g (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)	Jabłko 90g	Wartość energetyczna (kcal) 1980, białko ogółem (g) 81,8, tłuszcz ogółem (g) 67,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,6, węglowodany ogółem (g) 234,7, w tym cukry proste (g) 30,2, błonnik pokarmowy (g) 23,1 sód (mg) 2353,3
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), serek grani 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 ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone w sosie 120g/100g (1,6,7,8,9,10), marchew oprószana 100 g (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 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 90g	Wartość energetyczna (kcal) 1858,5, białko ogółem (g) 73,6, tłuszcz ogółem (g) 55,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,2 węglowodany ogółem (g) 248,5, w tym cukry proste (g) 29,2, błonnik pokarmowy (g) 23,8, sód (mg) 2349,6

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
ŚRODA 27.05.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Serek grani 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10), 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 twarogiem (1,7)	Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone 120g (1,6,7,8,9,10) marchewka z groszkiem z wody 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Sałátka 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, herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Jabłko 90g	Wartość energetyczna (kcal) 1965,2, białko ogółem (g) 85,5, tłuszcz ogółem (g) 72,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32, węglowodany ogółem (g) 250,2, w tym cukry proste (g) 28,1, błonnik pokarmowy (g) 24,2 sól (mg) 1896,2

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