

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
SOBOTA 27.06.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), serek naturalny grani 150g (7), kiełbasa 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 ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9,10), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Twaróg z koperkiem 50g (7) na sałacie, blok szynkowy 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)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1916,9, białko ogółem (g) 87,7, tłuszcz ogółem (g) 69,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,9, węglowodany ogółem (g) 224,8, w tym cukry proste (g) 25,8, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód 2143,1 (mg)
	2 łatwostrawna (D02)	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), serek naturalny grani 150g (7), kiełbasa szynkowa 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 (1,6,7,8,9,10), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Twaróg z koperkiem 50g (7) na sałacie, blok szynkowy 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)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1940,7, białko ogółem (g) 87,7, tłuszcz ogółem (g) 72,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,7, węglowodany ogółem (g) 224,3, w tym cukry proste (g) 24,8, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2151,1
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), serek naturalny grani 150g (7), kiełbasa szynkowa 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 (1,6,7,8,9,10), gulasz wieprzowy gotowany w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Twaróg z koperkiem 50g (7) na sałacie, blok szynkowy 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)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1902,6, białko ogółem (g) 75,6, tłuszcz ogółem (g) 60,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,6, węglowodany ogółem (g) 226,7, w tym cukry proste (g) 24,4, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2068,5

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
SOBOTA 27.06.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Serek naturalny grani 150g (7), kiełbasa szynkowa 30g (1,10), sałatka z ogórka kiszzonego 50g (10) na sałacie masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)	Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9,10), kotlet mielony smażony 90g (1,3,4,6,7,8,9,10), surówka z jarzyn mieszanych 100 g (1,6,7,8,9), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Twaróg z koperkiem 50g (7) na sałacie, blok szynkowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, 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	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1901, białko ogółem (g) 80, tłuszcz ogółem (g) 69,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,8, węglowodany ogółem (g) 244,2, w tym cukry proste (g) 24,8, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 2003,4
	1 podstawowa (D01)	Serdelka na gorąco 80g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix, rzodkiewki z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9,10), kotlet drobiowy smażony 100g (1,3,4,6,7,8,9,10), marchewka z kalafiozem oprószane 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser typu włoskiego 50g (7) 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)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 1905,1, białko ogółem (g) 82,9, tłuszcz ogółem (g) 72,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,1, węglowodany ogółem (g) 222,3, w tym cukry proste (g) 42,9, błonnik pokarmowy (g) 25,4, sód (mg) 2313,9
	2 łatwostrawna (D02)	Serdelka na gorąco 80g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9,10), filet drobiowy duszony w sosie własnym 90g/100g sos (1,6,7,8,9), marchewka z kalafiozem oprószane 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser typu włoskiego 50g (7) 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)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 1862,5, białko ogółem (g) 81,6, tłuszcz ogółem (g) 70, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 36,4, węglowodany ogółem (g) 217,1, w tym cukry proste (g) 40,7, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2284,2

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
NIEDZIELA 28.06.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Serdelka na gorąco 80g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix z sosem winegret 25g, 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 własnym 90g/ 100g sos (1,6,7,8,9), marchewka oprószana 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser typu włoskiego 50g (7) 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)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 1869,8, białko ogółem (g) 81,2, tłuszcz ogółem (g) 60,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,5, węglowodany ogółem (g) 220,7, w tym cukry proste (g) 32,7, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sól (mg) 2305,7
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Serdelka na gorąco 80g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix, rzodkiewki z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	kanapka wiosenna z kiełbasą szynkową (1,10)	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9,10), filet drobiowy duszony 90g (1,6,7,8,9), marchewka z kalafiorom z wody 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Ser typu włoskiego 50g (7) na sałacie, blok drobiowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 1991,7, białko ogółem (g) 84,5, tłuszcz ogółem (g) 70,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,5, węglowodany ogółem (g) 222,8, w tym cukry proste (g) 36,3, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sól (mg) 2392,2
PONIEDZIAŁEK 29.06.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Ryż na mleku 300ml (1,7), pasta z koperkiem 50g (7) na sałacie, dżem 25g, pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1,7)		Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), makaron z kapustą, kiełbasą i łopatką 380g (1,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9), ser topiony 30g (7), sałatka włoska z sosem winegret 50g (7), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2047,8, białko ogółem (g) 95,3, tłuszcz ogółem (g) 69,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 34,9, węglowodany ogółem (g) 233,2, w tym cukry proste (g) 46,6, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sól (mg) 2041,7

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PONIEDZIAŁEK 29.06.2026 r.	2 łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku 300ml (1,7), pasta z twarogu z koperkiem 50g (7) na sałacie, dżem 25g, pomidor 50g 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 30g (7), sałatka włoska z sosem winegret 50g (7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1954,9, białko ogółem (g) 82,6, tłuszcz ogółem (g) 67,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,1, węglowodany ogółem (g) 233,2, w tym cukry proste (g) 46,6, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2076,3
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku 300ml (1,7), pasta z twarogu z koperkiem 50g (7) na sałacie, dżem 25g, pomidor 50g (bez skórki), 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 miesnym 350g (1,3,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9), 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) 1874,1, białko ogółem (g) 77,7, tłuszcz ogółem (g) 59,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 26,4, węglowodany ogółem (g) 243,9, w tym cukry proste (g) 33,7, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 1755,04
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Pasta twarogowa z koperkiem 50g (7) na sałacie, blok szynkowy 30g (1,10), pomidor 50g, 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 (1,6,7,8,9,10), gołąbki 100g (1,6,7,8,9,10), surówka z tartej marchewki i jabłka 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (7)	Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9), ser topiony 30g (7), sałatka włoska z sosem winegret 50g (7), 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) 2104,2, białko ogółem (g) 81,8, tłuszcz ogółem (g) 71,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,4, węglowodany ogółem (g) 273,9, w tym cukry proste (g) 38,3, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 2034,4

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
WTOREK 30.06.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100g (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 ryżowa 300 ml (1,6,8,9), kotlet mielony smażony 90g (1,3,5,6,7,8,9,10), sałata z jogurtem greckim 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1),		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), ser żółty 30g (1,7), sałatka z sałaty, sałaty mix 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)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2234,1, białko ogółem (g) 87,9, tłuszcz ogółem (g) 69,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,2, węglowodany ogółem (g) 239,2, w tym cukry proste (g) 36,5, błonnik pokarmowy (g) 25,5, sód (mg) 2110,4
	2 łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100g (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 ryżowa 300 ml (1,6,8,9), klopsik drobiowo-wieprzowy duszony w sosie 90g/100g sos (1,3,5,6,7,8,9,10), sałata z jogurtem greckim 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), ser żółty 30g (1,7), 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)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2199,3, białko ogółem (g) 89,4, tłuszcz ogółem (g) 69,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,8, węglowodany ogółem (g) 235,7, w tym cukry proste (g) 35,8, błonnik pokarmowy (g) 25,4, sód (mg) 2086,3
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (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 ryżowa 300 ml (1,6,8,9), klopsik drobiowo-wieprzowy gotowany w sosie 90g/100g sos (1,3,5,6,7,8,9,10), sałata z jogurtem greckim 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1,9),		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg krajanka 30g (7), 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)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2134,2, białko ogółem (g) 88,6, tłuszcz ogółem (g) 64,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 26,9, węglowodany ogółem (g) 229,6, w tym cukry proste (g) 33,7, błonnik pokarmowy (g) 25,4, sód (mg) 1968,7

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
WTOREK 30.06.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Skyr naturalny 150g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10), sałatka z ogórka kiszzonego 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 blokiem drobiowym (1,10)	Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), klopsik drobiowo-wieprzowy duszony 90g (1,3,5,6,7,8,9,10), sałata z jogurtem greckim 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), ser żółty 30g (1,7), 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	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2267,9, białko ogółem (g) 99, tłuszcz ogółem (g) 70,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,9, węglowodany ogółem (g) 252,1, w tym cukry proste (g) 39,8, błonnik pokarmowy (g) 25,7, sód (mg) 2209,7
	1 podstawowa (D01)	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), szynka gotowana 50g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka z sałaty i sałaty mix i roszonek z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7)		Botwinka 300 ml (1,6,7,8,9,10), ćwiartki drobiowe duszone w sosie 120g/100g sos (1,6,7,8,9,10), marchewka z brokułem oprószana 100g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Sałatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, kielbasa krakowska 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 (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2234,1, białko ogółem (g) 87,9, tłuszcz ogółem (g) 72,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,2, węglowodany ogółem (g) 239,2, w tym cukry proste (g) 36,5, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2110,4
	2 łatwostrawna (D02)	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), szynka gotowana 50g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka z sałaty i sałaty mix i roszonek z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7)		Botwinka 300 ml (1,6,7,8,9,10), ćwiartki drobiowe duszone w sosie 120g/100g sos (1,6,7,8,9,10), marchewka z brokułem oprószana 100g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Sałatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, kielbasa krakowska 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2199,3, białko ogółem (g) 89,4, tłuszcz ogółem (g) 69, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,4, węglowodany ogółem (g) 235,7, w tym cukry proste (g) 35,8, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2086,3

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
SRODA 01.07.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), szynka gotowana 50g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka z sałaty i sałaty mix i roszponki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7)		Botwinka 300 ml (1,6,7,8,9,10), cwiartki drobiowe gotowane w sosie 120g/100g sos (1,6,7,8,9,10), marchewka oprószana 100g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250 g napar herbaciany 250ml (1)		Sałatka jarzynowa z białkiem jaj 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 (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2134,2, białko ogółem (g) 88,6, tłuszcz ogółem (g) 67,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,9, węglowodany ogółem (g) 229,6 w tym cukry proste (g) 37,6, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 1968,7
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Szynka gotowana 50g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), papryka czerwona 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 kiełbasą szynkową (1,10)	Botwinka 300 ml (1,6,7,8,9,10), cwiartki drobiowe duszone 120g (1,6,7,8,9,10), marchewka gotowana z brokułem 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Sałatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, kiełbasa krakowska 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 (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2267,9, białko ogółem (g) 99, tłuszcz ogółem (g) 69,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,8, węglowodany ogółem (g) 252,1, w tym cukry proste (g) 25,4, błonnik pokarmowy (g) 25,4, sód (mg) 2209,7
CZWARTEK 02.07.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), serek kanapkowy 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 250 ml (1,7)		Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), schab duszony w sosie 90g/100g sos (1,6,7,8,9), kapusta biała z wody 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg 30g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix, szpinaku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2177,7, białko ogółem (g) 96,7, tłuszcz ogółem (g) 74,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,8, węglowodany ogółem (g) 225,1, w tym cukry proste (g) 35,07, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2237,3

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
CZWARTEK 02.07.2026 r.	2 łatwostrawna (D02)	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), serek kanapkowy naturalny 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), schab duszony w sosie 90g/100g sos (1,6,7,8,9), szpinak oprószany 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg 30g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix, szpinaku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2152, białko ogółem (g) 89,4, tłuszcz ogółem (g) 70,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,4, węglowodany ogółem (g) 233, w tym cukry proste (g) 40,3, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sód (mg) 2050,9
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), serek kanapkowy naturalny 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), schab gotowany w sosie 90g/100g sos (1,6,7,8,9), szpinak oprószany 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg 30g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix, szpinaku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 1915,1, białko ogółem (g) 78,3, tłuszcz ogółem (g) 63,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 26,5, węglowodany ogółem (g) 218,7, w tym cukry proste (g) 34,3, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sód (mg) 2078,2
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Serek kanapkowy 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), pomidor 50 g na sałacie, herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	kanapka wiosenna z jajkiem (1,3,7)	Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), zraz zawijany duszony 100g (1,6,7,8,9,10), kapusta biała 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 30g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix, szpinaku 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)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 1932,6, białko ogółem (g) 79,8, tłuszcz ogółem (g) 69,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,6, węglowodany ogółem (g) 226,2, w tym cukry proste (g) 33,1, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2078,3

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PIĄTEK 03.07.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Ryż na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50g (3,7) 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 grochowa 300 ml (1,6,8,9), kotlet rybny parowany 90g (1,3,4,5,6,7,8,9,10), sos pietruszkowy 100g (1,6,7,8,9), surówka z kapusty kiszonej 100g (10), ziemniaki gotowane i z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Kurczak w galarecie 150g (1,6,8,9,10), ser topiony „zegarki” 18g (7), 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 napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150 g	Wartość energetyczna (kcal) 2093,6, białko ogółem (g) 86,5, tłuszcz ogółem (g) 75,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,2, węglowodany ogółem (g) 250,3, w tym cukry proste (g) 30,2, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 2364
	2 łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50g (3,7) 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 makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), kotlet rybny parowany 90g (1,3,4,5,6,7,8,9,10), sos pietruszkowy 100g (1,6,7,8,9), buraczki oprószane 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Kurczak w galarecie 150g (1,6,8,9,10), ser topiony „zegarki” 18g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix i rozszponki z sosem winegret 25g, 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) 2134,9, białko ogółem (g) 90,3, tłuszcz ogółem (g) 70,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,9, węglowodany ogółem (g) 246,9, w tym cukry proste (g) 26,7, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2269,4
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50g (3,7) 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 makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), pulpet rybny gotowany 90g (1,3,4,5,6,7,8,9,10), sos pietruszkowy 100g (1,6,7,8,9), buraczki oprószane 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Kurczak w galarecie 150g (1,6,8,9,10), dżem 25g, sałatka z sałaty, sałaty mix i rozszponki z sosem winegret 25g, 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) 2063, białko ogółem (g) 91,2, tłuszcz ogółem (g) 65,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,4, węglowodany ogółem (g) 242,7, w tym cukry proste (g) 25,6, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2235,9

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PIĄTEK 03.07.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Pasta z jaj 50g (3,7) na sałacie, blok szynkowy 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 twarogiem (1,7)	Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), ryba smazona saute 90g (1,4,5,6,7,8,9,10), surówka z kiszonej kapusty 100g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Kurczak w galarecie 150g (1,6,8,9,10), ser topiony „zegarki” 18g (7), 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	Kisiel z jabłkiem 150 g	Wartość energetyczna (kcal) 1956,8, białko ogółem (g) 86,5, tłuszcz ogółem (g) 69,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30, węglowodany ogółem (g) 221,1, w tym cukry proste (g) 25,4, błonnik pokarmowy (g) 25,6, sód (mg) 2223,1
	1 podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), serek naturalny grani 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 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 mozzarella 50g (1,7), kiełbasa szynkowa 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix z koperkiem 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)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2020,5, białko ogółem (g) 81,5, tłuszcz ogółem (g) 75, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,7, węglowodany ogółem (g) 237,01, w tym cukry proste (g) 27,2, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 1997,05
	2 łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), serek naturalny 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 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 mozzarella 50g (1,7), kiełbasa szynkowa 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix z koperkiem z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1915,5; białko ogółem (g) 78,5, tłuszcz ogółem (g) 64,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,9, węglowodany ogółem (g) 210,9, w tym cukry proste (g) 31,4, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2039,4

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
SOBOTA 04.07.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), serek naturalny 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 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)		Twaróg 50g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix z koperkiem z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1856,1, białko ogółem (g) 74,8 g, tłuszcz ogółem (g) 59,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,4, węglowodany ogółem (g) 116,9 w tym cukry proste (g) 30,8, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2105,3
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswialnych węglowodanów (D03)	Serek naturalny grani 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10), ogórek zielony świeży 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 szynką gotowaną (1,10)	Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 300 ml (1,6,7,8,9), stek wieprzowy duszony 100g (1,6,8,9), surówka z jarzyn mieszanych 100g (1,6,7,8,9), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem(1,7)	Ser mozzarella 50g (1,7), kielbasa szynkowa 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix z koperkiem z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1921, białko ogółem (g) 86,8, tłuszcz ogółem (g) 70,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,4, węglowodany ogółem (g) 221,1, w tym cukry proste (g) 14,8, błonnik pokarmowy (g) 25,5, sód (mg) 2385,3
NIEDZIELA 05.07.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Serdelka na gorąco 80g (1,10), twaróg z koperkiem 50g (7), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9,10), kotlet devolay smażony 100g (1,3,6,7,8,9,10), surówka z kapusty pekińskiej 100g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), ser topiony 30 g (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) 1972,4, białko ogółem (g) 80,8, tłuszcz ogółem (g) 71,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,5, węglowodany ogółem (g) 242,06, w tym cukry proste (g) 30,6, błonnik pokarmowy (g) 25,4, sód (mg) 1981,61



		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PONIEDZIAŁEK 06.07.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), serek grani naturalny 150g (7), blok szynkowy 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)		Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), risotto z jarzynami i mięsem z sosem pomidorowym i soją 380g (1,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z mięsa 50g (1,6,8,9), żółty ser 30g (1,7), sałatka z sałaty, 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)	Jabłko 90g	Wartość energetyczna (kcal) 1997, białko ogółem (g) 78,9, tłuszcz ogółem (g) 70, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,1, węglowodany ogółem (g) 222,9, w tym cukry proste (g) 29,7, błonnik pokarmowy (g) 24,7, sód (mg) 2180,1
	2 łatwostrawna (D02)	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), serek grani naturalny 150g (7), blok szynkowy 30 g (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), risotto z jarzynami i mięsem z sosem pomidorowym 380g (1,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z mięsa 50g (1,6,8,9), żółty ser 30g (1,7), sałatka z sałaty, szpinaku 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) 2032,8, białko ogółem (g) 77,8, tłuszcz ogółem (g) 70,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30, węglowodany ogółem (g) 244, w tym cukry proste (g) 34,8, błonnik pokarmowy (g) 24,5, sód (mg) 2207,6
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), serek grani naturalny 150g (7), blok szynkowy 30 g (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), risotto z jarzynami z sosem mięsnym (1,6,7,8,9), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z mięsa 50g (1,6,8,9), żółty ser 30g (1,7), sałatka z sałaty, szpinaku 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) 1878,6, białko ogółem (g) 77,5, tłuszcz ogółem (g) 65,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,7, węglowodany ogółem (g) 230,9, w tym cukry proste (g) 25,6, błonnik pokarmowy (g) 24,5, sód (mg) 2007,4

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PONIEDZIAŁEK 06.07.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Serek naturalny grani 150g (7), blok szynkowy 30g (1,10), sałatka z czerwonej papryki z pietruszką 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 drobiowym (1,10)	Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), pieczeń rzymska 90g (1,3,6,8,9), marchewka z brokułem z wody 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Pasta z mięsa 50g (1,6,8,9), żółty ser 30g (1,7), sałatka z sałaty, szpinaku z sosem winegret 25g, 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) 1980,5, białko ogółem (g) 80,5, tłuszcz ogółem (g) 66,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,2, węglowodany ogółem (g) 232,2, w tym cukry proste (g) 24,3, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sól (mg) 2065,3

### 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 nr 13 – Łubin