

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PONIEDZIAŁEK 27.07.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), pasta twarogowa z pietruszką 50 g (7) na sałacie, polędwica sopocka 30 g (1,10), ogórek świeży 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), risotto z jarzynami z sosem mięsno-pomidorowym z ciecierzycą 380 g (1,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9), ser żółty 30 g (1,7), sałatka z sałaty, sałaty mix i szpinaku 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)	Budyń 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2136,5, białko ogółem (g) 76, tłuszcz ogółem (g) 71,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,4, węglowodany ogółem (g) 256,4, w tym cukry proste (g) 36,4, błonnik pokarmowy (g) 25,4, sód(mg) 1992,3
	2 łatwostrawna (D02)	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), pasta twarogowa z pietruszką 50 g (7) na sałacie, polędwica sopocka 30 g (1,10), 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 mięsno-pomidorowym 380 g (1,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9), ser żółty 30 g (1,7), sałatka z sałaty, sałaty mix i szpinaku z sosem winegret 25 g, 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) 2040,7, białko ogółem (g) 73, 2 tłuszcz ogółem (g) 70,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,3, węglowodany ogółem (g) 257,09, w tym cukry proste (g) 33,9, błonnik pokarmowy (g) 24,1, sód (mg) 1921,27
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), pasta twarogowa z pietruszką 50 g (7) na sałacie, polędwica sopocka 30 g (1,10), 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 380 g (1,6,8,9), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9), miód 25 g, sałatka z sałaty, sałaty mix i szpinaku z sosem winegret 25 g, 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) 2021,3, białko ogółem (g) 76,1, tłuszcz ogółem (g) 73,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,5, węglowodany ogółem (g) 254,98, w tym cukry proste (g) 34,43, błonnik pokarmowy (g) 23,1, sód (mg) 1760,84

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
WTOREK 28.07.2026 r.	PONIEDZIAŁEK 27.07.2026	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Pasta twarogowa z pietruszką 50 g (7) na sałacie, polędwica sopocka 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	kanapka wiosenna z kiełbasą szynkową (1,7,10)	Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), pieczeń rzymska 90 g (1,3,6,8,9), surówka z jarzyn mieszanych 100 g (1,6,7,8,9,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9), ser żółty 30 g (1,7), sałatka z sałaty, sałaty mix i szpinaku 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	Budyń bez cukru 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2040,2, białko ogółem (g) 72,9, tłuszcz ogółem (g) 70,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,1, węglowodany ogółem (g) 258,3, w tym cukry proste (g) 26,15, błonnik pokarmowy (g) 25,5 sól (mg) 2006,34
		1 podstawowa (D01)	Ryż na mleku 300 ml (1,7), blok szynkowy 50 g (1,10), ½ jajko gotowane (3) na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), pulpety drobiowo-wieprzowe gotowane w sosie 90 g/100 g sos (1,6,7,8,9), sałatka z buraczków 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser typu włoskiego 50 g (7), blok drobiowy 30 g (1,10), sałatka norweska z rybą 50 g (4,10), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Galaretka owocowa (1,10)	Wartość energetyczna (kcal) 1936,2, białko ogółem (g) 83,8, tłuszcz ogółem (g) 71,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,3, węglowodany ogółem (g) 312,8, w tym cukry proste (g) 27,07, błonnik pokarmowy (g) 25,8, sól (mg) 19336,8
		2 łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku 300 ml (1,7), blok szynkowy 50 g (1,10), ½ jajko gotowane (3) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), pulpety drobiowo-wieprzowe gotowane w sosie 90 g/100 g sos (1,6,7,8,9), sałatka z buraczków 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser typu włoskiego 50 g (7), blok drobiowy 30 g (1,10), sałatka norweska z rybą 50 g (4,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Galaretka owocowa (1,10)	Wartość energetyczna (kcal) 2046,7, białko ogółem (g) 73,0, tłuszcz ogółem (g) 71,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,3, węglowodany ogółem (g) 312,8, w tym cukry proste (g) 27,07, błonnik pokarmowy (g) 25,8, sól (mg) 19336,9

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
WTOREK 28.07.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku 300 ml (1,7), skyr naturalny 150 g (7), blok szynkowy 30 g (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), pulpety drobiowo-wieprzowe gotowane w sosie 90 g/100 g sos (1,6,7,8,9), sałatka z buraczków 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser typu włoskiego 50 g (7), blok drobiowy 30 g (1,10), sałatka norweska z rybą 50 g (4,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Wartość energetyczna (kcal) 2072,4, białko ogółem (g) 73,4, tłuszcz ogółem (g) 64,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 24,5, węglowodany ogółem (g) 306,5, w tym cukry proste (g) 25,6, błonnik pokarmowy (g) 23,7, sód (mg) 1756,4
	4 dieta z ograniczeniem węglowodanów (D03)	Blok szynkowy 50 g (1,10), ½ jajko gotowane (3) na sałacie, rzodkiewka 50 g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	kanapka wiosenna z szynką gotowaną (1,10)	Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany 90 g (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)	Ser typu włoskiego 50 g (7), blok drobiowy 30 g (1,10), sałatka norweska z rybą 50 g (4,10), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Galaretka mleczna 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2091,8, białko ogółem (g) 75,8, tłuszcz ogółem (g) 61,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 24,6, węglowodany ogółem (g) 318,9, w tym cukry proste (g) 27,3, błonnik pokarmowy (g) 24,1, sód (mg) 1785,1
	1 podstawowa (D01)	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), serek twarogowy ziarnisty 150 g (7), kielbasa krakowska 30 g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Zupa koperkowa 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone w sosie własnym 120 g/100 g sos (1,6,8,9), marchewka z groszkiem oprószana 100 g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Sałatka jarzynowa 100 g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, kielbasa 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)	Owoc 100 g	Wartość energetyczna (kcal) 2191,3, białko ogółem (g) 99,3, tłuszcz ogółem (g) 71,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 36,6, węglowodany ogółem (g) 270,96, w tym cukry proste (g) 29,4, błonnik pokarmowy (g) 25,4, sód (mg) 1191,76
ŚRODA 29.07.2026 r.								

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
ŚRODA 29.07.2026 r.	2 łatwostrawna (D02)	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), serek twarogowy ziarnisty 150 g (7), kielbasa krakowska 30 g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Zupa koperkowa 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone w sosie własnym 120 g/100 g sos (1,6,8,9), marchewka z groszkiem oprószana 100 g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Salatka jarzynowa 100 g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, kielbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100 g	Wartość energetyczna (kcal) 2031,8, białko ogółem (g) 94,1,4, tłuszcz ogółem (g) 71,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 36,6, węglowodany ogółem (g) 270,96, w tym cukry proste (g) 29,44, błonnik pokarmowy (g) 25,4, sól (mg) 1172,74
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), serek twarogowy ziarnisty 150 g (7), miód 25 g, sałata, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Zupa koperkowa 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe gotowane w sosie 120 g/100 g sos (1,6,8,9), marchewka oprószana 100 g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Salatka jarzynowa z białkiem 100 g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, kielbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100 g	Wartość energetyczna (kcal) 2042,1, białko ogółem (g) 93,3, tłuszcz ogółem (g) 60,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,1, węglowodany ogółem (g) 284,79, w tym cukry proste (g) 31,3, błonnik pokarmowy (g) 22,2, sól (mg) 1167,4
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Serek twarogowy ziarnisty 150 g (7), kielbasa krakowska 30 g (1,10) na sałacie, papryka czerwona 50 g, 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 koperkowa 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone 120 g (1,6,8,9), marchewka z groszkiem z wody 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Salatka jarzynowa 100 g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, kielbasa 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 (1)	Owoc 100 g	Wartość energetyczna (kcal) 2074,7, białko ogółem (g) 95,8, tłuszcz ogółem (g) 71,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33, węglowodany ogółem (g) 282,1, w tym cukry proste (g) 28,7, błonnik pokarmowy (g) 23,9, sól (mg) 1157,4

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
CZWARTEK 30.07.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku , blok drobiowy 50 g (1,10), twaróg krajanka z koperkiem 30 g (7) 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 z fasolki szparagowej 300 ml (1,6,8,9), kotlet schabowy smażony 100 g (1,3,6,8,9), sałata z jogurtem greckim 100 g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1),		Pasztet pieczony 50 g (1,3,6,8,9), ser żółty 30 g (1,7), sałatka włoska 50 g (7), 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) 1924,7, białko ogółem (g) 75,6, tłuszcz ogółem (g) 66,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 37,2, węglowodany ogółem (g) 216,4, w tym cukry proste (g) 32,5, błonnik pokarmowy (g) 23,9, sód (mg) 2227,76
	2 łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku , blok drobiowy 50 g (1,10), twaróg krajanka z koperkiem 30 g (7) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa z fasolki szparagowej 300 ml (1,6,8,9), schab duszony w sosie 80 g/100 g sos (1,6,8,9), sałata z jogurtem greckim 100 g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1),		Pasztet pieczony 50 g (1,3,6,8,9), ser żółty 30 g (1,7), sałatka włoska 50 g (7), 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) 1944,9, białko ogółem (g) 81,6, tłuszcz ogółem (g) 77,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,3, węglowodany ogółem (g) 217,8 w tym cukry proste (g) 34,3, błonnik pokarmowy (g) 24,1, sód (mg) 2291,9
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku , blok drobiowy 50 g (1,10), twaróg krajanka z koperkiem 30 g (7) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana 300 ml (1,6,8,9), schab gotowany w sosie 80 g/100 g sos (1,6,7,8,9), sałata z jogurtem greckim 100 g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1),		Blok szynkowy 50 g (1,10), dżem 25 g, sałatka włoska 50 g (7), 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) 1968,1, białko ogółem (g) 74,9, tłuszcz ogółem (g) 58,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30, 1, węglowodany ogółem (g) 219,4, w tym cukry proste (g) 27,9, błonnik pokarmowy (g) 23,8, sód (mg) 2265,65

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
CZWARTEK 30.07.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Blok drobiowy 50 g (1,10), twaróg krajanka z koperkiem 30 g (7), ogórek 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	kanapka wiosenna z kielbasą szynkową (1,10)	Zupa z fasolki szparagowej 300 ml (1,6,8,9), schab duszony 90 g (1,6,8,9), sałata z jogurtem greckim 100 g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Paszтет pieczony 50 g (1,3,6,8,9), ser żółty 30 g (1,7), sałatka włoska 50 g (7), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Budyń bez cukru 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2022,7, białko ogółem (g) 90,3, tłuszcz ogółem (g) 62,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 34,9, węglowodany ogółem (g) 226,47, w tym cukry proste (g) 23,15, błonnik pokarmowy (g) 24,7, sód (mg) 2164,15
	1 podstawowa (D01)	Ryż na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie, kielbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250ml (1)		Zupa makaronowa 300 ml, kotlet z ryby parowany 90 g (1,3,4,6,8,9), sos pietruszkowy 100 g (1,6,7,8,9), surówka z kiszanej kapusty 100 g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parowka delikatesowa na gorąco 70 g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), sałatka śródziemnomorska 50 g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100 g	Wartość energetyczna (kcal) 2095,8, białko ogółem (g) 76,8, tłuszcz ogółem (g) 73,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 36,4, węglowodany ogółem (g) 241,9, w tym cukry proste (g) 26,5, błonnik pokarmowy (g) 25,6, sód (mg) 2137,2
	2 łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie, kielbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250ml (1)		Zupa makaronowa 300 ml, kotlet z ryby parowany 90 g (1,3,4,6,8,9), sos pietruszkowy 100 g (1,6,7,8,9), marchewka oprószana 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parowka delikatesowa na gorąco 70 g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), sałatka śródziemnomorska 50 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100 g	Wartość energetyczna (kcal) 2088,5, białko ogółem (g) 78,2, tłuszcz ogółem (g) 71,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 36,5, węglowodany ogółem (g) 238,8, w tym cukry proste (g) 29,3, błonnik pokarmowy (g) 21,8, sód (mg) 2053,9
PIĄTEK 31.07.2026 r.								

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PIĄTEK 31.07.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku 300 ml (1,7), pasta z białek 50 g (3,7) na sałacie, kielbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250ml (1)		Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), pulpety w ryby gotowane w sosie pietruszkowym 90 g/100 g sos (1,3,4,6,8,9), marchewka oprószana 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70 g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), sałatka śródziemnomorska 50 g (7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100 g	Wartość energetyczna (kcal) 2065,9, białko ogółem (g) 74,2, tłuszcz ogółem (g) 66,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,3, węglowodany ogółem (g) 251,3 w tym cukry proste (g) 27,47, błonnik pokarmowy (g) 23,1, sód (mg) 2074,4
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie, kielbasa szynkowa 30 g (1,10), papryka czerwona 50 g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)	Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), ryba smażona w cieście 100 g (1,3,4,6,8,9), surówka z kiszzonej kapusty 100 g (10), ziemniaki gotowany napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Parówka delikatesowa na gorąco 70 g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), sałatka śródziemnomorska 50 g (7), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100 g	Wartość energetyczna (kcal) 2092,3, białko ogółem (g) 77,8, tłuszcz ogółem (g) 65,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,7, węglowodany ogółem (g) 229,9, w tym cukry proste (g) 24,6, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2146,5
	1 podstawowa (D01)	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 150 g (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 szpinakowa 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290 g (1,6,7,8,9,10), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250 g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Ser mozzarella 50 g (1,7), polędwica sopočka 30 g (1,10), sałatka z sałaty, rukoli, szpinaku i natki pietruszki z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2187,9, białko ogółem (g) 79,1, tłuszcz ogółem (g) 73,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,2, węglowodany ogółem (g) 295,45, w tym cukry proste (g) 49,6, błonnik pokarmowy (g) 24,5, sód (mg) 2091,92

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
SOBOTA 1.08.2026 r.	2 łatwostrawna (D02)	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 150 g (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 szpinakowa 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290 g (1,6,7,8,9,10), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250 g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Ser mozzarella 50 g (1,7), polędwica sopocka 30 g (1,10), sałatka z sałaty, rukoli, szpinaku i natki pietruszki z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2152,6, białko ogółem (g) 78,9, tłuszcz ogółem (g) 72,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,6, węglowodany ogółem (g) 291,5, w tym cukry proste (g) 49,3, błonnik pokarmowy (g) 23,5 sól (mg) 2070,8
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 150 g (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 szpinakowa 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290 g (1,6,7,8,9,10), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250 g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Twaróg 50 g (7), polędwica sopocka 30 g (1,10), sałatka z sałaty, rukoli i szpinaku i natki pietruszki z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2138,8, białko ogółem (g) 82, tłuszcz ogółem (g) 70,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,1, węglowodany ogółem (g) 294,5, w tym cukry proste (g) 48,4, błonnik pokarmowy (g) 22,3, sól (mg) 1975,6
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Skyr naturalny 150 g (1,7), blok szynkowy 30 g (1,10) na sałacie, rzodkiewka 50 g, 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 jajkiem (1,3,7)	Zupa szpinakowa 300 ml (1,6,7,8,9), klopsik duszony 80 g (1,3,6,8,9), surówka z jarzyn mieszanych 100 g (1,6,7,8,9,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (7)	Ser mozzarella 50 g (1,7), polędwica sopocka 30 g (1,10), sałatka z sałaty, rukoli, szpinaku i natki pietruszki 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 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2151,4, białko ogółem (g) 81,1, tłuszcz ogółem (g) 70,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,9, węglowodany ogółem (g) 289,8, w tym cukry proste (g) 26,47, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sól (mg) 2047,82

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
NIEDZIELA 2.08.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7), serdelka na gorąco 80 g (1,10), ser topiony zegarki 18 g (1,7), 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 pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9), kotlet devolay 90 g (1,3,6,7,8,9), surówka z białej kapusty 100 g (3,7,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50 g (1,10), twaróg krajanka 30 g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix i koperku 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)	Owoc 100 g	Wartość energetyczna (kcal) 1910,8 białko ogółem (g) 77,1, tłuszcz ogółem (g) 68,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,9, węglowodany ogółem (g) 235,9, w tym cukry proste (g) 32,6, błonnik pokarmowy (g) 23,6, sód (mg) 2142,5
	2 łatwostrawna (D02)	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7), serdelka na gorąco 80 g (1,10), ser topiony zegarki 18 g (1,7), pomidor 50 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9), filet drobiowy duszony w sosie 90 g/100 g sos (1,6,7,8,9), marchew gotowana z kalaflorem i brokułem 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50 g (1,10), twaróg krajanka 30 g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix i koperku z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100 g	Wartość energetyczna (kcal) 1964,7 białko ogółem (g) 76,6, tłuszcz ogółem (g) 69,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,1, węglowodany ogółem (g) 245,7, w tym cukry proste (g) 29,3, błonnik pokarmowy (g) 21,85, sód (mg) 2170,4
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7), serdelka na gorąco 80 g (1,10), dżem 25 g, pomidor bez skórki 50 g, 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), filet drobiowy gotowany w sosie 90g/100 g sos (1,6,7,8,9), marchewka oprószana 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50 g (1,10), twaróg krajanka 30 g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix i koperku z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100 g	Wartość energetyczna (kcal) 1974,8 białko ogółem (g) 76,4, tłuszcz ogółem (g) 67,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,1, węglowodany ogółem (g) 238,7, w tym cukry proste (g) 31,3, błonnik pokarmowy (g) 21,8, sód (mg) 2093,7

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
NIEDZIELA 2.08.2026 r. PONIEDZIAŁEK 3.08.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7), serdelka na gorąco 80 g (1,10), ser topiony zegarki 18 g (1,7), pomidor 50 g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Kanapka wiosenna z kielbasą szynkową (1,7,10)	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9), filet drobiowy duszony 90 g (1,6,8,9), marchew gotowana z kalaflorem i brokułem 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Szynka gotowana 50 g (1,10), twaróg krajanka 30 g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix i koperku 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	Owoc 100 g	Wartość energetyczna (kcal) 2041,3, białko ogółem (g) 76,8, tłuszcz ogółem (g) 63,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,3, węglowodany ogółem (g) 235,1, w tym cukry proste (g) 28,03, błonnik pokarmowy (g) 24,3, sód (mg) 2079,53
	1 podstawowa (D01)	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), jajko gotowane 1 szt. (3) na sałacie, kielbasa 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)		Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9), makaron z sosem mięsno-pomidorowym z fasolką szparagową 380 g (1,3,6,7,8,9), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z mięsa 50 g (1,6,7,8,9), ser żółty 30 g (1,7), sałatka norweska z rybą 50 g (4), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150 g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2004,8, białko ogółem (g) 74,9, tłuszcz ogółem (g) 69,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 36,9, węglowodany ogółem (g) 249,7, w tym cukry proste (g) 39,1, błonnik pokarmowy (g) 23,7, sód (mg) 1624,52
	2 łatwostrawna (D02)	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), jajko gotowane 1 szt. (3) na sałacie, kielbasa szynkowa 30 g (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), makaron z sosem mięsno-pomidorowym z fasolką szparagową 380 g (1,3,6,7,8,9), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z mięsa 50 g (1,6,7,8,9), ser żółty 30 g (1,7), sałatka norweska z rybą 50 g (4), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150 g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2008,8, białko ogółem (g) 76,2, tłuszcz ogółem (g) 68,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35,2, węglowodany ogółem (g) 246,96, w tym cukry proste (g) 23,14, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 1473,9

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PONIEDZIAŁEK 3.08.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), skyr naturalny 150 g (7), kielbasa szynkowa 30 g (1,10) na sałacie, 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), makaron z sosem mięsnym 380 g (1,3,6,8,9), jabłko parowane 90 g napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z mięsa 50 g (1,6,7,8,9), miód 25 g, sałatka norweska z rybą 50 g (4), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150 g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2080,3, białko ogółem (g) 81,4 g, tłuszcz ogółem (g) 62,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,3, węglowodany ogółem (g) 300,88, w tym cukry proste (g) 29,1, błonnik pokarmowy (g) 22,9, sód (mg) 1488,52
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Jajko gotowane 1 szt. (3) na sałacie, kielbasa szynkowa 30 g (1,10), ogórek świeży 50 g, 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 jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9), stek wieprzowy 90 g (1,6,8,9), fasolka szparagowa gotowana 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem(1,7)	Pasta z mięsa 50 g (1,6,7,8,9), ser żółty 30 g (1,7), sałatka norweska z rybą 50 g (4), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150 g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2081,4, białko ogółem (g) 78,9, tłuszcz ogółem (g) 69,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,6, węglowodany ogółem (g) 310,3, w tym cukry proste (g) 23,4, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 1621,8
	1 podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), serek grani 150 g (7) blok drobiowy 30 g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa owocowa z makaronem 300 ml (1,3), siekane kotlety drobiowe smażone 100 g (1,3,6,8,9), sałata z jogurtem greckim 100 g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70 g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), 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)	Owoc 100 g	Wartość energetyczna (kcal) 2099,4, białko ogółem (g) 71,1, tłuszcz ogółem (g) 64,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,2, węglowodany ogółem (g) 295,8, w tym cukry proste (g) 30,45, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sód (mg) 2072,5

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
WTOREK 4.08.2026 r.	2 łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), serek grani 150 g (7) blok drobiowy 30 g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa owocowa z makaronem 300 ml (1,3), klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie 90 g/100 g sos (1,3,6,8,9), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70 g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), pomidor 50 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100 g	Wartość energetyczna (kcal) 2062,2, białko ogółem (g) 70,6, tłuszcz ogółem (g) 64,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,6, węglowodany ogółem (g) 298,86, w tym cukry proste (g) 30,82, błonnik pokarmowy (g) 20,9, sód (mg) 2071,07
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), serek grani 150 g (7) blok drobiowy 30 g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), galantyna drobiowo-wieprzowa gotowana w sosie 90 g/100 g sos (1,3,6,7,8,9), sałata z jogurtem greckim 100 g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70 g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), pomidor bez skórki 50 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100 g	Wartość energetyczna (kcal) 2055,4, białko ogółem (g) 76,4, tłuszcz ogółem (g) 69,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,3, węglowodany ogółem (g) 299,23, w tym cukry proste (g) 26,44, błonnik pokarmowy (g) 23,1, sód (mg) 2058,59
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Serek grani 150 g (7), blok drobiowy 30g (1,10) na sałacie, papryka czerwona 50 g, 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 (1,7,10)	Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone 90 g (1,3,6,8,9), sałata z jogurtem greckim 100 g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (7)	Parówka delikatesowa na gorąco 70 g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), pomidor 50 g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1) chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100 g	Wartość energetyczna (kcal) 2049,5, białko ogółem (g) 74,9, tłuszcz ogółem (g) 63,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 22,5, węglowodany ogółem (g) 283,46, w tym cukry proste (g) 25,14, błonnik pokarmowy (g) 24,75, sód (mg) 2060,5

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
ŚRODA 5.08.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), blok szynkowy 50 g (1,10), twaróg z koperkiem 30 g (7) na sałacie, 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 190 g (1,6,7,8,9), marchewka gotowana z groszkiem 100 g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Salatka jarzynowa 100 g (1,3,6,7,8,9,10) na sałacie, polędwica sopocka 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)	Budyń 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1976,5, białko ogółem (g) 76,8, tłuszcz ogółem (g) 44,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 19,7, węglowodany ogółem (g) 246,8, w tym cukry proste (g) 33,45, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2084,4
	2 łatwostrawna (D02)	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), blok szynkowy 50 g (1,10), twaróg z koperkiem 30 g (7) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), potrawka z kurczaka 190 g (1,6,7,8,9), marchewka gotowana z groszkiem 100 g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Salatka jarzynowa 100 g (1,3,6,7,8,9,10) na sałacie, polędwica sopocka 30 g (1,10), 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) 1961,8, białko ogółem (g) 71,8, tłuszcz ogółem (g) 54,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,3, węglowodany ogółem (g) 243,93, w tym cukry proste (g) 20,9, błonnik pokarmowy (g) 24,7, sód (mg) 2091,5
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), blok szynkowy 50 g (1,10), twaróg z koperkiem 30 g (7) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), potrawka z kurczaka 190 g (1,6,7,8,9), marchewka gotowana oprószana 100 g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Salatka jarzynowa z białkiem 100 g (1,3,6,7,8,9,10) na sałacie, polędwica sopocka 30 g (1,10), 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) 1943,5, białko ogółem (g) 73,1, tłuszcz ogółem (g) 59,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 24,8, węglowodany ogółem (g) 233,03, w tym cukry proste (g) 33,1, błonnik pokarmowy (g) 20,9, sód (mg) 2077,01

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
ŚRODA 5.08.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Blok szynkowy 50 g (1,10), twaróg z koperkiem 30 g (7) na sałacie, rzodkiewka 50 g, 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 jajkiem (1,3,7)	Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), kurczak gotowany 100 g (1,6,8,9), marchewka gotowana z gorskiem 100 g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Salatka jarzynowa 100 g (1,3,6,7,8,9,10) na sałacie, polędwica sopočka 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g, herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Budyń bez cukru 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1941,8, białko ogółem (g) 76,4, tłuszcz ogółem (g) 56,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,1, węglowodany ogółem (g) 232,98, w tym cukry proste (g) 23,95, błonnik pokarmowy (g) 24,1, sód (mg) 2019,9

Alergeny występujące w posiłkach

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

Alergen nr 2 – Skorupiaki i produkty pochodne;

Alergen nr 3 - Jaja i produkty pochodne;

Alergen nr 4 – Ryby i produkty pochodne;

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

Alergen nr 6 – Produkty zawierające soję i produkty pochodne;

Alergen nr 7 – Mleko i produkty pochodne;

Alergen nr 8 – Orzechy;

Alergen nr 9 – Seler i produkty pochodne;

Alergen nr 10 – Gorczyca i produkty pochodne;

Alergen nr 11 – Nasiona sezamu i produkty pochodne;

Alergen nr 12 – Dwutlenek siarki

Alergen 13 – Łubin

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