

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
WTOREK 28.04.2026 r.	1 podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie 10 g, 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 grysikowa 300 ml (1,6,8,9), siekane kotlety drobiowe smażone 100 g (1,3,6,8,9), sałatka z gotowanych buraczków z jabłkiem 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70 g(1,10), ser żółty 30 g (1,7), sałatka z białej rzodkiewki, ogórka kiszzonego i koperku z sosem winegret 50 g (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 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1877, białko ogółem (g) 78,2, tłuszcz ogółem (g) 65,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27, węglowodany ogółem (g) 203,13, w tym cukry proste (g) 30,47, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sód (mg) 1990,23
	2 łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie 10 g, kielbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 17 g (7),chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9),klopsiki drobiowo-wieprzowy duszony w sosie własnym 80 g /100 g sos (1,3,6,8,9,10), sałatka z gotowanych buraczków z jabłkiem 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70 g(1,10), ser żółty 30 g (1,7), 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)	Jogurt owocowy 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2163,3, białko ogółem (g) 85,5, tłuszcz ogółem (g) 70,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,1, węglowodany ogółem (g) 230,9, w tym cukry proste (g) 29,6, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sód (mg) 2006,18
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta z białek jaj 50 g (3,7) na sałacie 10 g, kielbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), galantyna drobiowo-wieprzowa gotowana w sosie koperkowym 80 g/100 g sos (1,3,6,7,8,9), sałatka z gotowanych buraczków 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70 g (1,10), twaróg 30 g (7), sałatka z sałaty i 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)	Jogurt owocowy 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2060,6, białko ogółem (g) 82,2, tłuszcz ogółem (g) 62,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,5 węglowodany ogółem (g) 226,4, w tym cukry proste (g) 30,5, błonnik pokarmowy (g) 24,6, sód (mg) 1836

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
WTOREK 28.04.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie 10 g, kiełbasa szynkowa 30 g (1,10), sałatka z czerwonej papryki 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 twarogiem(1,7)	Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), klopsik drobiowo-wieprzowy duszony 90 g (1,3,6,8,9), sałatka z gotowanych buraczków z jabłkiem 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Parówka delikatesowa na gorąco 70 g (1,10), ser żółty 30 g (1,7), 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	Jogurt naturalny 150 g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2061, białko ogółem (g) 75,7, tłuszcz ogółem (g) 64,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30, węglowodany ogółem (g) 229,3, w tym cukry proste (g) 22,9, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2270,5
	1 dieta podstawowa	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), serek grani 150g (7), 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)		Zupa ziemniaczana z zacierką 300ml (1,3,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone w sosie 120g/100g (1,6,7,8,9,10), marchewka gotowana z kalaflorem i brokułem oprószana 100g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Salatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1967,4, białko ogółem (g) 87,8, tłuszcz ogółem (g) 65,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,5, węglowodany ogółem (g) 262,39, w tym cukry proste (g) 45,03, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 2399,75
ŚRODA 29.04.2026 r.	2 dieta łatwostrawna	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), serek grani 150g (7), dżem 25g, pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z zacierką 300ml (1,3,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone w sosie 120g/100g (1,6,7,8,9,10), marchewka gotowana z kalaflorem i brokułem oprószana 100g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250g, napar herbaciany		Salatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1911,8, białko ogółem (g) 81, tłuszcz ogółem (g) 64,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,2, węglowodany ogółem (g) 257,5, w tym cukry proste (g) 43,7, błonnik pokarmowy (g) 25,4, sód (mg) 2217,1

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
ŚRODA 29.04.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), serek grani 150g (7), dżem 25g, sałata 10g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z zacierką 300ml (1,3,6,7,8,9), cwiartki drobiowe gotowane w sosie 120g/100g (1,6,7,8,9,10), marchewka gotowana oprószana 100g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250 g, 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)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1849,5, białko ogółem (g) 74,9, tłuszcz ogółem (g) 64,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,5, węglowodany ogółem (g) 263,8, w tym cukry proste (g) 44,3, błonnik pokarmowy (g) 23,7, sód (mg) 2181,5
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Serek grani 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10), 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 (1)	kanapka wiosenna z blokiem szynkowym (1,10)	Zupa ziemniaczana z zacierką 300ml (1,3,6,7,8,9), cwiartki drobiowe duszone 120g (1,6,7,8,9,10), marchewka gotowana z kalaflorem i brokułem 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Salatka jarzynowa z 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 1908,2, białko ogółem (g) 72,3, tłuszcz ogółem (g) 51,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 25,5, węglowodany ogółem (g) 230,4, w tym cukry proste (g) 28,9, błonnik pokarmowy (g) 23,2, sód (mg) 2378,1
CZWARTEK 30.04.2026 r.	1 dieta podstawowa	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), kiełbasa szynkowa 50g (1,10), miód 25g, sałatka z sałaty, sałaty mix i rukoli 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		Żurek z maślanki z ryżem 300 ml (1,6,7,8,9,10), fasolka po bretońsku 200g (1,6,7,8,9,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Pasztet pieczony 50g (1,6,8,9) na sałacie, twaróg krajanka 30g (7), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1926,6, białko ogółem (g) 69,6, tłuszcz ogółem (g) 72,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35,8, węglowodany ogółem (g) 251,82, w tym cukry proste (g) 27,6, błonnik pokarmowy (g) 24,5, sód (mg) 1582,06

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PIĄTEK 1.05.2026 r.	1 podstawowa	Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser topiony „zegarki” 18g (7), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru 250 ml (1,7)		Rosół z makaronem 300 ml (1,3,6,8,9), kotlet drobiowy 100g (1,3,5,6,7,8,9,10), surówka z kapusty pekińskiej 100g (3,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser żółty 50g (1,7), blok drobiowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, szpinaku i roszponki 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)	½ pomarańczy	Wartość energetyczna (kcal) 1908,5, białko ogółem (g) 80,3, tłuszcz ogółem (g) 69,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 36,1, węglowodany ogółem (g) 227,9, w tym cukry proste (g) 21,61, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2154,62
	2 łatwostrawna	Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser topiony „zegarki” 18g (7), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru 250 ml (1,7)		Rosół z makaronem 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy duszony w sosie 90g/100g (1,6,7,8,9), marchewka z fasolka oprószana 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser żółty 50g (1,7), blok drobiowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, szpinaku i roszponki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	½ pomarańczy	Wartość energetyczna (kcal) 1937, białko ogółem (g) 74,4, tłuszcz ogółem (g) 67, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 24,5, węglowodany ogółem (g) 242,3, w tym cukry proste (g) 23,4, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2431,4
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Serdelka na gorąco 80g (1,10), dżem 25g, jabłko parowane 120g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru 250 ml (1,7)		Rosół z makaronem 300 ml (1,3,6,8,9), filet gotowany w sosie 90g/100g (1,6,7,8,9), marchew oprószana 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Blok drobiowy 50g (1,10), serek twarogowo – jogurtowy 30g (7), sałatka z sałaty, szpinaku i roszponki z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 1872,5, białko ogółem (g) 81,6, tłuszcz ogółem (g) 56,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,3 węglowodany ogółem (g) 251,2, w tym cukry proste (g) 32,3, błonnik pokarmowy (g) 24,7, sód (mg) 2359,8

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
SOBOTA 2.05.2026 r.	PIĄTEK 1.05.2026 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)	Rosół z makaronem 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy duszony 90g (1,6,7,8,9), surówka z kapusty pekińskiej 100g (3,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Ser żółty 50g (1,7), blok drobiowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, szpinaku 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	½ pomarańczy	Wartość energetyczna (kcal) 1969, białko ogółem (g) 88,1, tłuszcz ogółem (g) 63,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,8, węglowodany ogółem (g) 209,6, w tym cukry proste (g) 20,3, błonnik pokarmowy (g) 24,5, sód (mg) 2048,5
	1 dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50g (3,7) na sałacie, kielbasa szynkowa 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9,10), gulasz duszony w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), ser topiony 30g (7), surówka z selera naciowego ogórka kiszzonego i jabłka z sosem winegret 50g (9,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150 g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2040,9, białko ogółem (g) 82,6, tłuszcz ogółem (g) 77,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,6, węglowodany ogółem (g) 234,75, w tym cukry proste (g) 29,82, błonnik pokarmowy (g) 23,9, sód (mg) 2223,29
	2 dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50g (3,7) na sałacie, kielbasa szynkowa 30g (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 (1,6,7,8,9,10), gulasz duszony w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), ser topiony 30g (7), 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 owocowy 150 g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1979,5, białko ogółem (g) 79,2, tłuszcz ogółem (g) 71, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 37,3, węglowodany ogółem (g) 226,8, w tym cukry proste (g) 27, błonnik pokarmowy (g) 23,7, sód (mg) 2117,3

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
SOBOTA 2.05.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50g (3,7) na sałacie, kiełbasa szynkowa 30g (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 (1,6,7,8,9,10), gulasz gotowany w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), miód 25g, sałatka z sałaty 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) 1909, białko ogółem (g) 77 g, tłuszcz ogółem (g) 67, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,1, węglowodany ogółem (g) 239,1 w tym cukry proste (g) 25,1, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 1844,7
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta z jaj 50g (3,7) na sałacie, kiełbasa szynkowa 30g (1,10), sałatka z rzodkiewki 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 blokiem szynkowym (1,10)	Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9,10), stek wieprzowy duszony 100g (1,6,8,9), surówka z jarzyn mieszanych 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Szynka gotowana 50g (1,10), ser topiony 30g (7), surówka z selera naciowego ,ogórka kiszzonego i jabłka 50g (9,10), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150 g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2012, białko ogółem (g) 76,1, tłuszcz ogółem (g) 66,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35,2, węglowodany ogółem (g) 222,1, w tym cukry proste (g) 20,6, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2169,5
NIEDZIELA 3.05.2026 r.	1 dieta podstawowa	Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), pasta z twarogu i koperku 30g (1,7) 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 pomidorowa z ryżem 300ml (1,6,7,8,9,10), kotlet schabowy 100g (1,3,6,8,9), surówka z kiszzonej kapusty 100g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Twaróg krajanka 50g (1,7), polędwica sopocka 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix z sosem winegret, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 1833,5, białko ogółem (g) 79,2, tłuszcz ogółem (g) 68,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,3 węglowodany ogółem (g) 215,26, w tym cukry proste (g) 33,79, błonnik pokarmowy (g) 24,6, sód (mg) 1861,41

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
NIEDZIELA 3.05.2026 r.	2 dieta łatwostrawna	Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), pasta z twarogu i koperku 30g (1,7) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (1,6,7,8,9,10), schab duszony w sosie własnym 90g/100 g (1,6,8,9), marchewka z kalafiolem i brokułem oprószana 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Twaróg krajanka 50g (1,7), poledwica sopocka 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 1815,3 białko ogółem (g) 81,1, tłuszcz ogółem (g) 72,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,7, węglowodany ogółem (g) 230,8, w tym cukry proste (g) 36,8, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sól (mg) 1722,5
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), pasta z twarogu i koperku 30g (1,7) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem, 250 ml (1,7)		Zupa ryżowa 300ml (1,6,8,9,10), schab gotowany w sosie 90g/100 g (1,6,8,9), marchewka oprószana 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Twaróg krajanka 50g (1,7), blok drobiowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 1984,6, białko ogółem (g) 88,5, tłuszcz ogółem (g) 69, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 25,6, węglowodany ogółem (g) 225,2, w tym cukry proste (g) 40,1, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sól (mg) 2240,3
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), pasta z twarogu i koperku 30g (1,7) na sałacie, sałatka z czerwonej papryki 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 serem żółtym (1,7)	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (1,6,7,8,9,10), schab duszony 90g (1,6,8,9), marchewka gotowana z kalafiolem i brokułem 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (7)	Twaróg krajanka 50g (1,7), poledwica sopocka 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 (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 1981,3, białko ogółem (g) 83,5, tłuszcz ogółem (g) 67, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,7, węglowodany ogółem (g) 221,8, w tym cukry proste (g) 34,1, błonnik pokarmowy (g) 25,7, sól (mg) 2477,8

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PONIEDZIAŁEK 4.05.2026 r.	1 podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), jajko gotowane 60 g (3) na sałacie, kielbasa szynkowa 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa szpinakowa 300 ml (1,6,7,8,9), risotto z jarzynami z sosem mięsno-pomidorowym z ciecierzycą 380g (1,6,7,8,9), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9), ser mozzarella 30g (1,7) na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2058,2, białko ogółem (g) 78,2, tłuszcz ogółem (g) 72,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,2, węglowodany ogółem (g) 244,12, w tym cukry proste (g) 32,46, błonnik pokarmowy (g) 25,4, sód (mg) 1762,55
	2 łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), jajko gotowane 60 g (3) na sałacie, kielbasa szynkowa 30g (1,10), 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), risotto z jarzynami z sosem mięsno-pomidorowym 350g (1,6,7,8,9), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9), ser mozzarella 30g (1,7) na sałacie, 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) 2043,9, białko ogółem (g) 88,3, tłuszcz ogółem (g) 75, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 38,2, węglowodany ogółem (g) 241,3, w tym cukry proste (g) 31,8, błonnik pokarmowy (g) 22,7, sód (mg) 1740,5
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), jogurt typu islandzkiego 150g (7), kielbasa szynkowa 50g (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), risotto z jarzynami z sosem mięsnym 350g (1,6,7,8,9), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9) na sałacie, dżem 25g, 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) 2025,3, białko ogółem (g) 79, tłuszcz ogółem (g) 63,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 25,2, węglowodany ogółem (g) 255,3, w tym cukry proste (g) 40,1, błonnik pokarmowy (g) 23,6, sód (mg) 1610,8

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
WTOREK 5.05.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 300 ml (1,7), pasta ryбно-twarogowa 50g (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 ryżowa 300 ml (1,6,8,9), pulpety drobiowo-wieprzowy gotowane w sosie koperkowym 80g/100g (1,3,6,7,8,9,10), buraczki oprószone 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, rukoli i szpinaku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 2119,6, białko ogółem (g) 86,4 g, tłuszcz ogółem (g) 70,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,6, węglowodany ogółem (g) 246,2 w tym cukry proste (g) 32,1, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2276,4
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta ryбно-twarogowa 50g (4,7) na sałacie, blok drobiowy 30g (1,10), pomidor 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 szynką gotowaną (1,10)	Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), klopsik drobiowo-wieprzowy duszony 80g (1,3,6,7,8,9,10), sałatka z buraczków 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem(1,7)	Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), ser żółty 30g (7), sałatka z sałaty, rukoli i 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)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 2143,8, białko ogółem (g) 85,6, tłuszcz ogółem (g) 70,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,6, węglowodany ogółem (g) 253, w tym cukry proste (g) 29,8, błonnik pokarmowy (g) 25,9, sód (mg) 2177,5
	ŚRODA 6.05.2026 r.	1 dieta podstawowa	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), blok szynkowy 50g (1,10) na sałacie, serek twarogowo-jogurtowy 30g (7), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9,10), potrawka z kurczaka 90g/100g (1,6,7,8,9,10), marchewka gotowana z groszkiem oprószone 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, kiełbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150g (1,7)

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
ŚRODA 6.05.2026 r.	2 dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), blok szynkowy 50g (1,10) na sałacie, serek twarogowo-jogurtowy 30g (7), masło 17g (7), chleb mieszany 105g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250ml (1)		Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9,10), potrawka z kurczaka 90g/100g (1,6,7,8,9,10), marchewka gotowana oprószana 100g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Salatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, kiełbasa szynkowa 30g (1,10), masło 17g (7), chleb mieszany 105g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1891,7, białko ogółem (g) 86,7, tłuszcz ogółem (g) , w tym 72,7 kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32, węglowodany ogółem (g) 260,8, w tym cukry proste (g) 32,6, błonnik pokarmowy (g) 24,5, sód (mg) 2280,3
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), blok szynkowy 50g (1,10) na sałacie, serek twarogowo-jogurtowy 30g (7), masło 17g (7), chleb mieszany 105g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9,10), potrawka z kurczaka 90g/100g (1,6,7,8,9,10), marchewka gotowana oprószana 100g (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, kiełbasa szynkowa 30g (1,10), masło 17g (7), chleb mieszany 105g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1816,9, białko ogółem (g) 65,5, tłuszcz ogółem (g) 54,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 24,5, węglowodany ogółem (g) 261,1, w tym cukry proste (g) 31,9, błonnik pokarmowy (g) 22,8, sód (mg) 2129,3
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Blok szynkowy 50g (1,10) na sałacie, serek twarogowo-jogurtowy 30g (7), sałatka z świeżego ogórka 50g, masło 17g (7), chleb razowy 80g (1), chleb mieszany 35g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)	Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9,10), kurczak gotowany 90g (1,6,7,8,9,10), marchewka gotowana z groszkiem 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (7)	Salatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, kiełbasa szynkowa 30g (1,10), masło 17g (7), chleb razowy 80g (1) chleb mieszany 35g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1897,4, białko ogółem (g) 75,5, tłuszcz ogółem (g) 64, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,6 węglowodany ogółem (g) 236,4, w tym cukry proste (g) 25,05, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2015,7

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
CZWARTEK 7.05.2026 r.	1 podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), serek grani 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10), pomidor 50g, masło 17g (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), gulasz duszony ze schabu 190g (1,6,7,8,9), sałata z jogurtem greckim 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), twaróg krajanka 30g (7), sałatka z sałaty, rzodkiewki, roszponki 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)	Pomarańcza 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2195, białko ogółem (g) 89,7, tłuszcz ogółem (g) 75,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,4, węglowodany ogółem (g) 238,3, w tym cukry proste (g) 31,6, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2400,2
	2 łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), serek grani 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Krupnik 300 ml (1,6,8,9), gulasz duszony ze schabu 190g (1,6,7,8,9), sałata z jogurtem greckim 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), twaróg krajanka 30g (7), sałatka z sałaty, roszponki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Pomarańcza 100g	Wartość energetyczna (kcal) 1946,4, białko ogółem (g) 79, tłuszcz ogółem (g) 65,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32, węglowodany ogółem (g) 245,1, w tym cukry proste (g) 31,6, błonnik pokarmowy (g) 25,4 sód (mg) 2456,3
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), serek grani 150g (7), blok drobiowy 30g, pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Krupnik 300 ml (1,6,8,9), gulasz gotowany ze schabu 190g (1,6,7,8,9), szpinak oprószany 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), twaróg krajanka 30g (7), sałatka z sałaty, roszponki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 1946,4, białko ogółem (g) 79, tłuszcz ogółem (g) 65,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28, węglowodany ogółem (g) 245,1, w tym cukry proste (g) 31,4 błonnik pokarmowy (g) 23,8, sód (mg) 2456,3 12

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
CZWARTEK 7.05.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Serek grani 150g (7), blok drobiowy 30g, 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 (1)	Kanapka wiosenna z kielbasą szynkową (1,10)	Krupnik 300 ml (1,6,8,9), zraz zawijany duszony (1,6,7,8,9,10), sałata z jogurtem greckim 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Szynka gotowana 50g (1,10), twaróg krajanka 30g (7), sałatka z sałaty, rzodkiewki, roszponki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g, herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Pomarańcza 100g	Wartość energetyczna (kcal) 1944,2, białko ogółem (g) 80,6, tłuszcz ogółem (g) 73,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,1, węglowodany ogółem (g) 247,3, w tym cukry proste (g) 29,1, błonnik pokarmowy (g) 25,3 sól (mg) 2231,6

Alergeny występujące w posiłkach

Alergen nr 1 - Mąki zawierające gluten tj. z pszenicy, żyta, jęczmienia, owsa, orkisz 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