

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
CZWARTEK 6.08.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100g (7), kielbasa szynkowa 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)		Krupnik 300 ml (1,6,8,9), fasolka po bretońsku z fasolki szparagowej, łopatką wieprzową i kielbasą śląską 200 g (1,6,8,9,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser mozzarella 50 g (1,7), blok drobiowy 30 g (1,10), sałatka włoska z sosem winegret 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)	Owoc 100 g	Wartość energetyczna (kcal) 2100,6, białko ogółem (g) 86,7, tłuszcz ogółem (g) 72,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,6, węglowodany ogółem (g) 265,1, w tym cukry proste (g) 49,8, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód(mg) 1876,3
	2 łatwostrawna (D02)	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100g (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)		Krupnik 300 ml (1,6,8,9), gulasz duszony ze schabu 180 g (1,6,8,9), buraczki oprószane 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser mozzarella 50 g (1,7), blok drobiowy 30 g (1,10), sałatka włoska z sosem winegret 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) 1895,2, białko ogółem (g) 76,3, tłuszcz ogółem (g) 68,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,3, węglowodany ogółem (g) 248,02, w tym cukry proste (g) 41,8, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 1823,5
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100g (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)		Krupnik 300 ml (1,6,8,9), gulasz gotowany ze schabu 180 g (1,6,7,8,9), buraczki oprószane 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Blok drobiowy 50 g (1,10), miód 25 g, sałatka włoska z sosem winegret 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) 2011,7, białko ogółem (g) 76,1, tłuszcz ogółem (g) 60,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,8, węglowodany ogółem (g) 303,2, w tym cukry proste (g) 45,5, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sód (mg) 1987,8

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
CZWARTEK 6.08.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Serek kanapkowy naturalny 150 g (7), kielbasa szynkowa 30 g (1,10) na sałacie, ogórek świeży 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 szynką gotowaną (1,7,10)	Krupnik 300 ml (1,6,8,9), zrazy zawijane duszone 90 g (1,6,8,9,10), sałatka z buraczków 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Ser mozzarella 50 g (1,7), blok drobiowy 30 g (1,10), sałatka włoska z sosem winegret 50 g (7), 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) 2060,1, białko ogółem (g) 76,6, tłuszcz ogółem (g) 66,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,5, węglowodany ogółem (g) 254,1, w tym cukry proste (g) 35,9, błonnik pokarmowy (g) 25,4 sód (mg) 2523,9
	1 podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa marchwiowa 300 ml (1,6,7,8,9), ryż na mleku z sosem owocowym 380 g (1,7), napar herbaciany 250ml (1)		Ryba w galarecie 150 g (1,4,6,8,9,10), ser topiony zegarki 18 g (1,7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g (1,7), 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) 1942,3, białko ogółem (g) 78,8, tłuszcz ogółem (g) 70,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,4, węglowodany ogółem (g) 253,2, w tym cukry proste (g) 43,9, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2298,02
	2 łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa marchwiowa 300 ml (1,6,7,8,9), ryż na mleku z sosem owocowym 380 g (1,7), napar herbaciany 250ml (1)		Ryba w galarecie 150 g (1,4,6,8,9,10), ser topiony zegarki 18 g (1,7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50 g (1,7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1928, białko ogółem (g) 74,6, tłuszcz ogółem (g) 65,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,4, węglowodany ogółem (g) 250,1, w tym cukry proste (g) 43,3, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2276,4
PIĄTEK 7.08.2026 r.								

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
PIĄTEK 7.08.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta z białek jaj 50 g (3,7) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa marchwiowa 300 ml (1,6,7,8,9), ryż na mleku z musem jabłkowym 350 g (1,7), napar herbaciany 250ml (1)		Ryba w galarecie 150 g (1,4,6,8,9,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1941,1, białko ogółem (g) 75,9, tłuszcz ogółem (g) 64,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,3, węglowodany ogółem (g) 247,5, w tym cukry proste (g) 48,2, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2172,3
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Twaróg 50 g (7) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10), papryka czerwona 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 marchwiowa 300 ml (1,6,7,8,9), kotlety jajeczne parowane 90 g (1,3,6,7,8,9), surówka z kiszanej kapusty 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Ryba w galarecie 150 g (1,4,6,8,9,10), ser topiony zegarki 18 g (1,7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50 g (1,7), 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) 2051,3, białko ogółem (g) 87,8, tłuszcz ogółem (g) 70,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,8, węglowodany ogółem (g) 245,9, w tym cukry proste (g) 32,08, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2004,3
	1 podstawowa (D01)	Ryż na mleku 300 ml (7), serek twarogowy ziarnisty 150 g (7), kiełbasa szynkowa 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 ziemniaczana z pietruszką 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)		Szynka gotowana 50 g (1,10), twaróg krajanka 30 g (7), sałatka z sałaty, rukoli 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)	Kisiel z jabłkiem 150 g	Wartość energetyczna (kcal) 1980,9, białko ogółem (g) 83,6, tłuszcz ogółem (g) 69,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,5, węglowodany ogółem (g) 239,4 w tym cukry proste (g) 30,6, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2184,05
SOBOTA 8.08.2026 r.								

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
SOBOTA 8.08.2026 r.	2 łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku 300 ml (7), serek twarogowy ziarnisty 150 g (7), kiełbasa szynkowa 30 g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290 g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250 g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50 g (1,10), twaróg krajanka 30 g (7), sałatka z sałaty, rukoli i szpinaku z sosem winegret 25 g, 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) 1913,6, białko ogółem (g) 73,6, tłuszcz ogółem (g) 70,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,5, węglowodany ogółem (g) 236,1, w tym cukry proste (g) 29,8, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2202,8
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku 300 ml (7), serek twarogowy ziarnisty 150 g (7), kiełbasa szynkowa 30 g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy gotowany w jarzynach 290 g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250 g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50 g (1,10), twaróg krajanka 30 g (7), sałatka z sałaty, rukoli i szpinaku z sosem winegret 25 g, 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) 1922, białko ogółem (g) 77,2, tłuszcz ogółem (g) 60,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 24,5, węglowodany ogółem (g) 237,6, w tym cukry proste (g) 31,3, błonnik pokarmowy (g) 24,6, sód (mg) 2223,7
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Serek twarogowy ziarnisty 150 g (7), kiełbasa szynkowa 30 g (1,10) na sałacie, ogórek kiszony 50 g (10), 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 (1,7,10)	Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), kotlet mielony duszony 90 g (1,3,6,8,9), surówka z kiszonej kapusty 100 g (10), 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, rukoli 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 (1)	Kisiel z jabłkiem 150 g	Wartość energetyczna (kcal) 1973,5, białko ogółem (g) 81,5, tłuszcz ogółem (g) 66,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,4, węglowodany ogółem (g) 244,1, w tym cukry proste (g) 27,4, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 2121,8

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
NIEDZIELA 9.08.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Serdelka na gorąco 80 g (1,10), ser topiony 30 g (7), pomidor 50 g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Rosół z makaronem 300 ml (1,3,6,8,9), kotlet drobiowy smażony 100 g (1,3,6,7,8,9,10), marchewka gotowana z fasolką szparagową 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1),		Ser mozzarella 50 g (1,7), blok drobiowy 30 g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix i natki pietruszki z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1922,7, białko ogółem (g) 92,3, tłuszcz ogółem (g) 68,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,1, węglowodany ogółem (g) 229,6, w tym cukry proste (g) 22,7, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2193,4
	2 łatwostrawna (D02)	Serdelka na gorąco 80 g (1,10), ser topiony 30 g (7), pomidor 50 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Rosół z makaronem 300 ml (1,3,6,8,9), fileć drobiowy duszony w sosie 90 g/100 g sos (1,6,8,9), marchewka gotowana z fasolką szparagową 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1),		Ser mozzarella 50 g (1,7), blok drobiowy 30 g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix 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 naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1974,3, białko ogółem (g) 84,3, tłuszcz ogółem (g) 70,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,4, węglowodany ogółem (g) 247,3 w tym cukry proste (g) 22,3, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2052,9
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Serdelka na gorąco 80 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 z mlekiem 250 ml (1,7)		Rosół z makaronem 300 ml (1,3,6,8,9), fileć drobiowy gotowany w sosie 90 g/100 g sos (1,6,7,8,9), marchewka oprószana 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1),		Blok drobiowy 50 g (1,10), dzem 25 g (7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1862,4, białko ogółem (g) 77,2, tłuszcz ogółem (g) 60,0, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 239,6, węglowodany ogółem (g) 219,4, w tym cukry proste (g) 32,9, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2005,4

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
NIEDZIELA 9.08.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Serdelka na gorąco 80 g (1,10), ser topiony 30 g (7), pomidor 50 g na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Kanapka wiosenna z jakim (1,3,7)	Rosół z makaronem 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy duszony 90 g (1,6,8,9), marchewka z fasolka szparagową z wody 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Ser mozzarella 50 g (1,7), blok drobiowy 30 g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix i natki pietruszki z sosem winegret 25, 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) 2070,2, białko ogółem (g) 84,7, tłuszcz ogółem (g) 69,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 25,3, węglowodany ogółem (g) 257,8, w tym cukry proste (g) 33,3, błonnik pokarmowy (g) 25,4, sód (mg) 1950,07
	1 podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta twarogowa z koperkiem 50 g (7) 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 250ml (1)		Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9), makaron gotowany ze szpinakiem 250 g (1,3,6,7,8,9), pulpet drobiowy gotowany w sosie śmietanowym 90 g/100 g sos (1,6,7,8,9), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9), ser żółty 30 g (1,7), sałatka z sałaty i natki pietruszki z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Galaretka owocowa 150g (1,10)	Wartość energetyczna (kcal) 2012,2, białko ogółem (g) 94,7, tłuszcz ogółem (g) 70,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,3, węglowodany ogółem (g) 243,4, w tym cukry proste (g) 31,5, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 1932,4
	2 łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta twarogowa z koperkiem 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 250ml (1)		Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9), makaron gotowany ze szpinakiem 250 g (1,3,6,7,8,9), pulpet drobiowy gotowany w sosie śmietanowym 90 g/100 g sos (1,6,7,8,9), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9), ser żółty 30 g (1,7), sałatka z sałaty 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)	Galaretka owocowa 150g (1,10)	Wartość energetyczna (kcal) 1985,9, białko ogółem (g) 90, tłuszcz ogółem (g) 61,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,4, węglowodany ogółem (g) 250,09, w tym cukry proste (g) 33,1, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 1943,4
PONIEDZIAŁEK 10.08.2026 r.								

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
WTOREK 11.08.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Zacierka na mleku 300ml (1,3,7), kielbasa szynkowa 50g (1,10), ½ jajko gotowane (3) na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa grysikowa 300ml (1,6,8,9), kotlet mielony smażony 90g (1,3,5,6,7,8,9,10), buraczki oprószane 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka norweska z rybą 50g (4), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2184,7, białko ogółem (g) 98,6, tłuszcz ogółem (g) 68,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,6 węglowodany ogółem (g) 253,2, w tym cukry proste (g) 30,9, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 1856,9
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Pasta twarogowa z koperkiem 50 g (7) na sałacie, polędwica sopocka 30 g (1,10), 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 blokiem szynkowym (1,7,10)	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9), pulpet drobiowy gotowany 90 g (1,3,6,8,9), surówka z kapusty białej 100 g (3,7,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9), ser żółty 30 g (1,7), sałatka z sałaty 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)	Galaretka mleczna 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1939,2, białko ogółem (g) 82,4, tłuszcz ogółem (g) 68,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,1, węglowodany ogółem (g) 234,6, w tym cukry proste (g) 28,07, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2226,09
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta twarogowa z koperkiem 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 250ml (1)		Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9), makaron gotowany ze szpinakiem 250 g (1,3,6,7,8,9), pulpet drobiowy gotowany w sosie śmietanowym 90 g/100 g sos (1,6,7,8,9), ,napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9), miód 25 g, sałatka z sałaty 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)	Galaretka owocowa 150g (1,10)	Wartość energetyczna (kcal) 1944,3, białko ogółem (g) 80,7, tłuszcz ogółem (g) 56,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,3, węglowodany ogółem (g) 264,2 w tym cukry proste (g) 29,8, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 1760,1
PONIEDZIAŁEK 10.08.2026 r.								

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
WTOREK 11.08.2026 r.	2 łatwostrawna (D02)	Zacierka na mleku 300ml (1,3,7), kielbasa szynkowa 50g (1,10), ½ jajko gotowane (3) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa grysikowa 300ml (1,6,8,9), klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie 90g/100g sos (1,3,6,8,9,10), buraczki oprószane 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka norweska z rybą 50g (4), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2251,4, białko ogółem (g) 84,4, tłuszcz ogółem (g) 70,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,2, węglowodany ogółem (g) 257,7, w tym cukry proste (g) 30,05, błonnik pokarmowy (g) 25,0 sód (mg) 1870,4
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Zacierka na mleku 300ml (1,3,7), kielbasa szynkowa 50g (1,10), twaróg krajanka 30g (7) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa grysikowa 300ml (1,6,8,9), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany w sosie 90g/100g sos (1,3,6,7,8,9,10), buraczki oprószane 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka norweska z rybą 50g (4), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2170 białko ogółem (g) 82,8, tłuszcz ogółem (g) 59,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,1, węglowodany ogółem (g) 262,2, w tym cukry proste (g) 31,7, błonnik pokarmowy (g) 24,7, sód (mg) 1920,3
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Kielbasa szynkowa 50g (1,10), ½ jajko gotowane (3) na sałacie, ogórek świeży 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)	Zupa grysikowa 300ml (1,6,8,9), klopsiki drobiowo-wieprzowy duszony 90g (1,3,5,6,8,9,10), buraczki oprószane 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (7)	Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka norweska z rybą 50g (4), 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) 2048,7, białko ogółem (g) 91,3, tłuszcz ogółem (g) 69,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,7, węglowodany ogółem (g) 265,9, w tym cukry proste (g) 22,5, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2114,4

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
ŚRODA 12.08.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), serek naturalny grani 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa koperkowa 300ml (1,6,7,8,9,10), ćwiartki drobiowe duszone w sosie 120g/100g sos (1,6,7,8,9,10), marchewka z fasolką szparagowa i kalaflorem oprószane 100g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Salatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2024,2; białko ogółem (g) 93,4, tłuszcz ogółem (g) 70,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,4, węglowodany ogółem (g) 249,2, w tym cukry proste (g) 29,9, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 2022,71
	2 latwostrawna (D02)	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), serek naturalny 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)		Zupa koperkowa 300ml (1,6,7,8,9,10), ćwiartki drobiowe duszone w sosie 120g/100g sos (1,6,7,8,9,10), marchewka z fasolką szparagowa i kalaflorem oprószane 100g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Salatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1972,1; białko ogółem (g) 82,5, tłuszcz ogółem (g) 69,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,1, węglowodany ogółem (g) 253,7, w tym cukry proste (g) 29,3, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sód (mg) 2052,7
	3 dieta latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Kaszka manna na mleku 300ml (1,7), serek naturalny grani 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10), pomidor b/s 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa koperkowa 300ml (1,6,7,8,9,10), ćwiartki drobiowe gotowane w sosie 120g/100g sos (1,6,7,8,9,10), marchewka 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, 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) 1918,2; białko ogółem (g) 80,7, tłuszcz ogółem (g) 63,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 26, węglowodany ogółem (g) 259,8, w tym cukry proste (g) 31,8, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2453,5

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
CZWARTEK 13.08.2026 r.	ŚRODA 12.08.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Serek naturalny grani 150g (7), blok drobiowy 30g (1,10) na sałacie, papryka czerwona 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Kanapka wiosenna z szynką gotowaną (1,7,10)	Zupa koperkowa 300ml (1,6,7,8,9,10), ćwiartki drobiowe duszone 120g (1,6,7,8,9,10), marchewka z fasolką szparagowa i kalafiozem z wody, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Salatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2227,9, białko ogółem (g) 93,2, tłuszcz ogółem (g) 66,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,8, węglowodany ogółem (g) 232,2, w tym cukry proste (g) 33,3, błonnik pokarmowy (g) 25,5, sód (mg) 1861,1
	1 podstawowa (D01)	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), kielbasa szynkowa 50g (1,10), twaróg z koperkiem 30g (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)		Krupnik 300ml (1,6,8,9), schab duszony w sosie 80g/100g sos (1,6,7,8,9), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Paszтет pieczony 50g (1,6,8,9), ser żółty 30g (1,7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g (1,7), 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) 2121,5, białko ogółem (g) 84, tłuszcz ogółem (g) 67,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,7, węglowodany ogółem (g) 233,2, w tym cukry proste (g) 33,5, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2015,2	
	2 łatwostrawna (D02)	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), kielbasa szynkowa 50g (1,10), twaróg z koperkiem 30g (7) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Krupnik 300ml (1,6,8,9), schab duszony w sosie 80g/100g sos (1,6,7,8,9), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Paszтет pieczony 50g (1,6,8,9), ser żółty 30g (1,7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g (1,7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2075,5, białko ogółem (g) 80,7, tłuszcz ogółem (g) 66,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,6, węglowodany ogółem (g) 254,7, w tym cukry proste (g) 34,3, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2053,5	

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
CZWARTEK 13.08.2026 r.	3 dieta łatwowstrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Makaron na mleku 300ml (1,3,7), kielbasa szynkowa 50g (1,10), twaróg z koperkiem 30g (7) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Krupnik 300ml (1,6,8,9), schab duszony w sosie 80g/100g sos (1,6,7,8,9), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Pasztet pieczony 50g (1,6,8,9), ser żółty 30g (1,7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 1966,4, białko ogółem (g) 76,7 g, tłuszcz ogółem (g) 57,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,5, węglowodany ogółem (g) 270,02, w tym cukry proste (g) 35,2, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2061,1
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Kielbasa szynkowa 50g (1,10), twaróg z koperkiem 30g (7) na sałacie, rzodkiewka 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 żółtym serem (1,7)	Krupnik 300ml (1,6,8,9), schab duszony 80g/100g (1,6,8,9), sałata z jogurtem 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem(1,7)	Pasztet pieczony 50g (1,6,8,9), ser żółty 30g (1,7), sałatka śródziemnomorska z sosem winegret 50g (1,7), 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) 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
PIĄTEK 14.08.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), serek kanapkowy naturalny 150g (7), polędwica sopocka 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa makaronowa 300ml (1,3,6,8,9), ryba smażona w cieście 100g (1,3,4,5,6,7,8,9,10), surowka z kiszzonej kapusty 100g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Kurczak w galarecie 150g (1,6,8,9,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 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)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 1890,1, białko ogółem (g) 88,5, tłuszcz ogółem (g) 70,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,2, węglowodany ogółem (g) 232,5, w tym cukry proste (g) 37,7, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 2105,9

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
PIĄTEK 14.08.2026 r.	2 łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), serek kanapkowy naturalny 150g (7), poledwica sopocka 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa makaronowa 300ml (1,3,6,8,9), pulpety rybne gotowane w sosie koperkowym 90g/100g sos (1,3,4,5,6,7,8,9,10), surówka z tartej marchewki i jabłka 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Kurczak w galarecie 150g (1,6,8,9,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 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)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 1913,9, białko ogółem (g) 98,5, tłuszcz ogółem (g) 70,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,5, węglowodany ogółem (g) 210,4, w tym cukry proste (g) 41,06, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 1928,8
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), serek kanapkowy naturalny 150g (7), poledwica sopocka 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa makaronowa 300ml (1,3,6,8,9), pulpety rybne gotowane w sosie koperkowym 90g/100g sos (1,3,4,5,6,7,8,9,10), marchewka oprószana 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)		Kurczak w galarecie 150g (1,6,8,9,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 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)	Owoc 100g	Wartość energetyczna (kcal) 1966,7, białko ogółem (g) 98,9, tłuszcz ogółem (g) 68,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 26,3, węglowodany ogółem (g) 233,4, w tym cukry proste (g) 40,5, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2058,59
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Serek kanapkowy naturalny 150g (7), poledwica sopocka 30g (1,10) na sałacie, ogórek kiszony 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 jajkiem (1,3,7)	Zupa makaronowa 300ml (1,3,6,8,9), ryba smażona w cieście 100g (1,3,4,5,6,7,8,9,10), surówka z kiszanej kapusty 100g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (7)	Kurczak w galarecie 150g (1,6,8,9,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 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)	Owoc 100g	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	Posilek nocny	SUMA
SOBOTA 15.08.2026 r.	1 podstawowa (D01)	Ryż na mleku 300ml (1,7), pasta z jaj 50g (3,7) na sałacie, twaróg krajanka 30g (7), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z pietruszką (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Ser typu włoskiego 50g (7), blok drobiowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, rukoli, 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)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1891,9, białko ogółem (g) 80,2, tłuszcz ogółem (g) 63,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 24,7, węglowodany ogółem (g) 235,1, w tym cukry proste (g) 24,8, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 1858,08
	2 łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku 300ml (1,7), pasta z jaj 50g (3,7) na sałacie, twaróg krajanka 30g (7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z pietruszką (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Ser typu włoskiego 50g (7), blok drobiowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, rukoli, 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)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1953,4, białko ogółem (g) 76,4, tłuszcz ogółem (g) 64,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 21,9, węglowodany ogółem (g) 232,8, w tym cukry proste (g) 23,2, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 1883,6
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku 300ml (1,7), pasta z białek jaj 50g (3,7) na sałacie, twaróg krajanka 30g (7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z pietruszką (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)		Ser typu włoskiego 50g (7), blok drobiowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, rukoli, 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)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1860,9, białko ogółem (g) 75,6, tłuszcz ogółem (g) 66,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,8, węglowodany ogółem (g) 234,8, w tym cukry proste (g) 25,1, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 1916,4

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
SOBOTA 15.08.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Pasta z jaj 50g (3,7) na sałacie, twaróg krajanka 30g (7), papryka czerwona 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 kiełbasą szynkową (1,7,10)	Zupa ziemniaczana z pietruszką (1,6,7,8,9), stek wieprzowy duszony 90g (1,6,80,9), surówka z jarzyn mieszanych 100g (6,7,8,9,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Ser typu włoskiego 50g (7), blok drobiowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, rukoli, sałaty mix i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g, herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2083,9, białko ogółem (g) 85,5, tłuszcz ogółem (g) 65,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 26,5, węglowodany ogółem (g) 270,3, w tym cukry proste (g) 28,3, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2346,3

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

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