

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
ŚRODA 08.04.2026 r.	1 podstawowa	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie, blok drobiowy 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 grysikowa 300 ml (1,6,8,9), klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie własnym 190g (1,3,6,8,9), sałatka z buraczków i jabłka 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 80 g (1,10), ser topiony „zegarki” 18 g (1,7), sałatka z sałaty, sałaty mix, rukoli 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)	Budyń 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2385.9, białko ogółem (g) 88.8, tłuszcz ogółem (g) 78, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 37.3, węglowodany ogółem (g) 255.7, w tym cukry proste (g) 38, błonnik pokarmowy (g) 23.7, sód 2408.1 (mg)
	2 łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), pasta z jaj 50 g (3,7) 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 grysikowa 300 ml (1,6,8,9), klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie własnym 190g (1,3,6,8,9), sałatka z buraczków i jabłka 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 80 g (1,10), ser topiony „zegarki” 18 g (1,7), sałatka z sałaty, sałaty mix, rukoli 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)	Budyń 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2065, białko ogółem (g) 87,1, tłuszcz ogółem (g) 83,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,2, węglowodany ogółem (g) 249,7, w tym cukry proste (g) 36,7, błonnik pokarmowy (g) 21,4, sód (mg) 2516,1
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), pasta z białek jaj 50 g (3,7) 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 grysikowa 300 ml (1,6,8,9), pulpety drobiowo-wieprzowe gotowane w sosie koperkowym 190g (1,3,6,7,8,9), sałatka z buraczków i jabłka 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 80 g (1,10), twaróg krajanka 30g (1,7), sałatka z sałaty, sałaty mix, rukoli 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)	Budyń 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2050, białko ogółem (g) 91,6, tłuszcz ogółem (g) 56, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 22,96, węglowodany ogółem (g) 252,6, w tym cukry proste (g) 40,6, błonnik pokarmowy (g) 24,1, sód (mg) 2325

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
CZWARTEK 09.04.2026 r.	ŚRODA 08.04.2026 r. 4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie, blok drobiowy 30 g (1,10), 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 szynką gotowaną (1,10)	Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), klopsik drobiowo-wieprzowy duszony (1,3,6,8,9), sałatka z buraczków i jabłka 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Parówka delikatesowa na gorąco 80 g (1,10), ser topiony „zegarki” 18 g (1,7), sałatka z sałaty, sałaty mix, rukoli 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	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 2232,5, białko ogółem (g) 94,8, tłuszcz ogółem (g) 75,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27, węglowodany ogółem (g) 260,1, w tym cukry proste (g) 23,1, błonnik pokarmowy (g) 26,9, sód (mg) 2231
	1 dieta podstawowa	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), kielbasa szynkowa 50 g (1,10), dżem 25 g, sałatka z sałaty, pomidora i roszponki z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa szpinakowa 300 ml (1,6,7,8,9), potrawka z kurczaka 190g (1,6,7,8,9), marchewka z groszkiem oprószana 100g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250 g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Sałatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 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)	Wartość energetyczna (kcal) 2134,4, białko ogółem (g) 81,2, tłuszcz ogółem (g) 69,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,2, węglowodany ogółem (g) 302,6, w tym cukry proste (g) 32,3, błonnik pokarmowy (g) 24,7, sód (mg) 2078,3
	2 dieta łatwostrawna	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), kielbasa szynkowa 50 g (1,10), dżem 25 g, sałatka z sałaty, pomidora i roszponki z sosem winegret 50g, 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), potrawka z kurczaka 190g (1,6,7,8,9), marchewka oprószana (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250 g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Sałatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2045, białko ogółem (g) 71,5, tłuszcz ogółem (g) 70,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,2, węglowodany ogółem (g) 258,7, w tym cukry proste (g) 34,1, błonnik pokarmowy (g) 24,1, sód (mg) 2140

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
CZWARTEK 09.04.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), kielbasa szynkowa 50g (1,10), dżem 25 g, sałatka z sałaty i roszponki z sosem winegret 25, 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), potrawka z kurczaka 190g (1,6,7,8,9), marchewka oprószana (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250 g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Sałatka jarzynowa z białkiem 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2045, białko ogółem (g) 69,8, tłuszcz ogółem (g) 59,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31, węglowodany ogółem (g) 250,3, w tym cukry proste (g) 31,6, błonnik pokarmowy (g) 24,2, sód (mg) 2073,4
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kielbasa szynkowa 50g (1,10), ser żółty 30 g (1,7), papryka czerwona 50 g na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)	Zupa szpinakowa 300 ml (1,6,7,8,9), kurczak gotowany 90 g (1,6,8,9), marchew gotowana z groszkiem 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Sałatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 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)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2068,4, białko ogółem (g) 70,3, tłuszcz ogółem (g) 67,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30, węglowodany ogółem (g) 262,9, w tym cukry proste (g) 30,8, błonnik pokarmowy (g) 28, sód (mg) 2490
PIĄTEK 10.04.2026 r.	1 dieta podstawowa	Ryż na mleku 300ml (1,7), pasta z twarogu i chrzanu 50g (1,7) na sałacie, miód 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1,7)		Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), ryba smażona w cieście 100g (1,3,4,7), surówka z kapusty białej i pora 100 g (3,7,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa 80g (1,10), ser topiony „zegarki” 18g (1,7), surówka z białej rzodkiewki i ogórka kiszzonego 50g (10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Mandarynka 80g	Wartość energetyczna (kcal) 2081, białko ogółem (g) 79,8, tłuszcz ogółem (g) 76, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,2, węglowodany ogółem (g) 251,8, w tym cukry proste (g) 32,3, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2463,3



		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
SOBOTA 11.04.2026 r.	1 podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), blok szynkowy 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 ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1),		Ser żółty 50g (1,7), kielbasa szynkowa 30g (1,10), sałatka z sałaty, roszonek 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)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 2022,4, białko ogółem (g) 75,1, tłuszcz ogółem (g) 71,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35,3, węglowodany ogółem (g) 232, w tym cukry proste (g) 27,6, błonnik pokarmowy (g) 23,9, sód (mg) 2226,1
	2 łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), blok szynkowy 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 ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Ser żółty 50g (1,7), kielbasa szynkowa 30g (1,10), sałatka z sałaty, roszonek i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 2006,5, białko ogółem (g) 74,9, tłuszcz ogółem (g) 71,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35,9, węglowodany ogółem (g) 236,9, w tym cukry proste (g) 32, błonnik pokarmowy (g) 23,1, sód (mg) 1806,4
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany 100g (1,7), blok szynkowy 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy gotowany w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1,9),		Kielbasa szynkowa 50g (1,10), dżem 25g, sałatka z sałaty roszonek i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 2005,1, białko ogółem (g) 64,5, tłuszcz ogółem (g) 58,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,9, węglowodany ogółem (g) 234, w tym cukry proste (g) 38,9, błonnik pokarmowy (g) 23,4, sód (mg) 1869,3

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
SOBOTA 11.04.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Blok szynkowy 50g (1,10), ½ jajko gotowane (3) na sałacie, sałatka z ogórka świeżego 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 serem żółtym (1,7)	Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), stek wieprzowy 90 g (1,6,8,9), surówka z jarzyn mieszanych 100g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Ser żółty 50g (1,7), kiełbasa szynkowa 30g (1,10), sałatka z sałaty, roszponki i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 2005,7, białko ogółem (g) 71, tłuszcz ogółem (g) 67,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 39,4, węglowodany ogółem (g) 245,2, w tym cukry proste (g) 29,5, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2197,3
	1 dieta podstawowa	Serdelka na gorąco 90g (1,10), ser topiony 30g (1,7), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7)		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9,10), kotlet drobiowy smażony 100g (1,3,6,8,9), surówka z kapusty pekińskiej 100g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Twaróg 50g (1,7), blok drobiowy 30g (1,10), surówka z selera naciowego, ogórka kiszzonego i jabłka 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 (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2089,9, białko ogółem (g) 72,3, tłuszcz ogółem (g) 73,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 24,9, węglowodany ogółem (g) 262,6, w tym cukry proste (g) 48,6, błonnik pokarmowy (g) 25, sód (mg) 2374,9
	2 dieta łatwostrawna	Serdelka na gorąco 90g (1,10), ser topiony 30g (1,7), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7)		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9,10), filet drobiowy duszony w sosie własnym 190g (1,6,7,8,9), marchewka gotowana z kalafiorom i brokułem 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Twaróg 50g (1,7), blok drobiowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, rukoli, sałaty mix z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2367,7, białko ogółem (g) 83,5, tłuszcz ogółem (g) 78, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 38,9, węglowodany ogółem (g) 278,8, w tym cukry proste (g) 35,6, błonnik pokarmowy (g) 22,1, sód (mg) 2394,1

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
NIEDZIELA 12.03.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Serdelka na gorąco 90g (1,10), miód 25g, sałatka z sałaty, natki pietruszki z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7)		Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy gotowany w sosie śmietanowym 190g (1,6,7,8,9), marchew oprószana 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Twaróg 50g (1,7), blok drobiowy 30g (1,10), sałatka z sałaty, rukoli, sałaty mix z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150g (17)	Wartość energetyczna (kcal) 2132,3, białko ogółem (g) 83 g, tłuszcz ogółem (g) 75,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,4, węglowodany ogółem (g) 264, 7 w tym cukry proste (g) 46,2, błonnik pokarmowy (g) 23,9, sód (mg) 2148,5
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Serdelka na gorąco 90 g (1,10), ser topiony 30 g (1,7), 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 (1)	kanapka wiosenna z blokiem drobiowym (1,10)	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9,10), filet drobiowy duszony 90g (1,6,7,8,9), marchewka gotowana z kalafiozem i brokułem 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Twaróg 50g (1,7), blok drobiowy 30g (1,10), 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) 2104,4, białko ogółem (g) 78, tłuszcz ogółem (g) 67,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,2, węglowodany ogółem (g) 261,5, w tym cukry proste (g) 27,1, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2104,1
PONIEDZIAŁEK 13.04.2026 r.	1 dieta podstawowa	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50g (3,7) na sałacie, dżem 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1,7)		Zupa szpinakowa 300 ml (1,6,7,8,9), risotto z jarzynami i mięsem z sosem pomidorowym z soją 350g (1,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9) ser topiony „zegarki” 18g (1,7), sałatka z sałaty, szpinaku, roszponki i koperku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Pomarańcza 100 g	Wartość energetyczna (kcal) 2263,6, białko ogółem (g) 72,3, tłuszcz ogółem (g) 71,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,6, węglowodany ogółem (g) 298,4, w tym cukry proste (g) 46,4, błonnik pokarmowy (g) 23,6, sód (mg) 1827,5



		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
WTOREK 14.04.2026 r.	1 podstawowa	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), serek śniadaniowy naturalny 150g (1,7), blok drobiowy 30g (1,10), pomidor 50 g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), siekane kotlety drobiowe smażone 100g (1,3,6,8,9), buraczki z chrzanem 100 g (10), ziemniak gotowane i z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50 g (1,10), twaróg 30 g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix, rukoli 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)	Kisiel z jabłkiem 150 g	Wartość energetyczna (kcal) 2059,8, białko ogółem (g) 88,7, tłuszcz ogółem (g) 74.5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 34.7, węglowodany ogółem (g) 242.2, w tym cukry proste (g) 37.4, błonnik pokarmowy (g) 25.1, sód (mg) 2367.5
	2 łatwostrawna	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), serek śniadaniowy naturalny 150g (1,7), blok drobiowy 30g (1,10), pomidor 50 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), klopsiki drobiowo-wieprzowy duszony w sosie własnym 190g (1,3,6,8,9), buraczki oprószone 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50 g (1,10), twaróg 30 g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix, rukoli i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150 g	Wartość energetyczna (kcal) 2019,4, białko ogółem (g) 82,7, tłuszcz ogółem (g) 76,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35,9, węglowodany ogółem (g) 244,9, w tym cukry proste (g) 31,9, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 1921
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), serek śniadaniowy naturalny 150g (1,7), blok drobiowy 30g (1,10) na safacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), galantyna drobiowo-wieprzowa gotowana w sosie białym 190 g (1,3,6,7,8,9), buraczki oprószone 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50 g (1,10), miód 25g, sałatka z sałaty, sałaty mix, rukoli 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)	Kisiel z jabłkiem	Wartość energetyczna (kcal) 2063,3, białko ogółem (g) 80,7, tłuszcz ogółem (g) 64,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 21,8 węglowodany ogółem (g) 249,1, w tym cukry proste (g) 32,5, błonnik pokarmowy (g) 23,8, sód (mg) 1771,3

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
WTOREK 14.04.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Serek śniadaniowy naturalny 150g (1,7), 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	kanapka wiosenna z blokiem szynkowym (1,10)	Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), klopsik drobiowo-wieprzowy duszony 90g (1,3,6,8,9), sałatka z buraczków 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 30 g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix, rukoli i natki pietruszki z sosem winegret 25g, - masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Kisiel z jabłkiem 150 g	Wartość energetyczna (kcal) 2074,8, białko ogółem (g) 73,3, tłuszcz ogółem (g) 73,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,8, węglowodany ogółem (g) 251,4, w tym cukry proste (g) 21,8, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 2033,1	
	ŚRODA 15.04.2026 r.	1 dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), kiełbasa szynkowa 50 g (1,10), ser topiony 30g (1,7), sałatka z sałaty, rozponki i koperku 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)		Zupa ziemniaczana z zacierką 300 ml (1,6,7,9,10), ćwiartka drobiowa duszona w sosie własnym 220g (1,6,7,8,9,10), marchewka gotowana z kalafiorom i fasolką szparagową (7) 100g, ryż biały gotowany na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Sałatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, parówka delikatesowa na gorąco 80g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2279,5, białko ogółem (g) 101,5, tłuszcz ogółem (g) 75,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,7, węglowodany ogółem (g) 235,4, w tym cukry proste (g) 23,9, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 2231,8
		2 dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), kiełbasa szynkowa 50 g (1,10), ser topiony 30g (1,7), sałatka z sałaty, rozponki i koperku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z zacierką 300 ml (1,6,7,9,10), ćwiartka drobiowa duszona w sosie własnym 220g (1,6,7,8,9,10), marchewka gotowana z kalafiorom i fasolką szparagową 100g (7), ryż biały gotowany na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Sałatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, parówka delikatesowa na gorąco 80g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2057,8, białko ogółem (g) 76,1, tłuszcz ogółem (g) 54,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 25,5, węglowodany ogółem (g) 249,9, w tym cukry proste (g) 40,3, błonnik pokarmowy (g) 23,4, sód (mg) 1835,9

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
ŚRODA 15.04.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), kielbasa szynkowa 50 g (1,10), twaróg krajanka 30g (1,7), sałatka z sałaty, roszponki i koperku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z zacierką 300 ml (1,6,7,9,10), ćwiartka drobiowa gotowana w sosie własnym 220g (1,6,7,8,9,10), marchewka oprószana 100g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Sałatka jarzynowa z białkiem 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, parówka delikatesowa na gorąco 80g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2087,8, białko ogółem (g) 64,9 g, tłuszcz ogółem (g) 51,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 19,8, węglowodany ogółem (g) 251,4 w tym cukry proste (g) 35,7, błonnik pokarmowy (g) 23,8, sód (mg) 1835
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kielbasa szynkowa 50 g (1,10), ser żółty 30g (1,7), ogórek świeży 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 70 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)	Zupa ziemniaczana z zacierką 300 ml (1,6,7,9,10), ćwiartka drobiowa duszona 120g (1,6,7,8,9,10), marchewka gotowana z kalafiorem i fasolką szparagową 100g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Sałatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, parówka delikatesowa na gorąco 80g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2011,4, białko ogółem (g) 82,1, tłuszcz ogółem (g) 73,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,7, węglowodany ogółem (g) 242, w tym cukry proste (g) 26,5, błonnik pokarmowy (g) 27, sód (mg) 2143,8
CZWARTEK 16.04.2026 r.	1 dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), twaróg z rzodkiewką 50 g (1,7) na sałacie, miód 25 g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Kapuśniak 300 ml (1,6,8,9,10), schab duszony w sosie własnym 190g (1,6,7,8,9), szpinak oprószany 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Paszтет pieczony 50g (1,10) na sałacie, ser żółty 30 g (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) 1921,8, białko ogółem (g) 78, tłuszcz ogółem (g) 68, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,4 węglowodany ogółem (g) 226,8, w tym cukry proste (g) 28,1, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 1985,2



		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PIĄTEK 17.04.2026 r.	1 podstawowa	Zacierka na mleku 300ml (1,7), jajko gotowane 60g (3) na sałacie, ser topiony 30 g (1,7), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa pejszanka 300 ml (1,6,7,8,9), ryż na mleku z muszem jabłkowym 350g (1,7) napar herbaciany 250ml (1)		Ryba w galarecie 150g (1,4,6,8,9,10), ser topiony „zegarki” 18g (1,7), surówka z selera naciowego, ogórka kiszzonego i jabłka 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) 2149,4, białko ogółem (g) 79,8, tłuszcz ogółem (g) 71,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35,2, węglowodany ogółem (g) 288,1, w tym cukry proste (g) 46,2, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2247,5
	2 łatwostrawna	Zacierka na mleku 300ml (1,7), jajko gotowane 60g (3) na sałacie, ser topiony 30 g (1,7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa marchwiowa 300 ml (1,6,7,8,9), ryż na mleku z muszem jabłkowym 350g (1,7) napar herbaciany 250ml (1)		Ryba w galarecie 150g (1,4,6,8,9,10), ser topiony „zegarki” 18g (1,7), sałatka z sałaty, roszonek i koperku 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) 2042,7, białko ogółem (g) 80,1, tłuszcz ogółem (g) 74,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 38,1, węglowodany ogółem (g) 255,8, w tym cukry proste (g) 19,08, błonnik pokarmowy (g) 23,8 sód (mg) 2140,1
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 300ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100g (1,7), blok szynkowy 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa marchwiowa 300 ml (1,6,7,8,9), ryż na mleku z muszem jabłkowym 350g (1,7) napar herbaciany 250ml (1)		Ryba w galarecie 150g (1,4,6,8,9,10), twarożek 30g (1,7), sałatka z sałaty, roszonek i koperku 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) 2087,3, białko ogółem (g) 80,1, tłuszcz ogółem (g) 43,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 23,1, węglowodany ogółem (g) 256,3, w tym cukry proste (g) 19,87, błonnik pokarmowy (g) 22,1, sód (mg) 2104,4

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PIĄTEK 17.04.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jajko gotowane 60g (3) na sałacie, ser topiony 30 g (7), sałatka z czerwonej papryki 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 twarogiem (1,7)	Zupa marchwiowa 300 ml (1,6,7,8,9), ryba smazona saute 100 g (1,4), surówka z kapusty kiszzonej 100 g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Kurczak w galarecie 150g (1,6,8,9,10), ser topiony „zegarki” 18g (1,7), surówka z selera naciowego, ogórka kiszzonego i jabłka 50g (9,10), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g, herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Jogurt naturalny 150 g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2021,7, białko ogółem (g) 90, tłuszcz ogółem (g) 71,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 39,8, węglowodany ogółem (g) 248,8, w tym cukry proste (g) 19,9, błonnik pokarmowy (g) 25,81 sól (mg) 2134,1

### Alergeny występujące w posiłkach

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

Alergen nr 2 – Skorupiaki i produkty pochodne;

Alergen nr 3 - Jaja i produkty pochodne;

Alergen nr 4 – Ryby i produkty pochodne;

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

Alergen nr 6 – Produkty zawierające soję i produkty pochodne;

Alergen nr 7 – Mleko i produkty pochodne;

Alergen nr 8 – Orzechy;

Alergen nr 9 – Seler i produkty pochodne;

Alergen nr 10 – Gorczyca i produkty pochodne;

Alergen nr 11 – Nasiona sezamu i produkty pochodne;

Alergen nr 12 – Dwutlenek siarki

Alergen nr 13 – Łubin

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