

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PIĄTEK 8.05.2026 r.	1 podstawaowa	Ryż na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie, miód 25g, masło 17g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), ryba smażona w cieście 100 g (1,3,4,7), surówka z kiszanej kapusty 100 g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70 g (1,10), ser mozzarella 30g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix, 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 (1)	Kisiel z jabłkiem 150 g	Wartość energetyczna (kcal) 1957,6, białko ogółem (g) 76,8, tłuszcz ogółem (g) 72,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,4, węglowodany ogółem (g) 2220,2, w tym cukry proste (g) 28,9, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sód (mg) 2148,4
	2 łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie, miód 25 g , masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), kotlet z ryby parowany 90 g (1,3,4,6,7,8,9), sałatka z buraczków gotowanych 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), ser mozzarella 30g (1,7), sałatka z sałaty, sałaty mix, rukoli 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 150g	Wartość energetyczna (kcal) 1929,7, białko ogółem (g) 89,6, tłuszcz ogółem (g) 64,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 34,3, węglowodany ogółem (g) 219,8, w tym cukry proste (g) 30,6, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 1899,7
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 300 ml (1,7), pasta z białek jaj 50 g (3,7) na sałacie, miód 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), pulpety rybne gotowane w sosie koperkowym 190 g (1,3,4,6,7,8,9), sałatka z buraczków gotowanych 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), dżem 25 g, sałatka z sałaty, sałaty mix, rukoli 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 150g	Wartość energetyczna (kcal) 1892,4, białko ogółem (g) 86,3, tłuszcz ogółem (g) 64,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,3, węglowodany ogółem (g) 217,6, w tym cukry proste (g) 35,02, błonnik pokarmowy (g) 24,1, sód (mg) 1845,6

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PIĄTEK 8.05.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie, ser topiony 30 g (1,7), sałatka z czerwonej papryki 50 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)	Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), ryba smazona 100 g (1,3,4,7), surówka z kiszanej kapusty 100 g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), ser mozzarella 30g (1,7), sałatka z sałaty, sałaty mix, rukoli 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	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 1999,8, białko ogółem (g) 102,2, tłuszcz ogółem (g) 72, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 37,6, węglowodany ogółem (g) 202,04, w tym cukry proste (g) 25,09, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2528,9
	1 dieta podstawowa	Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), twaróg 50g (7), blok szynkowy 30 g (1,10), sałatka z sałaty, rzodkiewki 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 ziemniaczana 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)		Kiełbasa szynkowa 50g (1,10), ser żółty 30g (7), sałatka z sałaty, szpinaku 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)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2091,9, białko ogółem (g) 77,8, tłuszcz ogółem (g) 71,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,2, węglowodany ogółem (g) 268,2, w tym cukry proste (g) 32,7, błonnik pokarmowy (g) 23,5, sód (mg) 1883,5
	2 dieta łatwostrawna	Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), twaróg 50g (7), blok szynkowy 30 g (1,10), sałatka z sałaty, roszponki z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana 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)		Kiełbasa szynkowa 50g (1,10), ser żółty 30g (7), sałatka z sałaty, szpinaku i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2178,1, białko ogółem (g) 80, tłuszcz ogółem (g) 71,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,6, węglowodany ogółem (g) 287,6, w tym cukry proste (g) 38,1, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 1770,6

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
SOBOTA 9.05.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), twaróg 50g (7), blok szynkowy 30 g (1,10), sałatka z sałaty, rosłonki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana 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)		Kiełbasa szynkowa 50g (1,10), twaróg krajanka 30g (7), sałatka z sałaty, szpinaku i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2109,9, białko ogółem (g) 80,6, tłuszcz ogółem (g) 63,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,4, węglowodany ogółem (g) 287,7, w tym cukry proste (g) 39,7, błonnik pokarmowy (g) 25, sód (mg) 1770,6
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Twaróg 50g (7), blok szynkowy 30g (1,10), sałatka z rzodkiewki 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 szynką gotowaną (1,10)	Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 300 ml (1,6,7,8,9), kiełbaski rumuńskie 90 g (1,3,6,8,9), surówka z jarzyn mieszanych 100 g (1,6,7,8,9), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Kiełbasa szynkowa 50g (1,10), ser żółty 30g (7), sałatka z sałaty, szpinaku 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 (1)	Pomarańcze 100g	Wartość energetyczna (kcal) 1921, białko ogółem (g) 79,4, tłuszcz ogółem (g) 69,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,1, węglowodany ogółem (g) 239,8, w tym cukry proste (g) 24,6, błonnik pokarmowy (g) 25,6, sód (mg) 2360,2
NIEDZIELA 10.05.2026 r.	1 dieta podstawowa	Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser topiony zegarki 18 g (1,7), pomidor 50 g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Rosół z makaronem 300 ml (1,3,6,8,9,10), kotlet devolay 100 g (1,3,5,6,7,8,9,10), surówka z kapusty pekińskiej 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Blok drobiowy 50g (1,10), serek twarogowo-jogurtowy mini 30 g (1,7), sałatka z sałaty, rukoli, sałaty mix z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 1902,4, białko ogółem (g) 79,6, tłuszcz ogółem (g) 66,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35,3, węglowodany ogółem (g) 217,6, w tym cukry proste (g) 27,1, błonnik pokarmowy (g) 23,8, sód (mg) 2462,8



		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
PONIEDZIAŁEK 11.05.2026 r.	1 podstawaowa	Ryż na mleku 300 ml (1,7), jajko gotowane 60g (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 jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), makaron ze szpinakiem z sosem mięsno-pomidorowym 350g (1,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)10),		Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9), ser żółty 30 g (1,7), surówka z selera naciowego, ogórka kiszzonego i jabłka 50 g (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 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2148,9, białko ogółem (g) 83,5, tłuszcz ogółem (g) 69, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,8, węglowodany ogółem (g) 235,2, w tym cukry proste (g) 27,9, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 1938,2
	2 łatwostrawna	Ryż 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 jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), makaron ze szpinakiem z sosem mięsno-pomidorowym 350g (1,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9), ser żółty 30 g (1,7), sałatka z sałaty, roszponki 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) 1992,5, białko ogółem (g) 83,6, tłuszcz ogółem (g) 70,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,2, węglowodany ogółem (g) , w tym cukry proste (g) 20,9, błonnik pokarmowy (g) 24,5, sód (mg) 1699,4
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100g (7) kielbasa szynkowa 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), makaron ze szpinakiem z sosem mięsnym 350g (1,6,7,8,9,10), jabłko parowane 120g, napar herbaciany 250ml (1),9),		Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9), dżem 25g, 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)	Jogurt owocowy 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1941,5, białko ogółem (g) 75,2, tłuszcz ogółem (g) 56,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 27,2, węglowodany ogółem (g) 266,9, w tym cukry proste (g) 38,02, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 1670,5

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PONIEDZIAŁEK 11.05.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jajko gotowane 60 g (3) na sałacie, kiełbasa szynkowa 30g (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	kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), gołąbki 100g (1,6,7,8,9,10), surówka z tartej marchewki i jabłka 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9), ser żółty 30 g (1,7), surówka z selera naciowego, ogórka kiszzonego i jabłka 50 g (9,10), 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) 2040,8, białko ogółem (g) 83, tłuszcz ogółem (g) 75,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35,5, węglowodany ogółem (g) 253,9, w tym cukry proste (g) 31,4, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 2375,04
	1 dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), blok szynkowy 50 g (1,10), miód 25 g, sałatka z sałaty, sałaty mix i pomidora 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 pomidorowa z ryżem 300 ml (1,6,7,8,9,10), siekane kotlety drobiowe smażone 100g (1,3,5,6,7,8,9,10), sałatka z buraczków gotowanych 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg z rzodkiewką 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)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 1953,6, białko ogółem (g) 78,6, tłuszcz ogółem (g) 70,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,2, węglowodany ogółem (g) 230, w tym cukry proste (g) 40,07, błonnik pokarmowy (g) 24,4, sód (mg) 2199,5
	2 dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), blok szynkowy 50 g (1,10), miód 25 g, sałatka z sałaty, sałaty mix i pomidora z sosem winegret 50g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (1,6,7,8,9,10), klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie własnym 90g/100g (1,3,6,8,9), sałatka z buraczków 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg 30g (7), sałatka z sałaty, rukoli i koperku 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 150g	Wartość energetyczna (kcal) 2227,8, białko ogółem (g) 103,1, tłuszcz ogółem (g) 74,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 36,6, węglowodany ogółem (g) 245,7, w tym cukry proste (g) 40,8, błonnik pokarmowy (g) 25,4, sód (mg) 2258,06

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
WTOREK 12.05.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), blok szynkowy 50 g (1,10), miód 25 g, sałatka z sałaty, sałaty mix z sosem winegret 25 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), pulpety drobiowo-wieprzowe gotowane w sosie koperkowym 90g/100g (1,3,6,8,9), sałatka z buraczków 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg 30g (7), sałatka z sałaty, rukoli i koperku 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 150g	Wartość energetyczna (kcal) 2147,3, białko ogółem (g) 85,8, tłuszcz ogółem (g) 66, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35,2, węglowodany ogółem (g) 240,08 w tym cukry proste (g) 28,01, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 2401,04
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Blok szynkowy 50 g (1,10), ser topiony „zegarki” 18g (1,7), sałatka z pomidora i natki pietruszki 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 szynką gotowaną (1,10)	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (1,6,7,8,9,10), klopsik drobiowo-wieprzowy duszony 90g (1,3,6,8,9), sałatka z gotowanych buraczków 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), twaróg z rzodkiewką 30g (7) na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 1926,8, białko ogółem (g) 82,5, tłuszcz ogółem (g) 71,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,3, węglowodany ogółem (g) 229,4, w tym cukry proste (g) 37,2, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2318,7
SRODA 13.05.2026 r.	1 dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta rybno-twarogowa 50g (4,7) na sałacie, blok drobiowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1,7)		Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 300 ml (1,6,7,8,9,10), cwiartki drobiowe duszone w sosie własnym 120g/100g (1,6,7,8,9,10), marchew z groszkiem oprószana 100 g (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 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 1906,5, białko ogółem (g) 85,1, tłuszcz ogółem (g) 70,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,8, węglowodany ogółem (g) 264,7, w tym cukry proste (g) 29,5, błonnik pokarmowy (g) 23,9, sód (mg) 2062,6



		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
CZWARTEK 14.05.2026 r.	1. podstawowa	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), blok szynkowy 50g (1,10), miód 25g, 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)		Krupnik 300 ml (1,6,8,9), kotlet schabowy smażony 100g (1,3,5,6,7,8,9,10), surówka z kiszonej kapusty 100 g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser typu włoskiego 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 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 2064,7, białko ogółem (g) 85,8, tłuszcz ogółem (g) 65,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,8, węglowodany ogółem (g) 264,7. w tym cukry proste (g) 29,5, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2267,9
	2. łatwostrawna	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), blok szynkowy 50g (1,10), miód 25g, 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)		Krupnik 300 ml (1,6,8,9), gulasz duszony ze schabu 190g (1,6,7,8,9), szpinak oprószany 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser typu włoskiego 50 g (7) na sałacie, polędwica sopocka 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 2034,5, białko ogółem (g) 79,6, tłuszcz ogółem (g) 62,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,5, węglowodany ogółem (g) 273,9, w tym cukry proste (g) 28,15, błonnik pokarmowy (g) 24,5, sód (mg) 2230,08
	3. dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), blok szynkowy 50g (1,10), miód 25g, 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)		Krupnik 300 ml (1,6,8,9), gulasz gotowany ze schabu 190g (1,6,7,8,9), szpinak oprószany 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser typu włoskiego 50 g (7) na sałacie, blok drobiowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 1917,6, białko ogółem (g) 70,7, tłuszcz ogółem (g) 59,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,4, węglowodany ogółem (g) 276,1, w tym cukry proste (g) 30,07, błonnik pokarmowy (g) 24,6, sód (mg) 2119,8

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
CZWARTEK 14.05.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Blok szynkowy 50g (1,10), twaróg 30g (7), papryka czerwona 50g na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	kanapka wiosenna z szynką gotowaną (1,10)	Krupnik 300 ml (1,6,8,9), schab duszony 90g (1,6,7,8,9), szpinak 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Ser typu włoskiego 50 g (7) na sałacie, polędwica sopocka 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 1976,8, białko ogółem (g) 79, tłuszcz ogółem (g) 58,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,8, węglowodany ogółem (g) 276,4, w tym cukry proste (g) 27,9, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sód (mg) 2274,3
	PIĄTEK 15.05.2026 r.	1 dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie, ser twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Grochówka 300 ml (1,6,8,9,10), ryż na mleku z musem jabłkowym 350 g (1,7), napar herbaciany 250ml (1)		Ryba w galarecie 150g (1,4,6,8,9,10), ser topiony zegarki 18 g (7), sałatka z sałaty, roszonek i szpinaku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2096,1, białko ogółem (g) 86,7, tłuszcz ogółem (g) 70, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 36,2, węglowodany ogółem (g) 258,5, w tym cukry proste (g) 38,2, błonnik pokarmowy (g) 25,0, sód (mg) 1974,9
	2 dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie, ser twarogowo-jogurtowy mini 30g (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 musem jabłkowym 350 g (1,7), napar herbaciany 250ml (1)		Ryba w galarecie 150g (1,4,6,8,9,10), ser topiony zegarki 18 g (7), sałatka z sałaty, roszonek i szpinaku 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) 1810,2, białko ogółem (g) 81,1, tłuszcz ogółem (g) 67, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 28,4, węglowodany ogółem (g) 209,1, w tym cukry proste (g) 37,7, błonnik pokarmowy (g) 24,6, sód (mg) 2102,6

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
PIĄTEK 15.05.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta z białek jaj 50 g (3,7) na sałacie, ser twarogowo-jogurtowy mini 30g (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 musem jabłkowym 350 g (1,7), napar herbaciany 250ml (1)		Ryba w galarecie 150g (1,4,6,9,10), dżem 25 g, sałatka z sałaty, roszponki i szpinaku 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) 1844,6, białko ogółem (g) 74 g, tłuszcz ogółem (g) 65,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 20,3, węglowodany ogółem (g) 219,7 w tym cukry proste (g) 43,8, błonnik pokarmowy (g) 24,5, sód (mg) 1917,4
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie, ser twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałatka z rzodkiewki 50 g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 70 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	kanapka wiosenna z serem żółtym (1,7)	Zupa marchwiowa 300 ml (1,6,7,8,9), ryba smażona 100 g (1,4), surówka z kiszzonej kapusty 100 g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem(1,7)	Ryba w galarecie 150g (1,4,6,8,9,10), ser topiony zegarki 18 g (7), sałatka z sałaty, roszponki 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)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2163,3, białko ogółem (g) 101,4, tłuszcz ogółem (g) 69,6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35,1, węglowodany ogółem (g) 240,6, w tym cukry proste (g) 30,4, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 2552,5
	1 dieta podstawowa	Ryż na mleku 300 ml (1,7), blok szynkowy 50g (1,10) na sałacie, miód 25 g, sałatka z sałaty, sałaty mix, rukoli 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		Zupa szpinakowa 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)		Ser mozzarella 50g (1,7), kiełbasa szynkowa 30 g (1,10), surówka z białej rzodkiewki i ogórka kiszzonego z sosem winegret 50g (10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 1878,3, białko ogółem (g) 73,7, tłuszcz ogółem (g) 58,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,2 węglowodany ogółem (g) 226,3, w tym cukry proste (g) 26,5, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 1998



		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
NIEDZIELA 17.05.2026 r.	1 podstawaowa	Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser topiony 30 g (1,7), 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)		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9,10), kotlet drobiowy smażony 100g (1,3,6,7,8,9), surówka z białej kapusty i pora 100 g (7,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50 g (1,10), twaróg 30g (7) z koperkiem na sałacie, 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) 1992,9, białko ogółem (g) 81,2, tłuszcz ogółem (g) 72,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,5, węglowodany ogółem (g) 216,5, w tym cukry proste (g) 38,5, błonnik pokarmowy (g) 24,7, sód (mg) 2425,2
	2 łatwostrawna	Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser topiony 30 g (1,7), pomidor 50 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9,10), filet drobiowy duszony w sosie 90g/100g (1,6,7,8,9), marchewka z kalafiorem i fasolką szparagową oprószana 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50 g (1,10), twaróg 30g (7) z koperkiem na sałacie, 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) 1964, białko ogółem (g) 84,8, tłuszcz ogółem (g) 69,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 36,4, węglowodany ogółem (g) 207,3, w tym cukry proste (g) 35,7, błonnik pokarmowy (g) 23,8 sód (mg) 2561,5
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser twarogowo-jogurtowy mini 30g (7), sałata 10g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1)		Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy gotowany w sosie 90g/100g (1,6,7,8,9), marchew oprószana 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50 g (1,10), twaróg 30g (7) z koperkiem na sałacie, 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) 1904,8, białko ogółem (g) 85,6, tłuszcz ogółem (g) 61, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,9 węglowodany ogółem (g) 200,5, w tym cukry proste (g) 29,12, błonnik pokarmowy (g) 24,3, sód (mg) 2251,77

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
NIEDZIELA 17.05.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Serdelka na gorąco 80g (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 (1)	Kanapka wiosenna z kielbasą szynkową (1,10)	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9,10), filet drobiowy duszony 90g (1,6,8,9), marchewka z kalafiozem i fasolką szparagową 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 30g (7) z koperkiem na sałacie, 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) 1995,4, białko ogółem (g) 82,8, tłuszcz ogółem (g) 74,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35,2, węglowodany ogółem (g) 228,7, w tym cukry proste (g) 29,3, błonnik pokarmowy (g) 24,5 sól (mg) 2515,4

### Alergeny występujące w posiłkach

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

Alergen nr 2 – Skorupiaki i produkty pochodne;

Alergen nr 3 - Jaja i produkty pochodne;

Alergen nr 4 – Ryby i produkty pochodne;

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

Alergen nr 6 – Produkty zawierające soję i produkty pochodne;

Alergen nr 7 – Mleko i produkty pochodne;

Alergen nr 8 – Orzechy;

Alergen nr 9 – Seler i produkty pochodne;

Alergen nr 10 – Gorczyca i produkty pochodne;

Alergen nr 11 – Nasiona sezamu i produkty pochodne;

Alergen nr 12 – Dwutlenek siarki

Alergen 13 – Łubin