

		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 kiszzonej 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	Posiłek nocny	SUMA
PONIEDZIAŁEK 11.05.2026 r.	1. podstawowa	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
ŚRODA 13.05.2026 r.	1 dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), pasta ryбно-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), ćwiartki 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, kielbasa 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, roszponki 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, 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) 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
SOBOTA 16.05.2026 r.								

		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 kalaflorem 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, 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