

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	POD	Kolacja	Nocny	SUMA
2025-06-23 poniedziałek	Dieta podstawowa	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Bulka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Rzodkiewka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa krupnik 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Ziemniaki 200 g Sałatka z buraczką z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bulka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 481,5 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 88,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 16,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 37,8 Węglowodany ogółem [g] 330,6 suma cukrów prostych [g] 71,3 Sód [mg] 2 215,4 Sól [g] 7,4
	Dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa krupnik 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Sałatka z buraczką z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 277 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 69,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,5 Węglowodany ogółem [g] 322,3 suma cukrów prostych [g] 73,8 Sód [mg] 2 104,8 Sól [g] 7
	Dieta wzdrowia/zoławkowa	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa krupnik 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 257,7 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 322,1 suma cukrów prostych [g] 80,5 Sód [mg] 2 129,3 Sól [g] 7,1
	wątrobowaltruskowa	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa krupnik 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 257,7 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 322,1 suma cukrów prostych [g] 80,5 Sód [mg] 2 129,3 Sól [g] 7,1

2025-06-23 poniedziałek	Dieta cukrzykowa	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Rzodkiewka 80 g Salata roszponka 10 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabiko 130 g	Zupa krupnik 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20 g 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 153,6 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 73,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 27,7 Węglowodany ogółem [g] 291,6 suma cukrów prostych [g] 47,4 Sód [mg] 2 900,9 Sól [g] 10,1
	Dieta dziecięca podstawowa	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Rzodkiewka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa krupnik 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Ziemniaki 200 g Salatka z buraczką z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 451,2 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 75 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26 Węglowodany ogółem [g] 357,3 suma cukrów prostych [g] 90,9 Sód [mg] 1 898,5 Sól [g] 6,5
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa krupnik 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Salatka z buraczką z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (<i>GLU</i>)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 374,1 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 74,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 341,2 suma cukrów prostych [g] 76,8 Sód [mg] 1 773 Sól [g] 6
	Dieta dziecięca cukrzykowa	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Rzodkiewka 80 g Salata roszponka 10 g Sok marchwiowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa krupnik 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 279,9 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 79,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 303,5 suma cukrów prostych [g] 60,1 Sód [mg] 3 173 Sól [g] 11

2025-06-23 poniedziałek

Dieta bogatobiałkowa	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 80 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Sałata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa krupnik 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 458,7 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 76,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 341 suma cukrów prostych [g] 83 Sód [mg] 2 194,2 Sól [g] 7,8
Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa ryżanka 350 g (<i>SEL</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL</i>) Marchew gotowana opruszana 80 g (<i>GLU</i>) Sałata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa krupnik 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g pasta drobiowo-jarzynowa 50 g (<i>GLU, SEL</i>) Paprykarz rybny 30 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 243,6 Białko ogółem [g] 78,8 Tłuszcz [g] 71,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 332,4 suma cukrów prostych [g] 59,7 Sód [mg] 1 811,4 Sól [g] 6,6
Dieta papkowata	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Sałata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa krupnik 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 257,7 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 322,1 suma cukrów prostych [g] 80,5 Sód [mg] 2 129,3 Sól [g] 7,1
Dieta podstawowa ciężalaktacja	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Rzodkiewka 80 g Sałata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Arbuz 120 g Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa krupnik 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Ziemniaki 200 g Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 656,3 Białko ogółem [g] 108,9 Tłuszcz [g] 92,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 16,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 39,1 Węglowodany ogółem [g] 358,5 suma cukrów prostych [g] 89,7 Sód [mg] 2 306 Sól [g] 7,6

2025-06-23 poniedziałek	Dieta łatwostrawna cięża/laktacja	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Arbuz 120 g Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa krupnik 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 451,8 Białko ogółem [g] 108,1 Tłuszcz [g] 73,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 350,2 suma cukrów prostych [g] 92,2 Sód [mg] 2 195,4 Sól [g] 7,2
	Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Rzodkiewka 80 g Salata rozszponka 10 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa krupnik 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 236,6 Białko ogółem [g] 91,8 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 309,1 suma cukrów prostych [g] 63,8 Sód [mg] 3 173,2 Sól [g] 11,1
	Dieta podstawowa zwykła	Zupa ryżanka 400 g (<i>SEL</i>) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (<i>GLU</i>) mix tłuszczowy 15 g Baton szynkowy dr 40 g (<i>SOJ</i>) Rzodkiewka 90 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml		Zupa krupnik 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy 90 g (<i>GLU, JAJ</i>) Ziemniaki 200 g Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (<i>GLU</i>) mix tłuszczowy 15 g Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 160,6 Białko ogółem [g] 73 Tłuszcz [g] 78,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,2 Węglowodany ogółem [g] 299,1 suma cukrów prostych [g] 49,3 Sód [mg] 1 560,2 Sól [g] 5,9
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Makaron na mleku 350 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Baton szynkowy dr 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa krupnik 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Paprykarz rybny 60 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 476,9 Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 77,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 25,9 Węglowodany ogółem [g] 355,1 suma cukrów prostych [g] 94,2 Sód [mg] 1 863,6 Sól [g] 6,2

2025-06-24 wtorek	Dieta podstawowa	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy z mięsem i szpinakiem 300 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z marchwi i selera z maślanką 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Rzodkiewka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 040,3 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 60,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 334,6 suma cukrów prostych [g] 35,3 Sód [mg] 2 674,2 Sól [g] 8,5
	Dieta łatwostrawna	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z mięsem i szpinakiem 300 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Surówka z marchwi i selera z maślanką 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 075,7 Białko ogółem [g] 87,2 Tłuszcz [g] 59,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 336,2 suma cukrów prostych [g] 69,9 Sód [mg] 1 721,7 Sól [g] 6
	Dieta wrzodowa/żółdkowa	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Makaron z mięsem i jarzynami 300 g (GLU, JAJ, SEL) Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 950,4 Białko ogółem [g] 73,2 Tłuszcz [g] 54,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 20,6 Węglowodany ogółem [g] 328,6 suma cukrów prostych [g] 64 Sód [mg] 1 822,9 Sól [g] 6,3
	wątrobowatrzuszkowa	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Makaron z mięsem i jarzynami 300 g (GLU, JAJ, SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 950,4 Białko ogółem [g] 73,2 Tłuszcz [g] 54,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 20,6 Węglowodany ogółem [g] 328,6 suma cukrów prostych [g] 64 Sód [mg] 1 822,9 Sól [g] 6,3

2025-06-24 wtorek	Dieta cukrzykowa	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy z mięsem i szpinakiem 300 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z marchwi i selera z maślaną 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Rzodkiewka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 020,9 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 57,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 21,4 Węglowodany ogółem [g] 323,7 suma cukrów prostych [g] 42,8 Sód [mg] 2 805,7 Sól [g] 9,9
	Dieta dziecięca podstawowa	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 50 g ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy z mięsem i szpinakiem 300 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z marchwi i selera z maślaną 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Herbatniki 2 szt (GLU, JAJ)	Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 332,2 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 387,9 suma cukrów prostych [g] 86,1 Sód [mg] 2 466,5 Sól [g] 8
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z mięsem i szpinakiem 300 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Surówka z marchwi i selera z maślaną 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy b/c 250 g	Herbatniki 2 szt (GLU, JAJ)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 288,4 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 370,3 suma cukrów prostych [g] 88,7 Sód [mg] 1 857,3 Sól [g] 6,3
	Dieta dziecięca cukrzykowa	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 50 g ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy z mięsem i szpinakiem 300 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z marchwi i selera z maślaną 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Herbatniki 2 szt (GLU, JAJ)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 325,6 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 68,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 368,9 suma cukrów prostych [g] 79,3 Sód [mg] 2 582,8 Sól [g] 9,3

2025-06-24 wtorek

Dieta bogatobiałkowa	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 80 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z mięsem i szpinakiem 300 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Surówka z marchwi i selera z maślaną 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 209,3 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 64,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 348,1 suma cukrów prostych [g] 62,4 Sód [mg] 2 054,2 Sól [g] 6,9
Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy z mięsem i szpinakiem 300 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z marchwi i selera z maślaną 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 239,1 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 67,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,9 Węglowodany ogółem [g] 364,4 suma cukrów prostych [g] 69 Sód [mg] 2 373,4 Sól [g] 7,7
Dieta papkowata	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z mięsem i jarzynami 300 g (GLU, JAJ, SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 008,4 Białko ogółem [g] 80,5 Tłuszcz [g] 55,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 334 suma cukrów prostych [g] 66,2 Sód [mg] 1 826,6 Sól [g] 6,3
Dieta podstawowa ciężalaktacja	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy z mięsem i szpinakiem 300 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z marchwi i selera z maślaną 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Rzodkiewka 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 233,1 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 64,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 366,9 suma cukrów prostych [g] 57,6 Sód [mg] 2 764,4 Sól [g] 8,7

2025-06-24 wtorek	Dieta łatwostrawna cięża/laktacja	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z mięsem i szpinakiem 300 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Surówka z marchwi i selera z maślanką 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 250,5 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 364,1 suma cukrów prostych [g] 88,2 Sód [mg] 1 812,3 Sól [g] 6,2
	Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy z mięsem i szpinakiem 300 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z marchwi i selera z maślanką 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 205,9 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 61,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 353,7 suma cukrów prostych [g] 62,8 Sód [mg] 2 900 Sól [g] 10,1
	Dieta podstawowa zwykła	Zupa jarzynowa dieta 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g ogórek kwaszony 90 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml jabłko pieczone 130 g		Zupa z soczewicy czerwonej 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z mięsem i szpinakiem 300 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Surówka z marchwi i selera z maślanką 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 20 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 121,5 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 61,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 351,5 suma cukrów prostych [g] 47 Sód [mg] 2 556 Sól [g] 7,9
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron z mięsem i szpinakiem 300 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Surówka z marchwi i selera z maślanką 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g (GLU, JAJ)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 261,8 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 68,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 358,8 suma cukrów prostych [g] 87 Sód [mg] 1 772,3 Sól [g] 6,1

2025-06-25 środa	Dieta podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Schabowa kanapkowa wp 20 g (GLU) Salatka jarzynowa 80 Por Salata rozszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser żółty 40 g (MLE) ogonówka wp. 40 g (SOJ) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 288,8 Białko ogółem [g] 103,1 Tłuszcz [g] 75,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 25,2 Węglowodany ogółem [g] 305,5 suma cukrów prostych [g] 69,1 Sód [mg] 2 336,2 Sól [g] 8,3
	Dieta łatwostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Schabowa kanapkowa wp 20 g (GLU) Salatka jarzynowa 80 Por Salata rozszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Kielbasa szynkowa Jana 40 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 229,2 Białko ogółem [g] 106,9 Tłuszcz [g] 69,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 8,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 301,6 suma cukrów prostych [g] 75,2 Sód [mg] 1 923,8 Sól [g] 7,5
	Dieta wzdobawizjadkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 20 g (GLU) Pomidor bez skóry 70 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml Pasta z jaj 50 g (GLU, JAJ)	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z maślanką 70 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Kielbasa szynkowa Jana 40 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 108,3 Białko ogółem [g] 112,1 Tłuszcz [g] 64,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 8,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 276,6 suma cukrów prostych [g] 76,9 Sód [mg] 2 064 Sól [g] 7
	wątrobowatruszkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Pomidor bez skóry 70 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Salata z maślanką 70 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Kielbasa szynkowa Jana 40 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 964,8 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 54,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 7,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 19,9 Węglowodany ogółem [g] 271,8 suma cukrów prostych [g] 76,9 Sód [mg] 1 883,6 Sól [g] 7,2

2025-06-25 środa

Dieta cukrzykowa	Jogurt naturalny 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Schabowa kanapkowa wp 20 g (GLU) Salatka jarzynowa 80 Por Salata rozszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Kielbasa szynkowa Jana 40 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 036 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 67,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 8,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 263,2 suma cukrów prostych [g] 42,2 Sód [mg] 2 413,5 Sól [g] 9,9
Dieta dziecięca podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Schabowa kanapkowa wp 20 g (GLU) Pomidor bez skóry 70 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa szynkowa Jana 40 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 289,6 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 75,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,7 Węglowodany ogółem [g] 304,6 suma cukrów prostych [g] 68,2 Sód [mg] 2 430,3 Sól [g] 8
Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Schabowa kanapkowa wp 20 g (GLU) Pomidor bez skóry 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa szynkowa Jana 40 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 286,6 Białko ogółem [g] 108,6 Tłuszcz [g] 76,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,2 Węglowodany ogółem [g] 301 suma cukrów prostych [g] 76,6 Sód [mg] 1 931 Sól [g] 6,6
Dieta dziecięca cukrzykowa	Jogurt naturalny 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Schabowa kanapkowa wp 20 g (GLU) Pomidor bez skóry 70 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Wafle ryżowe 10 g	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa szynkowa Jana 40 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 026,9 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 65,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 6,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 264,4 suma cukrów prostych [g] 44 Sód [mg] 2 420,3 Sól [g] 9

2025-06-25 środa	Dieta bogatobiałkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Schabowa kanapkowa wp 40 g (GLU) Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Kielbasa szynkowa Jana 40 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 327,4 Białko ogółem [g] 116,4 Tłuszcz [g] 74,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 8,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,5 Węglowodany ogółem [g] 306,4 suma cukrów prostych [g] 74,3 Sód [mg] 2 028,4 Sól [g] 8,2
	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Dżem niskosłodzony 25 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 174,5 Białko ogółem [g] 85,4 Tłuszcz [g] 62,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 326,6 suma cukrów prostych [g] 58,6 Sód [mg] 1 838,4 Sól [g] 8,1
	Dieta papkowata	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Mięso drobiowe zmielone 100 g (SEL) Herbata z cukrem 250 g Soczek jabłkowo-marchwiowy 200 ml	Musik owocowy 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Mięso drobiowe zmielone 100 g (SEL) Ziemniaki 200 g Salata z maślaniką 70 g (MLE) Herbata z cukrem 250 g	Skyr naturalny 150 g	Zupa krupnik 350 g (GLU, MLE, SEL) Mięso drobiowe zmielone 100 g (SEL) Herbata z cukrem 250 g	Owsianka truskawka 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 168,7 Białko ogółem [g] 122,8 Tłuszcz [g] 77,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 252,3 suma cukrów prostych [g] 60 Sód [mg] 679,1 Sól [g] 1,9
	Dieta podstawowa ciężalaktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Schabowa kanapkowa wp 20 g (GLU) Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Kielbasa szynkowa Jana 40 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 408,9 Białko ogółem [g] 111,8 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 8,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,4 Węglowodany ogółem [g] 333,4 suma cukrów prostych [g] 85,3 Sód [mg] 2 514,5 Sól [g] 9,1

2025-06-25 środa	Dieta łatwostrawna cięża/laktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Schabowa kanapkowa wp 20 g (GLU) Salatka jarzynowa 80 Por Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Kielbasa szynkowa Jana 40 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 404 Białko ogółem [g] 113,8 Tłuszcz [g] 73,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 8,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 329,5 suma cukrów prostych [g] 93,5 Sód [mg] 2 014,4 Sól [g] 7,7
	Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Jogurt naturalny 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Schabowa kanapkowa wp 20 g (GLU) Salatka jarzynowa 80 Por Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Grejpfrut 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Kielbasa szynkowa Jana 40 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 210,8 Białko ogółem [g] 104,1 Tłuszcz [g] 71,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 8,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 291,1 suma cukrów prostych [g] 60,5 Sód [mg] 2 504,1 Sól [g] 10,1
	Dieta podstawowa zwykła	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Jajko gotowane 50 g Salatka jarzynowa 80 Por Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml jabłko pieczone 130 g		Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Schab wieprzowy gotowany 60 g (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 878,6 Białko ogółem [g] 65,3 Tłuszcz [g] 57,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 6,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 16,6 Węglowodany ogółem [g] 278,2 suma cukrów prostych [g] 46,2 Sód [mg] 1 671 Sól [g] 7
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Pomidor bez skóry 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g (GLU, JAJ)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) ogonówka wp. 40 g (SOJ) pasta drobiowo-jarzynowa 50 g (GLU, SEL) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 231,9 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 65,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 8,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 22,6 Węglowodany ogółem [g] 318,7 suma cukrów prostych [g] 88,7 Sód [mg] 1 738,7 Sól [g] 6,8

2025-06-26 czwartek	Dieta podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GLU, SEL, GOR) ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	Zupa z zielonego groszku 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 40 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 343,4 Białko ogółem [g] 89,4 Tłuszcz [g] 75,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 17,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 33,5 Węglowodany ogółem [g] 370,7 suma cukrów prostych [g] 72,8 Sód [mg] 1 598,2 Sól [g] 7,3
	Dieta łatwstrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GLU, SEL, GOR) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z zielonego groszku 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 40 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 333,4 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 75,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 16,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,2 Węglowodany ogółem [g] 364,7 suma cukrów prostych [g] 91,4 Sód [mg] 1 577,8 Sól [g] 7
	Dieta wrodzowa/zielkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GLU, SEL, GOR) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 40 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 333,2 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 72 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 16 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,2 Węglowodany ogółem [g] 366,5 suma cukrów prostych [g] 89,6 Sód [mg] 1 550,1 Sól [g] 6,9
	wątrobowatrzuszkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GLU, SEL, GOR) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 40 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 302,2 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 72 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 16 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,2 Węglowodany ogółem [g] 366,5 suma cukrów prostych [g] 89,6 Sód [mg] 1 550,1 Sól [g] 6,9

2025-06-26 czwartek	Dieta cukrzykowa	Jogurt naturalny 150 g (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Salatka wiosenna z makaronem 150 g (<i>GLU</i>)	Zupa z zielonego groszku 400 g (<i>GLU, MLE, SĚL</i>) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (<i>MLE</i>) Szynka zielonogórska wp 40 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20 g 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 272,2 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 84,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 16,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 330,8 suma cukrów prostych [g] 44,8 Sód [mg] 2 534,1 Sól [g] 10,5
	Dieta dziecięca podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Filet zapiekany dr 50 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z zielonego groszku 400 g (<i>GLU, MLE, SĚL</i>) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Twarożek 80 g (<i>MLE</i>) Szynka zielonogórska wp 40 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 595,3 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 87 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 33,3 Węglowodany ogółem [g] 397,5 suma cukrów prostych [g] 112,7 Sód [mg] 1 772 Sól [g] 7,5
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Filet zapiekany dr 50 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z zielonego groszku 400 g (<i>GLU, MLE, SĚL</i>) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Twarożek 80 g (<i>MLE</i>) Szynka zielonogórska wp 40 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 562,3 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 87,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 386,8 suma cukrów prostych [g] 114,1 Sód [mg] 1 716,6 Sól [g] 7,3
	Dieta dziecięca cukrzykowa	Jogurt naturalny 150 g (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Filet zapiekany dr 50 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Salatka wiosenna z makaronem 150 g (<i>GLU</i>)	Zupa z zielonego groszku 400 g (<i>GLU, MLE, SĚL</i>) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Twarożek 80 g (<i>MLE</i>) Szynka zielonogórska wp 40 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 512,1 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 95,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 37,6 Węglowodany ogółem [g] 358,7 suma cukrów prostych [g] 63 Sód [mg] 2 625,9 Sól [g] 10,7

2025-06-26 czwartek

Dieta bogatobiałkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 80 g (GLU, SEL, GOR) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa z zielonego groszku 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 40 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 473 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 80,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 17 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 33,5 Węglowodany ogółem [g] 377,4 suma cukrów prostych [g] 83,9 Sód [mg] 1 644,8 Sól [g] 8,3
	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Marchew gotowana opruszana 80 g (GLU) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z zielonego groszku 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Dżem niskosłodzony 60 g Marchew gotowana opruszana 70 g (GLU) Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 481,7 Białko ogółem [g] 80,3 Tłuszcz [g] 83,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 17,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 37,8 Węglowodany ogółem [g] 365,7 suma cukrów prostych [g] 111,1 Sód [mg] 1 729,7 Sól [g] 6,5
	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GLU, SEL, GOR) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z zielonego groszku 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 40 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 333,4 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 75,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 16,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,2 Węglowodany ogółem [g] 364,7 suma cukrów prostych [g] 91,4 Sód [mg] 1 577,8 Sól [g] 7
	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GLU, SEL, GOR) ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa z zielonego groszku 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 40 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 518,2 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 79,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 17,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 34,8 Węglowodany ogółem [g] 398,6 suma cukrów prostych [g] 91,1 Sód [mg] 1 688,8 Sól [g] 7,5

2025-06-26 czwartek	Dieta łatwostrawna cięża/laktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GLU, SEL, GOR) Pomidor 80 g Salata rozszonka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa z zielonego groszku 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 40 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 508,2 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 79,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 17 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 33,5 Węglowodany ogółem [g] 392,6 suma cukrów prostych [g] 109,7 Sód [mg] 1 668,4 Sól [g] 7,2
	Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Jogurt naturalny 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GLU, SEL, GOR) ogórek świeży 80 g Salata rozszonka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Salatka wiosenna z makaronem 150 g (GLU) Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa z zielonego groszku 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 40 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 447 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 88,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 16,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 36,9 Węglowodany ogółem [g] 358,7 suma cukrów prostych [g] 63,1 Sód [mg] 2 624,7 Sól [g] 10,8
	Dieta podstawowa zwykła	Zupa marchwianka z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Filet zapiekany dr 40 g (GLU, SEL, GOR) ogórek świeży 90 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml jablko gotowane 130 g		Zupa z zielonego groszku 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 40 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 230,2 Białko ogółem [g] 75,4 Tłuszcz [g] 73,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 359,8 suma cukrów prostych [g] 67,7 Sód [mg] 1 355,2 Sól [g] 6,6
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Filet zapiekany dr 50 g (GLU, SEL, GOR) Pomidor bez skóry 80 g Salata rozszonka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z zielonego groszku 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 40 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 562,3 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 87,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 386,8 suma cukrów prostych [g] 114,1 Sód [mg] 1 716,6 Sól [g] 7,3

2025-06-27 piątek	Dieta podstawowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka drobiowa luksusowa dr 40 g Rzodkiewka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 125,9 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 61 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 304,7 suma cukrów prostych [g] 62,9 Sód [mg] 2 199,2 Sól [g] 7,5
	Dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka drobiowa luksusowa dr 40 g Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 112,6 Białko ogółem [g] 99,9 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 22 Węglowodany ogółem [g] 302,7 suma cukrów prostych [g] 90,2 Sód [mg] 1 799,1 Sól [g] 6,4
	Dieta wrzodowa/żółdkowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka drobiowa luksusowa dr 40 g Salata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 112,3 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 58,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 308,5 suma cukrów prostych [g] 83,5 Sód [mg] 1 823 Sól [g] 6,5
	wątrobowatrzuszkowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka drobiowa luksusowa dr 40 g Salata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 112,3 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 58,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 308,5 suma cukrów prostych [g] 83,5 Sód [mg] 1 823 Sól [g] 6,5

2025-06-27 piątek	Dieta cukrzykowa	Jogurt naturalny 150 g (<i>MLE</i>) Pieczywo żytnie 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Szynka drobiowa luksusowa dr 40 g Rzodkiewka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabiko 130 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ryba miruna pieczona. 130 g (<i>RYB</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo żytnie 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (<i>SOJ, SEL</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20 g 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 852,5 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 51,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 18 Węglowodany ogółem [g] 265,7 suma cukrów prostych [g] 55,5 Sód [mg] 2 074 Sól [g] 8,2
	Dieta dziecięca podstawowa	Ryż na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Szynka drobiowa luksusowa dr 40 g Salata roszponka 10 g Rzodkiewka 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ryba miruna pieczona. 130 g (<i>RYB</i>) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 300 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (<i>GLU</i>)	Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynka z liściem wp 40 g (<i>SOJ, SEL</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 266,7 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 63,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,4 Węglowodany ogółem [g] 330,2 suma cukrów prostych [g] 92,5 Sód [mg] 1 841,7 Sól [g] 6,5
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Ryż na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Szynka drobiowa luksusowa dr 40 g Salata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ryba miruna pieczona. 130 g (<i>RYB</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 300 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (<i>GLU</i>)	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynka z liściem wp 40 g (<i>SOJ, SEL</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 168,7 Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 63,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 307,6 suma cukrów prostych [g] 89,2 Sód [mg] 1 814,8 Sól [g] 5,8
	Dieta dziecięca cukrzykowa	Jogurt naturalny 150 g (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Szynka drobiowa luksusowa dr 40 g Rzodkiewka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ryba miruna pieczona. 130 g (<i>RYB</i>) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 300 g	Wafle ryżowe 10 g	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynka z liściem wp 40 g (<i>SOJ, SEL</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 070,7 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 61,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 8,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 292,5 suma cukrów prostych [g] 76,8 Sód [mg] 1 881,3 Sól [g] 7,6

2025-06-27 piątek

Dieta bogatobiałkowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka drobiowa luksusowa dr 80 g Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 265 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 64,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 315,8 suma cukrów prostych [g] 82,7 Sód [mg] 1 851,7 Sól [g] 7,5
Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa ryżanka 350 g (SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Marchew gotowana opraszana 80 g (GLU) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Dżem niskosłodzony 60 g Salata masłowa 20 g Marchew gotowana opraszana 70 g (GLU) Herbata bez cukru 250 g	Herbatniki 2 szt (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 096 Białko ogółem [g] 70,9 Tłuszcz [g] 50,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 349,7 suma cukrów prostych [g] 107 Sód [mg] 1 531,7 Sól [g] 6,1
Dieta papkowata	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka drobiowa luksusowa dr 40 g Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 112,6 Białko ogółem [g] 99,9 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 22 Węglowodany ogółem [g] 302,7 suma cukrów prostych [g] 90,2 Sód [mg] 1 799,1 Sól [g] 6,4
Dieta podstawowa ciężalaktacja	Ryż na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka drobiowa luksusowa dr 40 g Rzodkiewka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 299,4 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 343,8 suma cukrów prostych [g] 97 Sód [mg] 1 895,7 Sól [g] 6,6

2025-06-27 piątek	Dieta łatwostrawna cięża/laktacja	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka drobiowa luksusowa dr 40 g Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 287,4 Białko ogółem [g] 106,8 Tłuszcz [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 330,6 suma cukrów prostych [g] 108,5 Sód [mg] 1 889,7 Sól [g] 6,6
	Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Jogurt naturalny 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka drobiowa luksusowa dr 40 g Rzodkiewka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona. 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 871,3 Białko ogółem [g] 84,3 Tłuszcz [g] 53 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 18,6 Węglowodany ogółem [g] 269,1 suma cukrów prostych [g] 52,5 Sód [mg] 2 084,6 Sól [g] 8,2
	Dieta podstawowa zwykła	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Szynka drobiowa luksusowa dr 40 g Rzodkiewka 80 g Sok multiwitamina 200 ml Herbata bez cukru 250 g		Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Dorsz panierowany 90 g (GLU, RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Szynka z liściem wp 50 g (SOJ, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 937,7 Białko ogółem [g] 74,5 Tłuszcz [g] 58,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 284,4 suma cukrów prostych [g] 48,8 Sód [mg] 1 597,9 Sól [g] 6,5
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowa dr 40 g Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 300 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 197,7 Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 65 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 25,2 Węglowodany ogółem [g] 308,7 suma cukrów prostych [g] 90 Sód [mg] 1 862,3 Sól [g] 5,9

2025-06-28 sobota	Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo żytnie 50 g (<i>GLU</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ryż brązowy na sypko 200 g Łopatka wieprzowa gotowana 90 g (<i>SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo żytnie 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Kielbasa szynkowa Jana 40 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 605,9 Białko ogółem [g] 117,4 Tłuszcz [g] 87,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 37,5 Węglowodany ogółem [g] 353,2 suma cukrów prostych [g] 82,3 Sód [mg] 2 754,9 Sól [g] 7,3
	Dieta łatwostrawna	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ryż na sypko 200 g Udziec z drobiowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Salata z maślanką 70 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 80g, pszenne 40g 1 Por (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Kielbasa szynkowa Jana 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 440,6 Białko ogółem [g] 108,1 Tłuszcz [g] 85,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,5 Węglowodany ogółem [g] 316,2 suma cukrów prostych [g] 77,9 Sód [mg] 2 524,5 Sól [g] 8,3
	Dieta wzdrowia/złagodkowa	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g (<i>GLU, JAJ</i>) Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z drobiowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Marchew gotowana opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 80g, pszenne 40g 1 Por (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Kielbasa szynkowa Jana 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 679,8 Białko ogółem [g] 123,2 Tłuszcz [g] 97,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 38 Węglowodany ogółem [g] 336,6 suma cukrów prostych [g] 90,2 Sód [mg] 2 854,4 Sól [g] 9,2
	wątrobowatrzuszkowa	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g (<i>GLU, JAJ</i>) Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z drobiowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Marchew gotowana opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 80g, pszenne 40g 1 Por (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Kielbasa szynkowa Jana 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 679,8 Białko ogółem [g] 123,2 Tłuszcz [g] 97,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 38 Węglowodany ogółem [g] 336,6 suma cukrów prostych [g] 90,2 Sód [mg] 2 854,4 Sól [g] 9,2

2025-06-28 sobota

Dieta cukrzycowa	Kefir 360 ml (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż brązowy na sypko 200 g Udziec z drobiowy gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Kiełbasa szynkowa Jana 40 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 273 Białko ogółem [g] 104,1 Tłuszcz [g] 78,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,8 Węglowodany ogółem [g] 299,6 suma cukrów prostych [g] 44,6 Sód [mg] 3 179 Sól [g] 9,5
Dieta dziecięca podstawowa	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż brązowy na sypko 200 g Udziec z drobiowy gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Kiełbasa szynkowa Jana 40 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 593,7 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 90,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 38 Węglowodany ogółem [g] 351,5 suma cukrów prostych [g] 73 Sód [mg] 2 765,9 Sól [g] 7,3
Dieta dziecięca lekkostrawna	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Udziec z drobiowy gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Salata z maślanką 70 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kiełbasa szynkowa Jana 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 320,2 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 84,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 33,7 Węglowodany ogółem [g] 295,1 suma cukrów prostych [g] 67,2 Sód [mg] 2 472,1 Sól [g] 7,5
Dieta dziecięca cukrzycowa	Kefir 360 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż brązowy na sypko 200 g Udziec z drobiowy gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kiełbasa szynkowa Jana 40 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 469,8 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 95,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 38,6 Węglowodany ogółem [g] 306,5 suma cukrów prostych [g] 44,7 Sód [mg] 3 227,3 Sól [g] 9,5

2025-06-28 sobota

Dieta bogatobiałkowa	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 50 g Pomidor 80 g Salata roszonek 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z drobiowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Salata z maślanką 70 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (<i>GLU</i>) Kielbasa szynkowa Jana 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 443,4 Białko ogółem [g] 119,3 Tłuszcz [g] 80,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,2 Węglowodany ogółem [g] 320,7 suma cukrów prostych [g] 76,8 Sód [mg] 2 817,7 Sól [g] 9,1
Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 350 g (<i>GLU, SEL</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 50 g (<i>GLU, JAJ</i>) Marchew gotowana opruszana 80 g (<i>GLU</i>) Salata roszonek 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ryż brązowy na sypko 200 g Udziec z drobiowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Pasta z wędliny 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL</i>) Marchew gotowana opruszana 70 g (<i>GLU</i>) Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 357,8 Białko ogółem [g] 86,4 Tłuszcz [g] 80,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 16,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 36,9 Węglowodany ogółem [g] 335,5 suma cukrów prostych [g] 58,5 Sód [mg] 1 642,7 Sól [g] 6,3
Dieta papkowata	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Salata roszonek 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z drobiowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Marchew gotowana opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (<i>GLU</i>) Kielbasa szynkowa Jana 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 371 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 29,6 Węglowodany ogółem [g] 320,8 suma cukrów prostych [g] 89 Sód [mg] 2 598,6 Sól [g] 8,5
Dieta podstawowa ciężalaktacja	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g ogórek kwaszony 80 g Salata roszonek 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g Szynka krucha z pieca 20 g	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ryż brązowy na sypko 200 g Udziec z drobiowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Kielbasa szynkowa Jana 40 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 711,5 Białko ogółem [g] 122 Tłuszcz [g] 85,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 381,3 suma cukrów prostych [g] 100,6 Sód [mg] 3 034,4 Sól [g] 8

2025-06-28 sobota	Dieta łatwostrawna ciężalaktacja	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Salata roszoneka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z drobiowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Salata z maślaną 70 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Kielbasa szynkowa Jana 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 615,4 Białko ogółem [g] 115 Tłuszcz [g] 89,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 33,8 Węglowodany ogółem [g] 344,1 suma cukrów prostych [g] 96,2 Sód [mg] 2 615,1 Sól [g] 8,5
	Dieta cukrzycowa ciężalaktacja	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g ogórek kwaszony 80 g Salata roszoneka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ryż brązowy na sypko 200 g Udziec z drobiowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Kielbasa szynkowa Jana 40 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 447,8 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 82,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 34,1 Węglowodany ogółem [g] 327,5 suma cukrów prostych [g] 62,9 Sód [mg] 3 269,6 Sól [g] 9,7
	Dieta podstawowa zwykła	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (<i>GLU</i>) mix tłuszczowy 15 g Jajko gotowane 50 g ogórek kwaszony 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g		Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ryż na sypko 200 g Udziec z drobiowy gotowany 60 g (<i>SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (<i>GLU</i>) mix tłuszczowy 15 g Kielbasa szynkowa Jana 50 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 996,9 Białko ogółem [g] 72,5 Tłuszcz [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,2 Węglowodany ogółem [g] 277,8 suma cukrów prostych [g] 37,6 Sód [mg] 2 643,5 Sól [g] 7,5
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Salata roszoneka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z drobiowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Salata z maślaną 70 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Kielbasa szynkowa Jana 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 336,3 Białko ogółem [g] 102,5 Tłuszcz [g] 81,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 307,3 suma cukrów prostych [g] 78,8 Sód [mg] 2 458,8 Sól [g] 7,5

2025-06-29 niedziela	Dieta podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Salata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 267,9 Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 79,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 33,4 Węglowodany ogółem [g] 295,7 suma cukrów prostych [g] 58 Sód [mg] 2 195,3 Sól [g] 6,5
	Dieta łatwostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 240,8 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 79,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,1 Węglowodany ogółem [g] 285,9 suma cukrów prostych [g] 73,6 Sód [mg] 1 691,2 Sól [g] 5
	Dieta wzdrowiajądkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 240,8 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 79,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,1 Węglowodany ogółem [g] 285,9 suma cukrów prostych [g] 73,6 Sód [mg] 1 691,2 Sól [g] 5
	wątrobowatrzuszkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 240,8 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 79,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,1 Węglowodany ogółem [g] 285,9 suma cukrów prostych [g] 73,6 Sód [mg] 1 691,2 Sól [g] 5

2025-06-29 niedziela	Dieta cukrzykowa	Maślanka 330 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo żytnie 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabiko 130 g	Zupa ryżanka 400 g (<i>SEL</i>) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos karmelowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Kurczak gotowany 40 g (<i>GLU, SOJ</i>) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połudwica dr.20 g 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 042,7 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 71,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 27,7 Węglowodany ogółem [g] 253,6 suma cukrów prostych [g] 50,9 Sód [mg] 2 691 Sól [g] 8,6
	Dieta dziecięca podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Połudwica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabiko 130 g	Zupa ryżanka 400 g (<i>SEL</i>) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos karmelowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Kurczak gotowany 40 g (<i>GLU, SOJ</i>) Salata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 403,7 Białko ogółem [g] 102,4 Tłuszcz [g] 86,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 34,1 Węglowodany ogółem [g] 313,2 suma cukrów prostych [g] 70,4 Sód [mg] 2 209,1 Sól [g] 6,3
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Połudwica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (<i>SEL</i>) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos karmelowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Kurczak gotowany 40 g (<i>GLU, SOJ</i>) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 324,6 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 84,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,8 Węglowodany ogółem [g] 295,4 suma cukrów prostych [g] 85,1 Sód [mg] 1 767 Sól [g] 4,6
	Dieta dziecięca cukrzykowa	Maślanka 330 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Połudwica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabiko 130 g	Zupa ryżanka 400 g (<i>SEL</i>) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos karmelowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Kurczak gotowany 40 g (<i>GLU, SOJ</i>) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 178,5 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 78,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 271 suma cukrów prostych [g] 63,3 Sód [mg] 2 704,8 Sól [g] 8,6

2025-06-29 niedziela

Dieta bogatobiałkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 80 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 305,2 Białko ogółem [g] 116,2 Tłuszcz [g] 76,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 29,4 Węglowodany ogółem [g] 296,7 suma cukrów prostych [g] 75,9 Sód [mg] 2 005,4 Sól [g] 6,1
Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 350 g (GLU, SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Marchew gotowana opruszana 80 g (GLU) Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g pasta drobiowo-jarzynowa 50 g (GLU, SEL) Sałata masłowa 20 g Marchew gotowana opruszana 70 g (GLU) Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 240,8 Białko ogółem [g] 83,2 Tłuszcz [g] 84 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 17,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 297,2 suma cukrów prostych [g] 62,2 Sód [mg] 1 724,5 Sól [g] 6,6
Dieta papkowata	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 240,8 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 79,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,1 Węglowodany ogółem [g] 285,9 suma cukrów prostych [g] 73,6 Sód [mg] 1 691,2 Sól [g] 5
Dieta podstawowa ciężalaktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Sałata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 374,3 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 81,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 33,5 Węglowodany ogółem [g] 311,4 suma cukrów prostych [g] 75,7 Sód [mg] 2 244,4 Sól [g] 6,6

2025-06-29 niedziela	Dieta łatwostrawna cięża/laktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Polędwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 415,6 Białko ogółem [g] 110,6 Tłuszcz [g] 83,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 33,4 Węglowodany ogółem [g] 313,8 suma cukrów prostych [g] 91,9 Sód [mg] 1 781,8 Sól [g] 5,2
	Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Maślanka 330 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Polędwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Salata rozszponka 10 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 217,5 Białko ogółem [g] 108,5 Tłuszcz [g] 75,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 281,5 suma cukrów prostych [g] 69,3 Sód [mg] 2 781,6 Sól [g] 8,8
	Dieta podstawowa zwykła	zupa grysikowa kukurydziana 400 g (SEL) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Polędwica wiśniowa wp 40 g (SOJ) Pomidor 90 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml		Zupa ryżanka 400 g (SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 20 g (GLU, SOJ) Salata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 066,4 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 75,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 29,4 Węglowodany ogółem [g] 267 suma cukrów prostych [g] 36,5 Sód [mg] 1 900,7 Sól [g] 6
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 Por (GLU) Masło 10 g (MLE) Polędwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo pszenne 100 Por (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 324,6 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 84,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,8 Węglowodany ogółem [g] 295,4 suma cukrów prostych [g] 85,1 Sód [mg] 1 767 Sól [g] 4,6