

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	POD	Kolacja	Nocny	SUMA
2025-05-26 poniedziałek	Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, 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 roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos pieczarkowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Kasza gryczana 200 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</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 Polędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) ogórek świeży 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 599,8 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 88,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 36,2 Węglowodany ogółem [g] 355,3 suma cukrów prostych [g] 86,9 Sód [mg] 5 186,3 Sól [g] 14,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,2
	Dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, 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 roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Polędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 390 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 339,8 suma cukrów prostych [g] 101,6 Sód [mg] 2 162,5 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	Dieta wrzodowa/złagodzona	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, 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 bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Polędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 384 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 339,5 suma cukrów prostych [g] 101,4 Sód [mg] 2 162,3 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 30,6

2025-05-26 poniedziałek

wątrobowal/tzuskowa	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żyt 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 Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Polędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 384 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 339,5 suma cukrów prostych [g] 101,4 Sód [mg] 2 162,3 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 30,6
Dieta płynna wzmocniona	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (<i>JAJ</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>) Marchew gotowana opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (<i>MLE</i>)	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>) Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 353,2 Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 107,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 40,4 Węglowodany ogółem [g] 257,5 suma cukrów prostych [g] 54,5 Sód [mg] 825,1 Sól [g] 2 Błonnik pokarmowy [g] 18,5
Dieta cukrzycowa	Kefir 360 ml (<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 Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza gryczana 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 Polędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g, polędwica dr.20 g 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 456,7 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 90,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 16 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 36,9 Węglowodany ogółem [g] 322,8 suma cukrów prostych [g] 60,9 Sód [mg] 5 755 Sól [g] 17,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,9
Dieta dziecięca podstawowa	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, 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	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos pieczarkowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Kasza gryczana 200 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 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>) Polędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 525,5 Białko ogółem [g] 100,4 Tłuszcz [g] 78,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 31 Węglowodany ogółem [g] 363,3 suma cukrów prostych [g] 92,8 Sód [mg] 2 147,7 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,4

2025-05-26 poniedziałek

Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, 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 Sałata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) 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>) Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 408,1 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 76,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 345 suma cukrów prostych [g] 93,1 Sód [mg] 2 073,9 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,8
Dieta dziecięca cukrzycowa	Kefir 360 ml (<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 Sałata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza gryczana 200 g (<i>GLU</i>) Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Wafle ryżowe 10 g	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) ogórek świeży 70 g Sałata 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] 2 467,5 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 85,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,8 Węglowodany ogółem [g] 333,4 suma cukrów prostych [g] 75,1 Sód [mg] 2 806,2 Sól [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,3
Dieta bogatobiałkowa	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, 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 barszcz biały z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</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>) Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 544,9 Białko ogółem [g] 110,3 Tłuszcz [g] 81,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 352,6 suma cukrów prostych [g] 94,1 Sód [mg] 2 215,1 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
Dieta niskobiałkowa/nierkowa	Zupa grysikowa 350 g (<i>GLU, 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	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</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 drobiowo-jarzynowa 50 g (<i>GLU, SEL</i>) Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Marchew gotowana opruszana 70 g (<i>GLU</i>) Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 347 Białko ogółem [g] 80 Tłuszcz [g] 79 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 16,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 340,1 suma cukrów prostych [g] 76,7 Sód [mg] 2 104,4 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,7

2025-05-26 poniedziałek

Dieta papkowata	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, 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 Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</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>) Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 390 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 339,8 suma cukrów prostych [g] 101,6 Sód [mg] 2 162,5 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
Dieta podstawowa ciąża/laktacja	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, 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 Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos pieczarkowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Kasza gryczana 200 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</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 Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 677,2 Białko ogółem [g] 114,2 Tłuszcz [g] 80,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,8 Węglowodany ogółem [g] 385,6 suma cukrów prostych [g] 106,4 Sód [mg] 2 291,5 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,6
Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, 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 Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</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>) Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 564,8 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 78,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 367,7 suma cukrów prostych [g] 119,9 Sód [mg] 2 253,1 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
Dieta cukrzycowa ciąża/laktacja	Kefir 360 ml (<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 Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos jarzynowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Kasza gryczana 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 Połędwica sopocka wp 40 g (<i>SOJ</i>) Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) 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] 2 534,1 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 82,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 31,5 Węglowodany ogółem [g] 353,1 suma cukrów prostych [g] 80,5 Sód [mg] 2 860,2 Sól [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,4

2025-05-26 poniedziałek	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g (GLU, RYB, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 408,1 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 76,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 345 suma cukrów prostych [g] 93,1 Sód [mg] 2 073,9 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,8
	Dieta podstawowa	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak zapiekany dr 50 g (GLU, SEL, GOR) ogórek kwaszony 80 g Sałata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Ryż brązowy na sypko 200 g Leczo z kielbasą 150 g (GLU, SOJ, GOR) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 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 Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 996 Białko ogółem [g] 74,9 Tłuszcz [g] 58,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 339 suma cukrów prostych [g] 47,1 Sód [mg] 2 738,7 Sól [g] 10,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,7
	Dieta łatwostrawna	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak zapiekany dr 50 g (GLU, SEL, GOR) Pomidor 80 g Sałata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Leczo z indykiem 150 g (GLU) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 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 Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 002,4 Białko ogółem [g] 71,5 Tłuszcz [g] 59,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 337 suma cukrów prostych [g] 60,7 Sód [mg] 1 685,1 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,4
2025-05-27 wtorek	Dieta wrzodowa/złagodzona	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak zapiekany dr 50 g (GLU, SEL, GOR) Pomidor bez skóry 80 g Sałata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Leczo z indykiem 150 g (GLU) Ryż biały na sypko 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 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 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 977,2 Białko ogółem [g] 69,8 Tłuszcz [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 326,4 suma cukrów prostych [g] 67,3 Sód [mg] 1 685,3 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,1

2025-05-27 wtorek

wątrobowalitzuszkowa	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak zapiekany dr 50 g (GLU, SEL, GOR) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Leczo z indykiem 150 g (GLU) Ryż biały na sypko 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 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 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 977,2 Białko ogółem [g] 69,8 Tłuszcz [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 326,4 suma cukrów prostych [g] 67,3 Sód [mg] 1 685,3 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,1
Dieta płynna wzmocniona	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (MLE)	Mus z jabłka płynny z biskopiem 120 g (GLU, JAJ)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 211,4 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 102,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 38,9 Węglowodany ogółem [g] 240,6 suma cukrów prostych [g] 42,4 Sód [mg] 715 Sól [g] 1,8 Błonnik pokarmowy [g] 18,3
Dieta cukrzycowa	Serek homogenizowany 150 g Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak zapiekany dr 50 g (GLU, SEL, GOR) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grepfrut 100 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Ryż brązowy na sypko 200 g Leczo z kielbasą 150 g (GLU, SOJ, GOR) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 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 Sałata 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] 1 890,7 Białko ogółem [g] 78,2 Tłuszcz [g] 57,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 308,1 suma cukrów prostych [g] 36,9 Sód [mg] 2 839,9 Sól [g] 11,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,2
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) Kurczak zapiekany dr 50 g (GLU, SEL, GOR) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Ryż brązowy na sypko 200 g Leczo z kielbasą 150 g (GLU, SOJ, GOR) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 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	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 281,5 Białko ogółem [g] 76,8 Tłuszcz [g] 69,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26,3 Węglowodany ogółem [g] 382 suma cukrów prostych [g] 73,6 Sód [mg] 2 476,7 Sól [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 35

2025-05-27 wtorek

Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Kurczak zapiekany dr 50 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Ryż biały na sypko 200 g Leczo z indykiem 150 g (<i>GLU</i>) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g (<i>MLE, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Herbatniki 2 szt (<i>GLU, JAJ</i>)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Twarożek z zieleniną 80 g (<i>MLE</i>) Szynka wieśniowa wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 241,9 Białko ogółem [g] 74,8 Tłuszcz [g] 71 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26,2 Węglowodany ogółem [g] 367,6 suma cukrów prostych [g] 74 Sód [mg] 1 805,1 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,9
Dieta dziecięca cukrzycowa	Serek homogenizowany 150 g Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Kurczak zapiekany dr 50 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Ryż brązowy na sypko 200 g Leczo z kielbasą 150 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g (<i>MLE, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Herbatniki 2 szt (<i>GLU, JAJ</i>)	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Twarożek z zieleniną 80 g (<i>MLE</i>) Szynka wieśniowa wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Pomidor 70 g Sałata 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] 2 187,2 Białko ogółem [g] 81,8 Tłuszcz [g] 69,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 352,4 suma cukrów prostych [g] 61,6 Sód [mg] 2 958,9 Sól [g] 12,2 Błonnik pokarmowy [g] 42,5
Dieta bogatobiałkowa	Kasza jaglana na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Kurczak zapiekany dr 80 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Ryż brązowy na sypko 200 g Leczo z kielbasą 150 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g (<i>MLE, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (<i>MLE</i>) Szynka wieśniowa wp 40 g (<i>SOJ, MLE, 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] 2 123,2 Białko ogółem [g] 85,5 Tłuszcz [g] 63,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 346,7 suma cukrów prostych [g] 62,1 Sód [mg] 1 851,7 Sól [g] 9,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,9
Dieta niskobiałkowa/herkowa	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, 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 roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Ryż biały na sypko 200 g Leczo z indykiem 150 g (<i>GLU</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 Twarożek z zieleniną 80 g (<i>MLE</i>) pasta drobiowo-jarzynowa 50 g (<i>GLU, SEL</i>) Marchew gotowana opruszana 70 g (<i>GLU</i>) Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 256 Białko ogółem [g] 70,7 Tłuszcz [g] 73,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,5 Węglowodany ogółem [g] 371,2 suma cukrów prostych [g] 64,2 Sód [mg] 2 091 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,8

2025-05-27 wtorek

Dieta papkowata	Kasza jaglana na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Kurczak zapiekany dr 50 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Leczo z indykiem 150 g (<i>GLU</i>) Ryż biały na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (<i>MLE</i>) Szynka wiśniowa wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 977,2 Białko ogółem [g] 69,8 Tłuszcz [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 326,4 suma cukrów prostych [g] 67,3 Sód [mg] 1 685,3 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,1
Dieta podstawowa cięża/laktacja	Kasza jaglana na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Kurczak zapiekany dr 50 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Ryż brązowy na sypko 200 g Leczo z kielbasą 150 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g (<i>MLE, 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 Twarożek z zieleniną 80 g (<i>MLE</i>) Szynka wiśniowa wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 170,8 Białko ogółem [g] 81,8 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,7 Węglowodany ogółem [g] 366,9 suma cukrów prostych [g] 65,4 Sód [mg] 2 829,3 Sól [g] 10,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,7
Dieta latwostrawna cięża/laktacja	Kasza jaglana na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Kurczak zapiekany dr 50 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) 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 (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Ryż biały na sypko 200 g Leczo z indykiem 150 g (<i>GLU</i>) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g (<i>MLE, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (<i>MLE</i>) Szynka wiśniowa wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 177,2 Białko ogółem [g] 78,4 Tłuszcz [g] 63,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,5 Węglowodany ogółem [g] 364,9 suma cukrów prostych [g] 79 Sód [mg] 1 775,7 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,4
Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Serek homogenizowany 150 g Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Kurczak zapiekany dr 50 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>) ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 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 ziemniaczana z zacierką 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Ryż brązowy na sypko 200 g Leczo z kielbasą 150 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g (<i>MLE, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (<i>MLE</i>) Szynka wiśniowa wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</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] 2 065,5 Białko ogółem [g] 85,1 Tłuszcz [g] 61,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 336 suma cukrów prostych [g] 55,2 Sód [mg] 2 930,5 Sól [g] 12,1 Błonnik pokarmowy [g] 42,2

2025-05-27 wtorek	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) Kurczak zapiekany dr 50 g (GLU, SEL, GOR) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Leczo z kielbasą 150 g (GLU, SOJ, GOR) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g (MLE, SEL) 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 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	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 149,6 Białko ogółem [g] 79,4 Tłuszcz [g] 60,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 7,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 18,8 Węglowodany ogółem [g] 363,7 suma cukrów prostych [g] 86,1 Sód [mg] 2 262,5 Sól [g] 9,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,8
	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 1 szt. 1 g Szynka drobiowa wędzona 20 g (GLU) Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Schabowa kanapkowa wp 40 g (GLU) Ser żółty 40 g (MLE) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 365,4 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 88,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 31,5 Węglowodany ogółem [g] 298,2 suma cukrów prostych [g] 59,3 Sód [mg] 2 378,1 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
	Dieta łatwostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 g Szynka drobiowa wędzona 20 g (GLU) Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Schabowa kanapkowa wp 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 270,9 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 82,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 29,9 Węglowodany ogółem [g] 290,9 suma cukrów prostych [g] 77,4 Sód [mg] 1 919 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,9
2025-05-28 środa	Dieta podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g (GLU, JAJ) Szynka drobiowa wędzona 20 g (GLU) 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 pieczone 1 szt Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) 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 Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Schabowa kanapkowa wp 40 g (GLU) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 361,2 Białko ogółem [g] 114,4 Tłuszcz [g] 87 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 287 suma cukrów prostych [g] 77,4 Sód [mg] 2 210,3 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,4
	Dieta wrzodowa/żółdkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g (GLU, JAJ) Szynka drobiowa wędzona 20 g (GLU) 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 pieczone 1 szt Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) 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 Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Schabowa kanapkowa wp 40 g (GLU) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 361,2 Białko ogółem [g] 114,4 Tłuszcz [g] 87 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 287 suma cukrów prostych [g] 77,4 Sód [mg] 2 210,3 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,4
	Dieta wrzodowa/żółdkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g (GLU, JAJ) Szynka drobiowa wędzona 20 g (GLU) 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 pieczone 1 szt Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) 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 Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Schabowa kanapkowa wp 40 g (GLU) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 361,2 Białko ogółem [g] 114,4 Tłuszcz [g] 87 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 287 suma cukrów prostych [g] 77,4 Sód [mg] 2 210,3 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,4

2025-05-28 środa

wątrobowalitzuszkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g (GLŮ, JAJ) Szynka drobiowa wędzona 20 g (GLU) Pomidor bez skóry 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 pieczone 1 szt Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) 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 Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Schabowa kanapkowa wp 40 g (GLU) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 361,2 Białko ogółem [g] 114,4 Tłuszcz [g] 87 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 287 suma cukrów prostych [g] 77,4 Sód [mg] 2 210,3 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,4
Dieta płynna wzmocniona	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (MLE)	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) Mięso drobiowe zmielone 60 g (SEL) Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 111,7 Białko ogółem [g] 84,5 Tłuszcz [g] 95,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 34,9 Węglowodany ogółem [g] 236,6 suma cukrów prostych [g] 55,4 Sód [mg] 754,4 Sól [g] 1,8 Błonnik pokarmowy [g] 15,7
Dieta cukrzycowa	Serek wiejski lekki 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 g Szynka drobiowa wędzona 20 g (GLU) Sałatka jarzynowa 80 Por Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Schabowa kanapkowa wp 40 g (GLU) ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g poledwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 122,3 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 81,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 252,2 suma cukrów prostych [g] 35,4 Sód [mg] 3 049,3 Sól [g] 11,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,8
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 Szynka drobiowa wędzona 20 g (GLU) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Ziemniaki 200 g Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schabowa kanapkowa wp 40 g (GLU) Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 289,5 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 77,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,9 Węglowodany ogółem [g] 301,5 suma cukrów prostych [g] 84,6 Sód [mg] 2 463,5 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,5

2025-05-28 środa

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 1 szt. 1 g Szynka drobiowa wędzona 20 g (GLU) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Schabowa kanapkowa wp 40 g (GLU) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 296,3 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 81 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,6 Węglowodany ogółem [g] 302,1 suma cukrów prostych [g] 92 Sód [mg] 1 939,2 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,4
Dieta dziecięca cukrzycowa	Serek wiejski lekki 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Szynka drobiowa wędzona 20 g (GLU) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Ziemniaki 200 g Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Schabowa kanapkowa wp 40 g (GLU) 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] 2 133,4 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 79,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 27,9 Węglowodany ogółem [g] 255,6 suma cukrów prostych [g] 47,3 Sód [mg] 3 131,7 Sól [g] 10,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,1
Dieta bogatobiałkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka drobiowa wędzona 80 g (GLU) Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Schabowa kanapkowa wp 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 494,7 Białko ogółem [g] 120,1 Tłuszcz [g] 91,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 33,5 Węglowodany ogółem [g] 303,7 suma cukrów prostych [g] 70 Sód [mg] 2 600,5 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,7
Dieta niskobiałkowa/herkowa	zupa grysikowa kukurudziana 400 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 opruszana 80 g (GLU) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 1 szt 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) 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] 2 323,8 Białko ogółem [g] 85,5 Tłuszcz [g] 88,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 18,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 39,2 Węglowodany ogółem [g] 305,9 suma cukrów prostych [g] 65 Sód [mg] 1 734,2 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,2

2025-05-28 środa

Dieta paplowata	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka drobiowa wędzona 20 g (GLU) Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) 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 Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Schabowa kanapkowa wp 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 198 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 76 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26,2 Węglowodany ogółem [g] 290,1 suma cukrów prostych [g] 77,6 Sód [mg] 1 944,9 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,1
Dieta podstawowa ciąży/laktacja	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 Szynka drobiowa wędzona 20 g (GLU) Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 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 pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Schabowa kanapkowa wp 40 g (GLU) Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 521,8 Białko ogółem [g] 112,8 Tłuszcz [g] 88,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,8 Węglowodany ogółem [g] 326,3 suma cukrów prostych [g] 91,1 Sód [mg] 2 540,8 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
Dieta łatwostrawna ciąży/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 Szynka drobiowa wędzona 20 g (GLU) Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 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 pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Schabowa kanapkowa wp 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 514,3 Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 91,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 33,3 Węglowodany ogółem [g] 319,1 suma cukrów prostych [g] 95,7 Sód [mg] 2 078,7 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,9
Dieta cukrzycowa ciąży/laktacja	Serek wiejski lekki 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka drobiowa wędzona 20 g (GLU) Salatka jarzynowa 80 Por 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 pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Schabowa kanapkowa wp 40 g (GLU) 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] 2 365,7 Białko ogółem [g] 114,5 Tłuszcz [g] 90,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 31,8 Węglowodany ogółem [g] 280,4 suma cukrów prostych [g] 53,8 Sód [mg] 3 209 Sól [g] 11,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,8

2025-05-28 środa	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) Jajko gotowane 50 g Szynka drobiowa wędzona 20 g (GLU) Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Schabowa kanapkowa wp 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 364,9 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 85,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,7 Węglowodany ogółem [g] 302,4 suma cukrów prostych [g] 92 Sód [mg] 2 008,3 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,4
	Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g ogórek świeży 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	Zupa makaronowa 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) A'la gołąbek 200 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 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) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 140,5 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 58,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,6 Węglowodany ogółem [g] 352,1 suma cukrów prostych [g] 78,7 Sód [mg] 1 923 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,8
	Dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 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) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 157,9 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 62,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 341,4 suma cukrów prostych [g] 93,2 Sód [mg] 2 058,4 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,7
2025-05-29 czwartek	Dieta wrzodowa/żółdkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 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) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 157,9 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 62,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 341,4 suma cukrów prostych [g] 93,2 Sód [mg] 2 058,4 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,7

2025-05-29, czwartek	Dieta wątrobowo/tłuszczowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (<i>MLE</i>) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 157,9 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 62,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 341,4 suma cukrów prostych [g] 93,2 Sód [mg] 2 058,4 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,7
	Dieta płynna wzmocniona	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (<i>JAJ</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa makaronowa 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>) Marchew gotowana opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (<i>MLE</i>)	Mus z jabłka płynny z biskopiem 120 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Mięso drobiowe zmielone 90 g (<i>SEL</i>) Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 323,4 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 109,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 41,1 Węglowodany ogółem [g] 243 suma cukrów prostych [g] 57,1 Sód [mg] 850,9 Sól [g] 2,2 Błonnik pokarmowy [g] 17,6
	Dieta cukrzycowa	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g 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 makaronowa 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) A'la gołąbek 200 g (<i>JAJ</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 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 gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, 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] 2 077,2 Białko ogółem [g] 95,1 Tłuszcz [g] 61 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 327,3 suma cukrów prostych [g] 51 Sód [mg] 2 006 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,8
	Dieta dziecięca podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Szynkowa dębowa drobiowa 50 g ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) A'la gołąbek 200 g (<i>JAJ</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 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>) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 400,4 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 388,8 suma cukrów prostych [g] 115,4 Sód [mg] 2 033,8 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,4

2025-05-29, czwartek

Dieta dziecięca lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 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>) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 394,8 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 75,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 373,3 suma cukrów prostych [g] 112,8 Sód [mg] 2 134,2 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 30
Dieta dziecięca cukrzycowa	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Szynkowa dębowa drobiowa 50 g ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) A'la gołąbek 200 g (<i>JAJ</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 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 gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</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] 2 262,7 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 8,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 349,5 suma cukrów prostych [g] 91,7 Sód [mg] 2 037,3 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 36
Dieta bogatobiałkowa	Platki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 80 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa makaronowa 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) A'la gołąbek 200 g (<i>JAJ</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (<i>MLE</i>) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 264,1 Białko ogółem [g] 108,6 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,6 Węglowodany ogółem [g] 358,1 suma cukrów prostych [g] 89,8 Sód [mg] 2 235,1 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 30,1
Dieta niskobiałkowa/herkowa	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>) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) A'la gołąbek 200 g (<i>JAJ</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 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 Dżem niskosłodzony 60 g Marchew gotowana opruszana 80 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] 2 197,4 Białko ogółem [g] 69,6 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,1 Węglowodany ogółem [g] 342,5 suma cukrów prostych [g] 94,1 Sód [mg] 1 465,3 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,8

2025-05-29, czwartek

Dieta papkowata	Platki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (<i>MLE</i>) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 157,9 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 62,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 341,4 suma cukrów prostych [g] 93,2 Sód [mg] 2 058,4 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,7
Dieta podstawowa cięża/laktacja	Platki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bulka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g ogórek świeży 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa makaronowa 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) A'la gołąbek 200 g (<i>JAJ</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 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 Twarożek 80 g (<i>MLE</i>) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 315,3 Białko ogółem [g] 102,5 Tłuszcz [g] 62,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 380 suma cukrów prostych [g] 97 Sód [mg] 2 013,6 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,8
Dieta latwostrawna cięża/laktacja	Platki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa makaronowa 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (<i>MLE</i>) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 332,7 Białko ogółem [g] 104,1 Tłuszcz [g] 66,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 369,3 suma cukrów prostych [g] 111,5 Sód [mg] 2 149 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,7
Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g ogórek świeży 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Salatka wiosenna z makaronem 150 g (<i>GLU</i>) Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa makaronowa 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) A'la gołąbek 200 g (<i>JAJ</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 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>) Szyńka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</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] 2 252 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 65 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 355,2 suma cukrów prostych [g] 69,3 Sód [mg] 2 096,6 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,9

2025-05-29 czwartek	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Sos pomidorowy 100 g (<i>GLU, MLE</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 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>) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 394,8 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 75,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 373,3 suma cukrów prostych [g] 112,8 Sód [mg] 2 134,2 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 30
	Dieta podstawowa	Ryż na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (<i>GLU, SOJ</i>) 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 (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ryba miruna panierowana. 130 g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (<i>SOJ</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 191,2 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 67,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 29,2 Węglowodany ogółem [g] 301,9 suma cukrów prostych [g] 62,8 Sód [mg] 2 323,9 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (<i>GLU, SOJ</i>) Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 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		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (<i>SOJ</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 076,4 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 52,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 18,8 Węglowodany ogółem [g] 302,6 suma cukrów prostych [g] 91 Sód [mg] 1 578,9 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,9
2025-05-30 piątek	Dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (<i>GLU, SOJ</i>) Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 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		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (<i>SOJ</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 076,4 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 52,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 18,8 Węglowodany ogółem [g] 302,6 suma cukrów prostych [g] 91 Sód [mg] 1 578,9 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,9
	Dieta wrzodowa/złagodzona	Ryż na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (<i>GLU, SOJ</i>) Salata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 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		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (<i>SOJ</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 076,4 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 52,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 18,8 Węglowodany ogółem [g] 302,6 suma cukrów prostych [g] 91 Sód [mg] 1 578,9 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,9
	Dieta wrzodowa/złagodzona	Ryż na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (<i>GLU, SOJ</i>) Salata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 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		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (<i>SOJ</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 076,4 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 52,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 18,8 Węglowodany ogółem [g] 302,6 suma cukrów prostych [g] 91 Sód [mg] 1 578,9 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,9

2025-05-30 piątek

wątrobowalitzuskowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Salata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 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-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 076,4 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 52,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 18,8 Węglowodany ogółem [g] 302,6 suma cukrów prostych [g] 91 Sód [mg] 1 578,9 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,9
Dieta płynna wzmocniona	Ryż na mleku 350 g (MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) mięso drobiowe 90 g (SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (MLE)	Mus z jabłka płynny z biskopiem 120 g (GLU, JAJ)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) mięso drobiowe 90 g (SEL) Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 339,6 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 107,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 40,4 Węglowodany ogółem [g] 252,2 suma cukrów prostych [g] 58,8 Sód [mg] 849 Sól [g] 2,2 Błonnik pokarmowy [g] 17,5
Dieta cukrzycowa	Maślanka 330 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) 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) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtusty 50 g (MLE) 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 (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 815,6 Białko ogółem [g] 95,1 Tłuszcz [g] 48,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,2 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 16,9 Węglowodany ogółem [g] 256,3 suma cukrów prostych [g] 49,7 Sód [mg] 2 187,8 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,7
Dieta dziecięca podstawowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Salata roszponka 10 g Rzodkiewka 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 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 Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g	Herbatniki 2 szt (GLU, JAJ)	Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 20 g (MLE) ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 139,1 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 60,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 8,5 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 21,3 Węglowodany ogółem [g] 308,7 suma cukrów prostych [g] 79,2 Sód [mg] 2 204,6 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,4

2025-05-30 piątek

Dieta dziecięca lekkostrawna	Ryż na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Kurczak gotowany 50 g (<i>GLU, SOJ</i>) Salata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 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	Herbatniki 2 szt (<i>GLU, JAJ</i>)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) ogonówka wp. 40 g (<i>SOJ</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 256,7 Białko ogółem [g] 102,1 Tłuszcz [g] 63,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 8,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 22 Węglowodany ogółem [g] 326,4 suma cukrów prostych [g] 94,5 Sód [mg] 1 548,7 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,8
Dieta dziecięca cukrzycowa	Maślanka 330 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Kurczak gotowany 50 g (<i>GLU, SOJ</i>) Rzodkiewka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 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 Surówka z kiszanej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g	Wafle ryżowe 10 g	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) ogonówka wp. 40 g (<i>SOJ</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] 1 923,8 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 55,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 7,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 17,5 Węglowodany ogółem [g] 264,4 suma cukrów prostych [g] 62,9 Sód [mg] 2 224,4 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 31,6
Dieta bogatobiałkowa	Ryż na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 80 g (<i>GLU, SOJ</i>) Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	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		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (<i>SOJ</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 155,8 Białko ogółem [g] 118,3 Tłuszcz [g] 56,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 20 Węglowodany ogółem [g] 302,5 suma cukrów prostych [g] 75,1 Sód [mg] 2 014,2 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,7
Dieta niskobiałkowa/herkowa	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>) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 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 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Dżem niskosłodzony 60 g Salata masłowa 20 g Marchew gotowana opruszana 70 g (<i>GLU</i>) Herbata bez cukru 250 g	Herbatniki 2 szt (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 020 Białko ogółem [g] 70,9 Tłuszcz [g] 50,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 20,8 Węglowodany ogółem [g] 331,9 suma cukrów prostych [g] 90,6 Sód [mg] 1 911,7 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 33,6

2025-05-30 piątek

Dieta paplowata	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 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 ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 026,4 Białko ogółem [g] 106,6 Tłuszcz [g] 52,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 18,7 Węglowodany ogółem [g] 290,4 suma cukrów prostych [g] 82,6 Sód [mg] 1 960,9 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
Dieta podstawowa cięża/laktacja	Ryż na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Rzodkiewka 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 barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona. 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 130,5 Białko ogółem [g] 109,5 Tłuszcz [g] 53,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 19,4 Węglowodany ogółem [g] 312,9 suma cukrów prostych [g] 81,2 Sód [mg] 2 290,8 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 27
Dieta łatwostrawna cięża/laktacja	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 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-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 251,2 Białko ogółem [g] 113,1 Tłuszcz [g] 56,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 20,1 Węglowodany ogółem [g] 330,5 suma cukrów prostych [g] 109,3 Sód [mg] 1 669,5 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,9
Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Maślanka 330 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) 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 kiszanej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) 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] 1 888,4 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 49,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,1 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 274,8 suma cukrów prostych [g] 61,3 Sód [mg] 1 870,4 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,5

2025-05-30 piątek	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Sałata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g (SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 300 g	Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g (GLU, JAJ)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 179,5 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 302,9 suma cukrów prostych [g] 84,4 Sód [mg] 1 773,5 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 30
	Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 g Szynka krucha z pieca 20 g ogórek świeży 80 g Sałata 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) Makaron razowy gotowany 200 g (GLU) Udziec z indyka 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		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 295,1 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 65,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 344,8 suma cukrów prostych [g] 71,4 Sód [mg] 1 678,9 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,4
	Dieta łatwostrawna	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Sałata 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) Makaron gotowany 200 g (GLU, JAJ) Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 323 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 73,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,8 Węglowodany ogółem [g] 323,3 suma cukrów prostych [g] 70,2 Sód [mg] 1 940,3 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 22,9
2025-05-31 sobota	Dieta wrzodowa/złagodzona	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g (GLU, JAJ) Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron gotowany 200 g (GLU, JAJ) Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 602,5 Białko ogółem [g] 120,5 Tłuszcz [g] 88,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 35,3 Węglowodany ogółem [g] 340,3 suma cukrów prostych [g] 71,7 Sód [mg] 2 269,3 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,8

2025-05-31 sobota

wątrobowalitzuszkowa	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żyt 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	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Makaron gotowany 200 g (<i>GLU, JAJ</i>) Udziec z indyka gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos jarzynowy [Por] x 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Marchew gotowana opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 80g, pszenne 40g 1 Por (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Salata maslowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 523,2 Białko ogółem [g] 119,2 Tłuszcz [g] 83,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 32,1 Węglowodany ogółem [g] 333,5 suma cukrów prostych [g] 70,4 Sód [mg] 2 225,6 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,4
Dieta płynna wzmocniona	Kasza manna na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (<i>JAJ</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) mięso drobiowe 90 g (<i>SEL</i>) Marchew gotowana opruszana 150 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (<i>MLE</i>)	Mus z jabłka płynny z biskopiem 120 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) mięso drobiowe 90 g (<i>SEL</i>) Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 353,2 Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 107,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 40,4 Węglowodany ogółem [g] 257,5 suma cukrów prostych [g] 54,5 Sód [mg] 825,1 Sól [g] 2 Błonnik pokarmowy [g] 18,5
Dieta cukrzycowa	Serek homogenizowany 150 g Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 g Szynka krucha z pieca 20 g ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Makaron razowy gotowany 200 g (<i>GLU</i>) Udziec z indyka 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 Szynka gotowana extra wp 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Pomidor 70 g Salata maslowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g, polędwica dr.20 g 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 106,2 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 64,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,9 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 306,1 suma cukrów prostych [g] 48,5 Sód [mg] 1 722,5 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,9
Dieta dziecięca podstawowa	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) 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>) Makaron razowy gotowany 200 g (<i>GLU</i>) Udziec z indyka 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	Biszkopty bez cukru 30 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Pomidor 70 g Salata maslowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 520,5 Białko ogółem [g] 106,8 Tłuszcz [g] 81,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,9 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 33,6 Węglowodany ogółem [g] 355,6 suma cukrów prostych [g] 76 Sód [mg] 2 167,1 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4

2025-05-31 sobota

Dieta dziecięca lekkostrawna	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) jajko gotowane 1 szt. 1 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 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>) Makaron gotowany 200 g (<i>GLU, JAJ</i>) Udziec z indyka 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	Biszkopty bez cukru 30 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynkowa dębowa drobiowa 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	Jogurt owocowy 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 483,8 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 86,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensiyczne ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 334 suma cukrów prostych [g] 73,6 Sód [mg] 1 988,6 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 23,4
Dieta dziecięca cukrzycowa	Serek homogenizowany 150 g Pieczywo razowe 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 roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Makaron razowy gotowany 200 g (<i>GLU</i>) Udziec z indyka 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	Biszkopty bez cukru 30 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g 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] 2 367,6 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 84,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14 Kwasy tłuszczowe jednoniensiyczne ogółem [g] 35,2 Węglowodany ogółem [g] 313,3 suma cukrów prostych [g] 49,6 Sód [mg] 2 210,7 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,7
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 ogórek świeży 80 g Salata roszponka 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>) Makaron gotowany 200 g (<i>GLU, JAJ</i>) Udziec z indyka 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>) Szynkowa dębowa drobiowa 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	Serek homogenizowany 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 390,4 Białko ogółem [g] 116,3 Tłuszcz [g] 72,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 11,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensiyczne ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 327,2 suma cukrów prostych [g] 68 Sód [mg] 2 305 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,7
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 roszponka 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>) Makaron gotowany 200 g (<i>GLU, JAJ</i>) Gulasz warzywny 350 g (<i>GLU</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] 2 409,5 Białko ogółem [g] 74,3 Tłuszcz [g] 75 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 15,5 Kwasy tłuszczowe jednoniensiyczne ogółem [g] 34,3 Węglowodany ogółem [g] 373 suma cukrów prostych [g] 71,5 Sód [mg] 1 523,3 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 38,4

Dieta paplowata	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) 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 koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron gotowany 200 g (GLU, JAJ) Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 235,3 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 61,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 9,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 323,4 suma cukrów prostych [g] 68,8 Sód [mg] 1 957 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,3
Dieta podstawowa ciąża/laktacja	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g ogórek świeży 80 g Salata roszponka 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 (GLU, MLE)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy gotowany 200 g (GLU) Udziec z indyka 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		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 559,3 Białko ogółem [g] 115,7 Tłuszcz [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,6 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,2 Węglowodany ogółem [g] 373,2 suma cukrów prostych [g] 89,7 Sód [mg] 1 975 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,4
Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) 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 Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron gotowany 200 g (GLU, JAJ) Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 566,4 Białko ogółem [g] 112,1 Tłuszcz [g] 82,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 32,3 Węglowodany ogółem [g] 351,5 suma cukrów prostych [g] 88,5 Sód [mg] 2 100 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,9
Dieta cukrzycowa ciąża/laktacja	Serek homogenizowany 150 g Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Grejpfrut 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy gotowany 200 g (GLU) Udziec z indyka 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 razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g 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] 2 349,6 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 73,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,6 Węglowodany ogółem [g] 334,3 suma cukrów prostych [g] 66,8 Sód [mg] 1 882,2 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,9

2025-05-31 sobota	Dieta dziecięca latwostrawna częściowo rozdrobniona	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 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 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>) Makaron gotowany 200 g (<i>GLU, JAJ</i>) Udziec z indyka 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	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynkowa dębowa drobiowa 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] 2 595,5 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 86,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 29,9 Węglowodany ogółem [g] 355,2 suma cukrów prostych [g] 91,8 Sód [mg] 2 101,2 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,2
	Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Poledwica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Ziemniaki 200 g Salata z maślanką 70 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 Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Szynka zielonogórska wp 40 g (<i>GLU, SOJ, GOR</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] 2 090,5 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 73,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,8 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 29,5 Węglowodany ogółem [g] 264 suma cukrów prostych [g] 45,6 Sód [mg] 2 153,9 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 21
	Dieta latwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Poledwica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos koperkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Salata z maślanką 70 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 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	Biszkopty bez cukru 20 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 126,5 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 74,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,1 Węglowodany ogółem [g] 268,1 suma cukrów prostych [g] 66,2 Sód [mg] 1 702,7 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
2025-06-01 niedziela	Dieta wrzodowa/złagodzona	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Poledwica 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 grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos koperkowy 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 Ser biały półtłusty 50 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	Biszkopty bez cukru 20 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 209,6 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 77,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 282,1 suma cukrów prostych [g] 71,1 Sód [mg] 1 742 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,6

2025-06-01 niedziela	wątrobowal/tzuskowa	Platki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Piecztywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Poledwica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor bez skóry 80 g Salata rozspnka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Udtko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos koperkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Piecztywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 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	Biszkopty bez cukru 20 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 209,6 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 77,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 282,1 suma cukrów prostych [g] 71,1 Sód [mg] 1 742 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
	Dieta płynna wzmocniona	Platki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) żółtko jaja kurczego gotowane 1 Por (<i>JAJ</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (<i>MLE</i>)	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) mięso drobiowe 90 g (<i>SEL</i>) Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 089,5 Białko ogółem [g] 73,5 Tłuszcz [g] 91,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 34,1 Węglowodany ogółem [g] 254,6 suma cukrów prostych [g] 61,1 Sód [mg] 758,8 Sól [g] 1,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,9
	Dieta cukrzycowa	Jogurt naturalny 150 g (<i>MLE</i>) Piecztywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Poledwica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Salata rozspnka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Udtko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos koperkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Salata z masłanką 70 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Piecztywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Szynka zielonogórska wp 40 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,poledwica dr.20 g 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 957,7 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 68,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,2 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 243,9 suma cukrów prostych [g] 35,4 Sód [mg] 2 639,7 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	Dieta dziecięca podstawowa	Platki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bulka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Piecztywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Poledwica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Salata rozspnka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Udtko z kurczaka pieczone 1 szt Ziemniaki 200 g Salata z masłanką 70 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Bulka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Piecztywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Szynka zielonogórska wp 40 g (<i>GLU, SOJ, GOR</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] 2 226,3 Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 80,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,4 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,1 Węglowodany ogółem [g] 281,3 suma cukrów prostych [g] 58,1 Sód [mg] 2 167,7 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 21,6

2025-06-01 niedziela	Dieta dziecięca lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Południca wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor bez skóry 80 g Sałata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos koperkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Sałata z maślanką 70 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 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 Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 258,3 Białko ogółem [g] 103,6 Tłuszcz [g] 80,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 28,8 Węglowodany ogółem [g] 285 suma cukrów prostych [g] 78,6 Sód [mg] 1 717,4 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 21,1
	Dieta dziecięca cukrzycowa	Jogurt naturalny 150 g (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Południca wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Sałata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos koperkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Sałata z maślanką 70 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo razowe 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>) ogórek kwaszony 70 g Sałata 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] 2 089,5 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 10,9 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 260,8 suma cukrów prostych [g] 47,8 Sód [mg] 2 654,4 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,9
	Dieta bogatobiałkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Południca wiśniowa wp 80 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Sałata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos koperkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Sałata z maślanką 70 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Szyńka zielonogórska wp 40 g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 158,8 Białko ogółem [g] 109,7 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26 Węglowodany ogółem [g] 272,7 suma cukrów prostych [g] 59,3 Sód [mg] 1 913,4 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
	Dieta niskobiałkowa/herkowa	Zupa ryżanka 400 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 pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Ziemniaki 200 g Sałata z maślanką 70 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 wędliny 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL</i>) Sałata masłowa 20 g Marchew gotowana opruszana 70 g (<i>GLU</i>) Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 073,1 Białko ogółem [g] 80,8 Tłuszcz [g] 74,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,7 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,8 Węglowodany ogółem [g] 276,8 suma cukrów prostych [g] 54 Sód [mg] 1 433,2 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,9

2025-06-01 niedziela

Dieta paplowata	Platki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos koperkowy 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 Ser biały półtłusty 50 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	Biszkopty bez cukru 20 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 209,6 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 77,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 282,1 suma cukrów prostych [g] 71,1 Sód [mg] 1 742 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
Dieta podstawowa cięża/laktacja	Platki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Ziemniaki 200 g Salata z maślanką 70 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 Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Szynka zielonogórska wp 40 g (<i>GLU, SOJ, GOR</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] 2 265,3 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 77,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 14 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,8 Węglowodany ogółem [g] 291,9 suma cukrów prostych [g] 63,9 Sód [mg] 2 244,5 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 21
Dieta latwostrawna cięża/laktacja	Platki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) 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 (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos koperkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Salata z maślanką 70 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 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	Biszkopty bez cukru 20 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 301,3 Białko ogółem [g] 108,8 Tłuszcz [g] 78,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13,5 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 29,4 Węglowodany ogółem [g] 296 suma cukrów prostych [g] 84,5 Sód [mg] 1 793,3 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Jogurt naturalny 150 g (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) 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 (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos koperkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Salata z maślanką 70 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 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 razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 128,5 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 72 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 12,3 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 271,3 suma cukrów prostych [g] 53,8 Sód [mg] 2 731,2 Sól [g] 8,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,3

2025-06-01 niedziela	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Płatki owsiane na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Poledwica wiśniowa wp 50 g (<i>SOJ</i>) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g (<i>GLU, SEL</i>) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (<i>SEL</i>) Sos koperkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Ser biały półtusty 50 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	Biszkopty bez cukru 20 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 345,4 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 84,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem [g] 13 Kwasy tłuszczowe jednonienasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 299,5 suma cukrów prostych [g] 83,5 Sód [mg] 1 755,8 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,2
----------------------	---	---	-------------------	--	--------------------------------	---	--	--