

Śniadanie	Dieta Podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dieta papkowata/płynna wzmocniona D11/D12
	Płatki jęczmienne na mleku b/laktozy /7,1/ 350g Ser żółty 40g /7/ Szyńka z indyka 40g Papryka 30g Mix sałat 10g Kielki 2g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 80g /1/ Bułka pszenna 1 szt/1/ Herbata owocowa 200g	Płatki jęczmienne na mleku b/laktozy /7,1/ Szyńka z indyka 60g Miód 15g Pomidor 50g Mix sałat 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 80g /1/ Bułka pszenna 1 szt/1/ Herbata owocowa 200g	Płatki jęczmienne na mleku b/laktozy /7,1/ Szyńka z indyka 60g Miód 15g Pomidor 50g Mix sałat 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 80g /1/ Bułka pszenna 1 szt/1/ Herbata owocowa 200g	Płatki jęczmienne na mleku b/laktozy z dodatkiem lnu/7,1/ Szyńka z indyka 40g Papryka 30g Mix sałat 10g Kielki 2g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /1/ Herbata owocowa 200g	Kasza manna na mleku /1,7/, mleko w proszku /7/, miód, bułka pszenna /1/ 450g Herbata owocowa 200g
Obiad	Zupabarszcz ukraiński 400g /9,7,3/gotowanie trad Kotlet mielony wieprzowy 100g /1,3/ pieczenie bez dodatkowego tłuszczu w piecu konwekcyjnym Ziemniaki gotowane 200g Pomidor z koperkiem i jogurtem naturalnym 150g /7/ Woda 250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g /9,7/ gotowanie trad Kotlet mielony wieprzowy 100g /1,3/ pieczenie bez dodatkowego tłuszczu w piecu konwekcyjnym Ziemniaki gotowane 200g Pomidor z koperkiem i jogurtem naturalnym 150g /7/ Woda 250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g Kotlet mielony wieprzowy 100g /1,3/ pieczenie bez dodatkowego tłuszczu w piecu konwekcyjnym Ziemniaki gotowane 200g Pomidor z koperkiem i jogurtem naturalnym 150g /7/ Woda 250ml	Zupabarszcz ukraiński 400g /9,7,3/gotowanie trad Kotlet mielony wieprzowy 100g /1,3/ pieczenie bez dodatkowego tłuszczu w piecu konwekcyjnym Ziemniaki gotowane 200g Pomidor z koperkiem i jogurtem naturalnym 150g /7/ Woda 250ml	Zupa krem warzywny/9,7/, mięso wieprzowe, mleko w proszku /7/, śmietana /7/ 450ml Woda 250ml
Kolacja	Pasta rybna z natką pietruszki 80g /9/ Pomidor 50g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Pasta rybna z natką pietruszki 80g /9/ Pomidor 50g Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Pasta rybna z natką pietruszki 80g /9/ Pomidor 50g Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Pasta rybna z natką pietruszki 80g /9/ Pomidor 50g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /1/ Herbata 200g	Mięso wieprzowe, jajko/3/, seler /9/, marchew, pietruszka, oliwa, masło /7/, kasza manna /1/ 450ml Herbata 200g
Wartości odżywczoenergetyczne/Posilek	Ciasteczka owsiane bez cukru 1 op. /1,3,7/	Ciasteczka owsiane bez cukru 1 op. /1,3,7/	Ciasteczka owsiane bez cukru 1 op. /1,3,7/	Ciasteczka owsiane bez cukru 1 op. /1,3,7/	Koktajl truskawkowo-jogurtowy 150g /7/
Wartości odżywczoenergetyczne	Wartość energet. [kcal]: 2560,36 Białko ogółem [g]: 104,80 Tłuszcz [g]: 67,12 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 20,14 Węglowodany ogółem [g]: 384,34 – w tym cukry [g]: 96,09 Błonnik [g]: 32,18 Sól [g]: 5,14	Wartość energet. [kcal]: 2601,03 Białko ogółem [g]: 107,12 Tłuszcz [g]: 73,11 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 21,93 Węglowodany ogółem [g]: 378,75 – w tym cukry [g]: 94,69 Błonnik [g]: 30,98 Sól [g]: 5,20	Wartość energet. [kcal]: 2542,11 Białko ogółem [g]: 106,18 Tłuszcz [g]: 69,20 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 20,76 Węglowodany ogółem [g]: 374,25 – w tym cukry [g]: 93,56 Błonnik [g]: 30,98 Sól [g]: 5,20	Wartość energet. [kcal]: 2402,00 Białko ogółem [g]: 109,11 Tłuszcz [g]: 78,14 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 23,44 Węglowodany ogółem [g]: 301,93 – w tym cukry [g]: 75,48 Błonnik [g]: 30,50 Sól [g]: 5,01	Wartość energet. [kcal]: 1901,18 Białko ogółem [g]: 90,80 Tłuszcz [g]: 65,12 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 19,54 Węglowodany ogółem [g]: 238,75 – w tym cukry [g]: 59,69 Błonnik [g]: 26,30 Sól [g]: 3,80

Czwartek 19.03.2026

Śniadanie	Dieta Podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dieta papkowata/płynna wzmocniona D11/D12
	Serek wiejski 150g /7/ Paszтет pieczony drobiowy 70g /1,9,3/ Ogórek kiszony 50g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 80g / 1/Bułka pszenna 1 szt/1/ Herbata 200g	Serek wiejski 150g /7/ Wędlina drobiowa 60g Cukinia gotowana 50g Masło 1 szt Pieczywo mieszane 80g / 1/Bułka pszenna 1 szt/1/ Herbata 200g	Serek wiejski 150g /7/ Wędlina drobiowa 60g Cukinia gotowana 50g Masło 1 szt Pieczywo mieszane 80g / 1/Bułka pszenna 1 szt/1/ Herbata 200g	Serek wiejski 150g /7/ Paszтет pieczony drobiowy 70g /1,9,3/ Ogórek kiszony 50g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /1/ Herbata 200g	Kasza manna na mleku /1,7/, mleko w proszku /7/, miód, bułka pszenna / 1/ 450g Herbata 200g
Obiad	Zupa żurek z kielbasą i jajkiem 400g /1,3,7,9/ got. tradycyjne Pierogi ruskie 240g /6szt/ /1,3,7/ gotowanie trad. Surówka z kapusty pekińskiej 150g Woda 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami /7,9/ 400g Pierogi ruskie 240g /6szt/ /1,3,7/ gotowanie trad. Marchew z jogurtem 150g Woda 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami /7,9/ 400g Pierogi ruskie 240g /6szt/ /1,3,7/ gotowanie trad. Marchew z jogurtem 150g Woda 250ml	Zupa żurek z kielbasą i jajkiem 400g / 1,3,7,9/ got. tradycyjne Kaszotto z kaszą pęczak i warzywami 250g /1/ Surówka z kapusty pekińskiej 150g Woda 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami /7,9/ mięso wieprzowe, mleko w proszku /7/, śmietana /7/ 450ml Woda 250ml
Kolacja	Szynka drobiowa 60g Sałata 25g Pomidor 50g Pieczywo mieszane 100g / 1/ Masło 15g /7/ Herbata 200ml	Szynka drobiowa 60g Pomidor 50g Sałata 25g Pieczywo mieszane 100g / 1/ Masło 15g /7/ Herbata 200ml	Szynka drobiowa 60g Pomidor 50g Sałata 25g Pieczywo mieszane 100g / 1/ Masło 15g /7/ Herbata 200ml	Szynka drobiowa 60g Sałata 25g Pomidor 50g Chleb razowy 100g /1/ Masło 15g /7/ Herbata 200ml	Mięso drobiowe, jajko/3/, seler /9/ marchew, pietruszka, oliwa, masło /7/ kasza manna /1/ 450ml Herbata 200ml
Posiłek nocny	Sok owocowy bez cukru 200ml	Sok owocowy bez cukru 200ml	Sok owocowy bez cukru 200ml	Sok owocowy bez cukru 200ml	Sok owocowy bez cukru 200ml
Wartości odżywcze	Wartość energet. [kcal]: 2496,31 Białko ogółem [g]: 81,24 Tłuszcz [g]: 96,78 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 29,03 Węglowodany ogółem [g]: 329,07 – w tym cukry [g]: 82,27 Błonnik [g]: 25,29 Sól [g]: 7,11	Wartość energet. [kcal]: 2420,15 Białko ogółem [g]: 92,33 Tłuszcz [g]: 67,15 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 20,15 Węglowodany ogółem [g]: 362,65 – w tym cukry [g]: 90,66 Błonnik [g]: 25,97 Sól [g]: 7,02	Wartość energet. [kcal]: 2420,15 Białko ogółem [g]: 92,33 Tłuszcz [g]: 67,15 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 20,15 Węglowodany ogółem [g]: 362,65 – w tym cukry [g]: 90,66 Błonnik [g]: 25,97 Sól [g]: 7,02	Wartość energet. [kcal]: 2296,23 Białko ogółem [g]: 73,57 Tłuszcz [g]: 98,92 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 29,68 Węglowodany ogółem [g]: 292,69 – w tym cukry [g]: 73,17 Błonnik [g]: 30,37 Sól [g]: 6,89	Wartość energet. [kcal]: 2100,36 Białko ogółem [g]: 97,12 Tłuszcz [g]: 69,18 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 20,75 Węglowodany ogółem [g]: 270,50 – w tym cukry [g]: 67,63 Błonnik [g]: 24,90 Sól [g]: 2,98

Śniadanie	Dieta Podstawowa 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6	Dieta papkowata/płynna wzmocniona 12,13,14
	Ryż biały na mleku b/laktozy 350ml Wędlina wieprzowa 40g Ser żółty 40g /7/ Sałata 25g Papryka 35g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 80g / 1/Bułka pszenna 1 szt/1/ Herbata 200g	Ryż biały na mleku b/laktozy 350ml Wędlina drobiowa 40g Ser biały plastry 40g /7/ Sałata 25g Pomidor 50g Pieczywo mieszane 80g / 1/Bułka pszenna 1 szt/1/ Masło 15g /7/ Herbata 200g	Ryż biały na mleku b/laktozy 350ml Wędlina drobiowa 40g Ser biały plastry 40g /7/ Sałata 25g Pomidor 50g Pieczywo mieszane 80g / 1/Bułka pszenna 1 szt/1/ Masło 15g /7/ Herbata 200g	Ryż brązowy na mleku b/laktozy z dodatkiem Inu 350ml Wędlina wieprzowa 40g Ser żółty 40g /7/ Sałata 25g Papryka 35g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /1/ Herbata 200g/	Kasza manna na mleku /1,7/, mleko w proszku /7/, miód, bułka pszenna / 1/ 450g Herbata 200g
Obiad	Zupa pomidorowa z białym ryżem 400g / 7,9/ gotowanie trad. Kotlet rybny 90g / 1,3,4/ pieczenie bez dodatkowego tłuszczu w piecu konwekcyjnym Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z marchewki z ananasem 150g Woda 250ml	Zupa pomidorowa z białym ryżem 400g / 7,9/ gotowanie trad. Pulek rybny 90g / 1,3,4/ gotowanie na parze oraz gotowanie tradycyjne Sos koperkowy 90ml/1,7/ Ziemniaki gotowane 200g Surówka z marchewki z ananasem 150g Woda 250ml	Zupa pomidorowa z białym ryżem 400g / 7,9/ gotowanie trad. Pulek rybny 90g / 1,3,4/ gotowanie na parze oraz gotowanie tradycyjne Sos koperkowy 90ml/1,7/ Ziemniaki gotowane 200g Surówka z marchewki z ananasem 150g Woda 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400g /7,9/ gotowanie trad. Kotlet rybny 90g / 1,3,4/ pieczenie bez dodatkowego tłuszczu w piecu konwekcyjnym Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z marchewki z ananasem 150g Woda 250ml	Zupa pomidorowa z białym ryżem /7,9/ ryba na parze/4/ mleko w proszku /7/ śmietana /7/ 450ml Woda 250ml
Kolacja	Schab gotowany 60g Pomidor 50g Mix sałat 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g / 1/ Herbata 200g	Schab gotowany 60g Pomidor 50g Mix sałat 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Schab gotowany 60g Pomidor 50g Mix sałat 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g / 1/ Herbata 200g	Schab gotowany 60g Pomidor 50g Mix sałat 10g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /1/ Herbata 200g	Mięso wieprzowe, jajko/3/, seler /9/ marchew, pietruszka, oliwa, masło /7/ kasza manna /1/ 450ml Herbata 200g
Wartości odżywczoenergetyczne	Mandarynka 1 szt ok.90g	Banan 115g	Banan 115g	Mandarynka 1 szt ok.90g Słonecznik 15g	Mus z banana 115g
Wartości odżywczoenergetyczne	Wartość energet. [kcal]: 2290,51 Białko ogółem [g]: 95,18 Tłuszcz [g]: 71,82 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 21,55 Węglowodany ogółem [g]: 300,12 – w tym cukry [g]: 75,03 Błonnik [g]: 26,54 Sól [g]: 4,22	Wartość energet. [kcal]: 2216,98 Białko ogółem [g]: 94,06 Tłuszcz [g]: 67,94 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 20,38 Węglowodany ogółem [g]: 322,68 – w tym cukry [g]: 80,67 Błonnik [g]: 23,09 Sól [g]: 4,11	Wartość energet. [kcal]: 2176,98 Białko ogółem [g]: 94,06 Tłuszcz [g]: 67,94 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 20,38 Węglowodany ogółem [g]: 322,68 – w tym cukry [g]: 80,67 Błonnik [g]: 23,09 Sól [g]: 4,11	Wartość energet. [kcal]: 2242,48 Białko ogółem [g]: 92,11 Tłuszcz [g]: 72,35 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 21,71 Węglowodany ogółem [g]: 299,18 – w tym cukry [g]: 74,80 Błonnik [g]: 27,47 Sól [g]: 4,30	Wartość energet. [kcal]: 1930,12 Białko ogółem [g]: 96 Tłuszcz [g]: 70,21 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 21,06 Węglowodany ogółem [g]: 229,18 – w tym cukry [g]: 57,30 Błonnik [g]: 22,17 Sól [g]: 3,05

Sobota 21.03.2026

Śniadanie	Dieta Podstawowa 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6	Dieta papkowata/płynna wzmocniona 12,13,14
	Serek waniliowy 150g/7/ Paprykarz 90g /4,1/ Ogórek kiszony 50g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 80g / 1/Bułka pszenna 1 szt/1/ Herbata 200g	Serek waniliowy 150g/7/ Pasta rybno-twarogowa 90g Pomidor 100g Pieczywo mieszane 80g / 1/Bułka pszenna 1 szt/1/ Masło 15g /7/ Herbata 200g	Serek waniliowy 150g/7/ Pasta rybno-twarogowa 90g Pomidor 100g Pieczywo mieszane 80g / 1/Bułka pszenna 1 szt/1/ Masło 15g /7/ Herbata 200g	Serek naturalny 100g/7/ Paprykarz 90g /4,1/ Ogórek kiszony 50g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /1/ Herbata 200g	Kasza manna na mleku /1,7/, mleko w proszku /7/, miód, bułka pszenna / 1/ 450g Herbata 200g
Obiad	Zupa z białej kapusty 400g /7,9/ gotowanie trad. Risotto z kurczakiem i warzywami /7/ 350g pieczenie bez dodatku tłuszczu w piecu konwekcyjnym Woda 250ml	Zupa ziemniaczana 400g /7,9/ Risotto z kurczakiem i warzywami /7/ 350g pieczenie bez dodatku tłuszczu w piecu konwekcyjnym Woda 250ml	Zupa ziemniaczana 400g / 7,9/ Risotto z kurczakiem i warzywami /7/ 350g pieczenie bez dodatku tłuszczu w piecu konwekcyjnym Woda 250ml	Zupa z białej kapusty 400g /7,9/ gotowanie trad. Risotto (ryż brązowy) z kurczakiem i warzywami /7/ 350g pieczenie bez dodatku tłuszczu w piecu konwekcyjnym Woda 250ml	Zupa ziemniaczana/7,9/ mięso drobiowe, mleko w proszku /7/, śmietana /7/ 450ml Woda 250ml
Kolacja	Jajko gotowane 50g /3/ Szynka wieprzowa 40g Papryka 50g Sałata 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g Herbata 200g	Pasta z białka 50g /3/ Szynka wieprzowa 40g Cukinia gotowana 100g Pieczywo mieszane 100g/1/ Masło 15g /7/ Herbata 200g	Pasta z białka 50g /3/ Szynka wieprzowa 40g Cukinia gotowana 100g Pieczywo mieszane 100g / 1/ Masło 15g /7/ Herbata 200g	Jajko gotowane 50g /3/ Szynka wieprzowa 40g Papryka 50g Sałata 10g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /1/ Herbata 200g	Mięso drobiowe, jajko/3/, seler /9/, marchew, pietruszka, oliwa, masło /7/, kasza manna /1/ 450ml Herbata 200g
Wartości odżywcze	Jabłko 265g	Jabłko gotowane 265g	Jabłko gotowane 265g	Jabłko 265g Migdały 15g	Mus z jabłka 100ml
Wartości odżywcze	Wartość energet. [kcal]: 2392,49 Białko ogółem [g]: 79,13 Tłuszcz [g]: 62,85 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 18,86 Węglowodany ogółem [g]: 370,50 – w tym cukry [g]: 92,63 Błonnik [g]: 32,02 Sól [g]: 3,96	Wartość energet. [kcal]: 2157,11 Białko ogółem [g]: 74,12 Tłuszcz [g]: 61,09 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 18,33 Węglowodany ogółem [g]: 316,58 – w tym cukry [g]: 79,15 Błonnik [g]: 28,92 Sól [g]: 4,10	Wartość energet. [kcal]: 2157,11 Białko ogółem [g]: 74,12 Tłuszcz [g]: 61,09 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 18,33 Węglowodany ogółem [g]: 316,58 – w tym cukry [g]: 79,15 Błonnik [g]: 28,92 Sól [g]: 4,10	Wartość energet. [kcal]: 2260,23 Białko ogółem [g]: 91,01 Tłuszcz [g]: 73,18 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 21,95 Węglowodany ogółem [g]: 301,65 – w tym cukry [g]: 75,41 Błonnik [g]: 35,14 Sól [g]: 3,78	Wartość energet. [kcal]: 1996,86 Białko ogółem [g]: 90,89 Tłuszcz [g]: 69,75 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 20,93 Węglowodany ogółem [g]: 250,47 – w tym cukry [g]: 62,62 Błonnik [g]: 23,96 Sól [g]: 2,96

Niedziela 22.03.2026

Sniadanie	Dieta Podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dieta papkowata/płynna wzmocniona D11/D12
	Jogurt pitny 150 g/7/ Wędlina z piersi indyka 40g Ser żółty 40g /7/ Pomidor 50g Mix sałat 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 120g /1/ Kawa na mleku b/laktozy 200g /1,7/	Jogurt pitny 150 g/7/ Wędlina z piersi indyka 40g Ser twarogowy 40g /7/ Pomidor 50g Mix sałat 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 120g /1/ Kawa na mleku b/laktozy 200g /1,7/	Jogurt pitny 150 g/7/ Wędlina z piersi indyka 40g Ser twarogowy 40g /7/ Pomidor 50g Mix sałat 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 120g /1/ Kawa na mleku b/laktozy 200g /1,7/	Jogurt pitny naturalny 150 g/7/ Wędlina z piersi indyka 40g Ser żółty 40g /7/ Pomidor 50g Mix sałat 10g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /1/ Kawa na mleku b/laktozy 200g /1,7/	Kasza manna na mleku /1,7/, mleko w proszku /7/, miód, bułka pszenna /1/ 450g Kawa na mleku b/laktozy 200g /1,7/
Obiad	Rosół z makaronem pszennym 350g /1,3,9/ gotowanie trad. Gulasz wieprzowy 150g /1,7/ duszenie bez wcześniejszego obsmażania Kasza gryczana 200g Surówka z kapusty kiszonej 150g Woda 250ml	Rosół z makaronem pszennym 350g /1,3,9/ gotowanie trad. Gulasz wieprzowy 150g /1,7/ duszenie bez wcześniejszego obsmażania Kasza jęczmienna 200g /1/ Buraczki tarte z olejem 150g Woda 250ml	Rosół z makaronem pszennym 350g /1,3,9/ gotowanie trad. Gulasz wieprzowy 150g /1,7/ duszenie bez wcześniejszego obsmażania Kasza jęczmienna 200g /1/ Buraczki tarte z olejem 150g Woda 250ml	Rosół z makaronem razowym 350g /1,3,9/ gotowanie trad. Gulasz wieprzowy 150g /1,7/ duszenie bez wcześniejszego obsmażania Kasza gryczana 200g Surówka z kapusty kiszonej 150g Woda 250ml	Rosół /1,3,9/ mięso wieprzowe, mleko w proszku /7/, śmietana /7/ 450ml Woda 500ml
Kolacja	Twaróg z zieleniną 70g /7/ Ogórek 50g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Twaróg z zieleniną 70g /7/ Pomidor 50g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Twaróg z zieleniną 70g /7/ Pomidor 50g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Twaróg z zieleniną 70g /7/ Ogórek 50g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /1/ Herbata 200g	Mięso wieprzowe, jajko/3/, seler /9/, marchew, pietruszka, oliwa, masło /7/, kasza manna /1/ 450ml Herbata 200g
Wartości odżywcze	Gruszka 215g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Gruszka 215g Orzechy włoskie 15g	Mus owocowy 100g
Wartości odżywcze	Wartość energet. [kcal]: 2542,03 Białko ogółem [g]: 124,32 Tłuszcz [g]: 94,01 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 28,20 Węglowodany ogółem [g]: 299,04 – w tym cukry [g]: 74,76 Błonnik [g]: 34,92 Sól [g]: 6,34	Wartość energet. [kcal]: 2405,11 Białko ogółem [g]: 122,98 Tłuszcz [g]: 92,11 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 27,63 Węglowodany ogółem [g]: 271,25 – w tym cukry [g]: 67,81 Błonnik [g]: 31,89 Sól [g]: 6,54	Wartość energet. [kcal]: 2405,11 Białko ogółem [g]: 122,98 Tłuszcz [g]: 92,11 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 27,63 Węglowodany ogółem [g]: 217,25 – w tym cukry [g]: 54,31 Błonnik [g]: 31,89 Sól [g]: 6,54	Wartość energet. [kcal]: 2608,21 Białko ogółem [g]: 126,90 Tłuszcz [g]: 97,77 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 29,33 Węglowodany ogółem [g]: 290,80 – w tym cukry [g]: 72,70 Błonnik [g]: 36,10 Sól [g]: 6,09	Wartość energet. [kcal]: 2108,32 Białko ogółem [g]: 91,55 Tłuszcz [g]: 70,96 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 21,29 Węglowodany ogółem [g]: 275,25 – w tym cukry [g]: 68,81 Błonnik [g]: 25,21 Sól [g]: 3,84

Poniedziałek 23.03.2026

Śniadanie	Dieta Podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dieta papkowata/płynna wzmocniona D11/D12
	Deser mleczny ryżowy 150g /7 Wędlina drobiowa 40g Ser żółty 40g /7/ Pomidor 50g Ogórek 25g Kiełki 2g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 80g / 1/Bułka pszenna 1 szt/1/ Herbata miętowa 200g	Deser mleczny ryżowy 150g /7 Wędlina drobiowa 40g Twaróg 40g Pomidor 80g Pieczywo mieszane 80g / 1/Bułka pszenna 1 szt/1/ Masło 15g /7/ Herbata miętowa 200g	Deser mleczny ryżowy 150g /7 Wędlina drobiowa 40g Twaróg 40g Pomidor 80g Pieczywo mieszane 80g / 1/Bułka pszenna 1 szt/1/ Masło 15g /7/ Herbata miętowa 200g	Serek wiejski 150g /7/ Wędlina drobiowa 40g Ser żółty 40g /7/ Pomidor 50g Ogórek 25g Kiełki 2g Chleb razowy 100g /1/ Masło 15 g /7/ Herbata miętowa 200g	Kasza manna na mleku /1,7/, mleko w proszku /7/, miód, bułka pszenna /1/ 450g Herbata miętowa 200g
Obiad	Zupa jarzynowa 400g / 7,9/ got. tradycyjne Łazanki z kielbasą drobiową i kiszoną kapustą 350g /1,3/ gotowanie tradycyjne, duszenie bez wczesniejszego obsmażania Woda 250ml	Zupa jarzynowa 400g / 7,9/ got. tradycyjne Makaron z kielbasą drobiową i warzywami 350g /1,3/ Woda 250ml	Zupa jarzynowa 400g / 7,9/ got. tradycyjne Makaron z kielbasą drobiową i warzywami 350g /1,3/ Woda 250ml	Zupa jarzynowa 400g /7,9/ got. tradycyjne Łazanki z kielbasą drobiową i kiszoną kapustą z makaronem pełnoziarnistym 350g /1,7/ Woda 250ml	Zupa jarzynowa /7,9/, mięso drobiowe, mleko w proszku /7/, śmietana /7/ 450ml Woda 250ml
Kolacja	Serek śmietankowy 60g/7/ Papryka 50g Ogórek 20g Roszponka 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Serek śmietankowy 60g/7/ Cukinia gotowana 80g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /7/ Herbata 200g	Serek śmietankowy 60g/7/ Cukinia gotowana 80g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /7/ Herbata 200g	Serek śmietankowy 60g/7/ Papryka 50g Ogórek 20g Roszponka 10g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /7/ Herbata 200g	Mięso drobiowe, jajko/3/, seler /9/, marchew, pietruszka, oliwa, masło /7/, kasza manna /1/ 450ml Herbata 200g
Wartości odżywcze	Salatka owocowa 120g	Salatka owocowa 120g	Salatka owocowa 120g	Salatka owocowa 120g	Mus z owocowy 115g
Wartości odżywcze	Wartość energet. [kcal]: 2347,14 Białko ogółem [g]: 109,01 Tłuszcz [g]: 82,11 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 24,63 Węglowodany ogółem [g]: 293,28 – w tym cukry [g]: 73,32 Błonnik [g]: 26,98 Sól [g]: 5,17	Wartość energet. [kcal]: 2198,36 Białko ogółem [g]: 103,14 Tłuszcz [g]: 74,18 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 22,25 Węglowodany ogółem [g]: 280,02 – w tym cukry [g]: 70,01 Błonnik [g]: 26,18 Sól [g]: 5,31	Wartość energet. [kcal]: 2198,36 Białko ogółem [g]: 103,14 Tłuszcz [g]: 74,18 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 22,25 Węglowodany ogółem [g]: 280,02 – w tym cukry [g]: 70,01 Błonnik [g]: 26,18 Sól [g]: 5,31	Wartość energet. [kcal]: 2427,23 Białko ogółem [g]: 113,07 Tłuszcz [g]: 88,94 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 26,68 Węglowodany ogółem [g]: 292,80 – w tym cukry [g]: 73,20 Błonnik [g]: 28,77 Sól [g]: 5,86	Wartość energet. [kcal]: 1917,00 Białko ogółem [g]: 94,12 Tłuszcz [g]: 68,00 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 20,40 Węglowodany ogółem [g]: 323,25 – w tym cukry [g]: 80,81 Błonnik [g]: 24,12 Sól [g]: 3,18

Śniadanie	Dieta Podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dieta papkowata/płynna wzmocniona D11/D12
	Płatki owsiane na mleku b/laktozy 350 ml /1,7/ Paszтет z kurczaka pieczony 70g /1,3/ Ogórek kiszony 50g Pomidor 25g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 120g /1/ Herbata 200g	Płatki owsiane na mleku b/laktozy 350 ml /1,7/ Wędlina drobiowa 60g Miód 1 szt 15g Pomidor 50g Sałata 20g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 120g /1/ Herbata 200g	Płatki owsiane na mleku b/laktozy 350 ml /1,7/ Wędlina drobiowa 60g Miód 1 szt 15g Pomidor 50g Sałata 20g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 120g /1/ Herbata 200g	Płatki owsiane na mleku b/laktozy z dodatkiem lnu 350 ml /1,7/ Paszтет z kurczaka pieczony 50g /1,3/ Ogórek kiszony 50g Pomidor 25g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /1/ Herbata 200g	Kasza manna na mleku /1,7/, mleko w proszku /7/, miód, bułka pszenna /1/ 450g Herbata 200g
Obiad	Zupa grochowa 400g /1,9/ got. tradycyjne Ryż parboiled gotowany 200g Udko z kurczaka w sosie własnym 120g-140g – pieczenie bez dodatku tłuszczu w piecu konwekcyjnym Surówka z kapusty czerwonej z dodatkiem oliwy 100g Woda 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400g /7,9/ Ryż parboiled gotowany 200g Udko z kurczaka w sosie własnym 120g-140g pieczenie bez dodatku tłuszczu w piecu konwekcyjnym Sałata z jogurtem 100g Woda 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400g /7,9/ Ryż parboiled gotowany 200g Udko z kurczaka w sosie własnym 120g-140g pieczenie bez dodatku tłuszczu w piecu konwekcyjnym Sałata z jogurtem 100g Woda 250ml	Zupa grochowa 400g /1,9/ got. tradycyjne Ryż brązowy gotowany 200g Udko z kurczaka w sosie własnym 120g-140g – pieczenie bez dodatku tłuszczu w piecu konwekcyjnym Surówka z kapusty czerwonej z dodatkiem oliwy 100g Woda 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami, mięso drobiowe, mleko w proszku /7/, śmietana /7/ 450ml Woda 250ml
Kolacja	Ser żółty 60g Ogórek 50g Rzodkiewka 16g Rukola 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Ser biały plastry 60g Pomidor 80g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Ser biały plastry 60g Pomidor 80g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Ser żółty 60g Ogórek 50g Rzodkiewka 16g Rukola 10g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /1/ Herbata 200g	Mięso drobiowe, jajko/3/, seler /9/, marchew, pietruszka, oliwa, masło /7/, kasza manna /1/ 450ml Herbata 200g
Wartości odżywczoenergetyczne	Gruszka 215g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Gruszka 215g Orzechy włoskie 15g	Mus owocowy 100g
Wartości odżywczoenergetyczne	Wartość energet. [kcal]: 2542,03 Białko ogółem [g]: 124,32 Tłuszcz [g]: 94,01 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 28,20 Węglowodany ogółem [g]: 299,04 – w tym cukry [g]: 74,76 Błonnik [g]: 34,92 Sól [g]: 6,34	Wartość energet. [kcal]: 2405,11 Białko ogółem [g]: 122,98 Tłuszcz [g]: 92,11 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 27,63 Węglowodany ogółem [g]: 271,25 – w tym cukry [g]: 67,81 Błonnik [g]: 31,89 Sól [g]: 6,54	Wartość energet. [kcal]: 2405,11 Białko ogółem [g]: 122,98 Tłuszcz [g]: 92,11 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 27,63 Węglowodany ogółem [g]: 217,25 – w tym cukry [g]: 54,31 Błonnik [g]: 31,89 Sól [g]: 6,54	Wartość energet. [kcal]: 2608,21 Białko ogółem [g]: 126,90 Tłuszcz [g]: 97,77 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 29,33 Węglowodany ogółem [g]: 290,80 – w tym cukry [g]: 72,70 Błonnik [g]: 36,10 Sól [g]: 6,09	Wartość energet. [kcal]: 1917,00 Białko ogółem [g]: 94,12 Tłuszcz [g]: 68,00 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 20,40 Węglowodany ogółem [g]: 323,25 – w tym cukry [g]: 80,81 Błonnik [g]: 24,12 Sól [g]: 3,18

Śniadanie	Dieta Podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dieta papkowata/płynna wzmocniona D11/D12
	Serek waniliowy 150g/7/ Parówki drobiowe 2 szt. 60g Kecup bez dodatku cukru 20g Pomidor 50g Kiełki 2 g Rzodkiewka 16 g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 80g /1/ Bułka pszenna 1 szt/1/ Kawa inka na mleku b/laktozy /1,7/200g	Serek waniliowy 150g/7/ Parówki drobiowe 2 szt. 60g Kecup bez dodatku cukru 20g Pomidor 80g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 80g /1/ Bułka pszenna 1 szt/1/ Kawa inka na mleku b/laktozy /1,7/200g	Serek waniliowy 150g/7/ Wędlina drobiowa 60g Dżem 25g Pomidor 80g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 80g /1/ Bułka pszenna 1 szt/1/ Kawa inka na mleku b/laktozy /1,7/200g	Kefir 150g/7/ Parówki drobiowe 2 szt. 60g Kecup bez dodatku cukru 20g Pomidor 50g Kiełki 2 g Rzodkiewka 16 g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /1/ Kawa inka na mleku b/laktozy /1,7/200g	Kasza manna na mleku /1,7/, mleko w proszku /7/, miód, bułka pszenna /1/ 450g Kawa inka na mleku b/laktozy /1,7/200g
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem pszennym 400g /7,9/ got. Tradycyjne Kotlet schabowy w panierce z mąki z ciecierzycy 130g/1,3/ smażenie Ziemniaki gotowane 200g Surówka z buraczków z jabłkiem i oliwą 100g Woda 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem pszennym 400g /7,9/ Pulpet wieprzowy gotowany 100g Ziemniaki gotowane 200g Surówka z buraczków z jabłkiem i oliwą 100g Woda 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem pszennym 400g /7,9/ Pulpet wieprzowy gotowany 100g Ziemniaki gotowane 200g Surówka z buraczków z jabłkiem i oliwą 100g Woda 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 400g /7,9/ Kotlet schabowy w panierce z mąki z ciecierzycy 130g/1,3/ Ziemniaki gotowane 200g Surówka z buraczków z jabłkiem i oliwą 100g Woda 250ml	Zupa pomidorowa, mięso wieprzowe, mleko w proszku /7/, śmietana /7/ 450ml Woda 250ml
Kolacja	Szynka drobiowa 60g Mix sałat 30g Papryka czerwona 30g Pieczywo mieszane 100g /1/ Masło 15g /7/ Herbata 200g	Szynka drobiowa 60g Cukinia gotowana 60g Pieczywo mieszane 100g /1/ Masło 15g /7/ Herbata 200g	Szynka drobiowa 60g Cukinia gotowana 60g Pieczywo mieszane 100g /1/ Masło 15g /7/ Herbata 200g	Szynka drobiowa 60g Mix sałat 30g Papryka czerwona 30g Chleb razowy 100g /1/ Masło 15g /7/ Herbata 200g	Mięso wieprzowe, jajko/3/, seler /9/, marchew, pietruszka, oliwa, masło /7/, kasza manna /1/ 450ml Herbata 200g
Posilek nocny	Mandarynka 1 szt ok.90g	Banan 115g	Banan 115g	Mandarynka 1 szt ok.90g Słonecznik 15g	Mus z banana 115g
Wartości odżywcze	Wartość energet. [kcal]: 2486,00 Białko ogółem [g]: 121,12 Tłuszcz [g]: 93,90 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 28,17 Węglowodany ogółem [g]: 289,25 – w tym cukry [g]: 72,31 Błonnik [g]: 29,70 Sól [g]: 5,11	Wartość energet. [kcal]: 2196,02 Białko ogółem [g]: 108,60 Tłuszcz [g]: 75,05 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 22,52 Węglowodany ogółem [g]: 271,50 – w tym cukry [g]: 67,88 Błonnik [g]: 28,86 Sól [g]: 5,14	Wartość energet. [kcal]: 2118,00 Białko ogółem [g]: 105,14 Tłuszcz [g]: 72,96 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 21,89 Węglowodany ogółem [g]: 260,27 – w tym cukry [g]: 65,07 Błonnik [g]: 28,01 Sól [g]: 5,05	Wartość energet. [kcal]: 2478,12 Białko ogółem [g]: 122,90 Tłuszcz [g]: 96,83 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 29,05 Węglowodany ogółem [g]: 279,66 – w tym cukry [g]: 69,92 Błonnik [g]: 31,11 Sól [g]: 5,32	Wartość energet. [kcal]: 1970,00 Białko ogółem [g]: 90,22 Tłuszcz [g]: 71,30 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 21,39 Węglowodany ogółem [g]: 240,50 – w tym cukry [g]: 60,13 Błonnik [g]: 24,12 Sól [g]: 2,89

Czwartek 26.03.2026

Sniadanie	Dieta Podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dieta papkowata/płynna wzmocniona D11/D12
	Ryż biały na mleku 350 ml /1,7/ Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g /7/ Papryka 80g Mix sałat z rukolą 20g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 120g /1/ Herbata 200g	Ryż biały na mleku 350 ml /1,7/ Pasta z białek jaj z koperkiem 70g /7/ Pomidor 80g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 120g /1/ Herbata 200g	Ryż biały na mleku 350 ml /1,7/ Pasta z białek jaj z koperkiem 70g /7/ Pomidor 80g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 120g /1/ Herbata 200g	Ryż brązowy na mleku 350ml /1,7/ Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g /7/ Papryka 80g Mix sałat z rukolą 20g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /1/ Herbata 200g	Kasza manna na mleku /1,7/, mleko w proszku /7/, miód, bułka pszenna /1/ 450g Herbata 200g
Obiad	Zupa krupnik 400g /1,7,9/ gotowanie tradycyjnie Kopytka 8 szt. Gulasz wieprzowy 150ml /1,9/ gotowane tradycyjnie Surówka z białej kapusty z marchewką 100g Woda 250ml	Zupa krupnik 400g /1,7,9/ Kopytka 8 szt. Gulasz wieprzowy 150ml /1,9/ gotowane tradycyjnie Surówka z marchewki 100g Woda 250ml	Zupa krupnik 400g /1,7,9/ Kopytka 8 szt. Gulasz wieprzowy 150ml /1,9/ gotowane tradycyjnie Surówka z marchewki 100g Woda 250ml	Zupa krupnik 400g /1,7,9/ Kopytka 8 szt. Gulasz wieprzowy 150ml /1,9/ gotowane tradycyjnie Surówka z białej kapusty z marchewką 100g Woda 250ml	Zupa krupnik, mięso wieprzowe, mleko w proszku /7/, śmietana /7/ 450ml Woda 250ml
Kolacja	Pasta rybna 60g /3,4/ Ogórek kiszony 50g Natka pietruszki 2g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata owocowa 200g	Pasta rybna 60g /3,4/ Pomidor 60g Natka pietruszki 2g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata owocowa 200g	Pasta rybna 60g /3,4/ Pomidor 60g Natka pietruszki 2g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata owocowa 200g	Pasta rybna 60g /3,4/ Ogórek kiszony 50g Natka pietruszki 2g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /1/ Herbata owocowa 200g	Mięso wieprzowe, jajko/3/, seler /9/, marchew, pietruszka, oliwa, masło /7/, kasza manna /1/ 450ml Herbata owocowa 200g
Wartości odżywczoenergetyczne Positek	Banan 115g	Banan 115g	Banan 115g	Banan 115g Orzechy włoskie 15g	Mus z banana 100g
Wartości odżywczoenergetyczne	Wartość energet. [kcal]: 2141,38 Białko ogółem [g]: 117,80 Tłuszcz [g]: 68,12 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 20,44 Węglowodany ogółem [g]: 265,34 – w tym cukry [g]: 66,34 Błonnik [g]: 24,18 Sól [g]: 6,11	Wartość energet. [kcal]: 2098,14 Białko ogółem [g]: 117,19 Tłuszcz [g]: 65,83 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 19,75 Węglowodany ogółem [g]: 257,65 – w tym cukry [g]: 64,41 Błonnik [g]: 23,86 Sól [g]: 6,18	Wartość energet. [kcal]: 2098,14 Białko ogółem [g]: 117,19 Tłuszcz [g]: 65,83 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 19,75 Węglowodany ogółem [g]: 257,65 – w tym cukry [g]: 64,41 Błonnik [g]: 23,86 Sól [g]: 6,18	Wartość energet. [kcal]: 2109,17 Białko ogółem [g]: 116,71 Tłuszcz [g]: 78,19 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 23,46 Węglowodany ogółem [g]: 235,79 – w tym cukry [g]: 58,95 Błonnik [g]: 26,85 Sól [g]: 6,56	Wartość energet. [kcal]: 2009,03 Białko ogółem [g]: 98,12 Tłuszcz [g]: 73,98 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 22,19 Węglowodany ogółem [g]: 237,50 – w tym cukry [g]: 59,38 Błonnik [g]: 22,87 Sól [g]: 2,74

Piątek 27.03.2026

Śniadanie	Dieta Podstawowa D01	Dieta łatwostrawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	Dieta papkowata/płynna wzmocniona D11/D12
	Jogurt naturalny 100g /7/ Szynka wieprzowa 40g Ser żółty 40g /7/ Masło 15g /7/ Pomidor 50g Mix sałat 30g Pieczywo mieszane 80g / 1/Bułka pszenna 1 szt/1/ Herbata owocowa 200g	Jogurt naturalny 100g /7/ Szynka wieprzowa 40g Serek śmietanowy 40g Pomidor 50g Mix sałat 30g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 80g / 1/Bułka pszenna 1 szt/1/ Herbata owocowa 200g	Jogurt naturalny 100g /7/ Szynka wieprzowa 40g Serek śmietanowy 40g Pomidor 50g Mix sałat 30g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 80g / 1/Bułka pszenna 1 szt/1/ Herbata owocowa 200g	Jogurt naturalny 150g/7 Szynka wieprzowa 40g Ser żółty 40g /7/ Masło 15g /7/ Pomidor 50g Mix sałat 30g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /1/ Herbata owocowa 200g	Kasza manna na mleku /1,7/, mleko w proszku /7/, miód, bułka pszenna /1/ 450g Herbata 200g
Obiad	Zupa szpinakowa z lanymi kluskami 400g /1,3,7/ gotowanie tradycyjne Miruna panierowana smażona 100g /1,4,3/ Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z oliwą 150g Woda 250ml	Zupa szpinakowa z lanymi kluskami 400g /1,3,7/ Miruna gotowana 100g /4/ Ziemniaki gotowane 200g Marchew gotowana 150g Woda 250ml	Zupa szpinakowa z lanymi kluskami 400g /1,3,7/ Miruna gotowana 100g /4/ Ziemniaki gotowane 200g Marchew gotowana 150g Woda 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami /3,7/ Miruna panierowana w panierce z mąki z ciecierzycy smażona 100g /1,4,3/ Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z oliwą 150g Woda 250ml	Zupa szpinakowa z kluskami /1,3,7/, ryba na parze /4/, mleko w proszku /7/, śmietana /7/ 450ml Woda 250ml
Kolacja	Pasta z fasoli i pieczarek 95g Rzodkiewka 50g Szcypiorek 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Wędlina drobiowa 40g Pasta z gotowanych warzyw 80g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Wędlina drobiowa 40g Pasta z gotowanych warzyw 80g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Pasta z fasoli i pieczarek 95g Rzodkiewka 50g Szcypiorek 10g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /1/ Herbata 200g	Mięso wieprzowe, jajko/3/, seler /9/, marchew, pietruszka, oliwa, masło /7/, kasza manna /1/ 450ml Herbata 200g
Wartości odżywcze	Jabłko 265g	Jabłko gotowane 265g	Jabłko gotowane 265g	Jabłko 265g Migdały 15g	Jabłko gotowane 265g
Wartości odżywcze	Wartość energet. [kcal]: 2289,98 Białko ogółem [g]: 108,96 Tłuszcz [g]: 78,15 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 23,45 Węglowodany ogółem [g]: 287,54 – w tym cukry [g]: 71,89 Błonnik [g]: 31,18 Sól [g]: 4,78	Wartość energet. [kcal]: 2218,32 Białko ogółem [g]: 108,14 Tłuszcz [g]: 76,11 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 22,83 Węglowodany ogółem [g]: 275,56 – w tym cukry [g]: 68,89 Błonnik [g]: 31,01 Sól [g]: 4,82	Wartość energet. [kcal]: 2218,32 Białko ogółem [g]: 108,14 Tłuszcz [g]: 76,11 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 22,83 Węglowodany ogółem [g]: 275,56 – w tym cukry [g]: 68,89 Błonnik [g]: 31,01 Sól [g]: 4,82	Wartość energet. [kcal]: 2254,87 Białko ogółem [g]: 109,11 Tłuszcz [g]: 83,24 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 24,97 Węglowodany ogółem [g]: 266,75 – w tym cukry [g]: 66,69 Błonnik [g]: 33,87 Sól [g]: 4,90	Wartość energet. [kcal]: 1950,50 Białko ogółem [g]: 94,21 Tłuszcz [g]: 71,74 – w tym tłuszcze nasycone [g]: 21,52 Węglowodany ogółem [g]: 233,75 – w tym cukry [g]: 58,44 Błonnik [g]: 21,96 Sól [g]: 3,02

SFA – TŁUSZCZE NASYCONE, b-BIAŁKO, T- TŁUSZCZE, W- WEGLOWODANY
SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI

Numer alergenu	Nazwa alergenu
1	Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, orkisz) oraz produkty pochodne
2	Skorupiaki oraz produkty pochodne
3	Jaja i produkty pochodne
4	Ryby i produkty pochodne
5	Orzeszki ziemne, orzechy arachidowe oraz produkty pochodne
6	Soja i produkty pochodne
7	Mleko i produkty pochodne
8	Orzechy: migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowca, brazylijskie, pistacjowe oraz produkty pochodne
9	Seler i produkty pochodne
10	Nasiona sezamu i produkty pochodne
11	Dwutlenek siarki i siarczany w stężeniach powyżej 10mg/kg lub 10mg/ w przeliczeniu na S02
12	Łubin i produkty pochodne
13	Mięczaki i produkty pochodne.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz prawdziwy i ziołowy, majeranek, oregano, bazylia, tymianek, zioła prowansalskie, cukier
Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorzycy.

W uzasadnionych przypadkach, niezależnych od podmiotu, dopuszcza się wymianę produktów zaplanowanych w jadłospisie na produkty równoważne pod względem energetycznym i pod względem wartości odżywczych.