

Środa 10.06.2026

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
	Płatki jęczmienne na mleku b/laktozy /7,1/ 250g Ser żółty 40g /7/ Szynka z indyka 40g Papryka 30g Mix sałat 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata owocowa 200g	Płatki jęczmienne na mleku b/laktozy 250g/7,1/ Szynka z indyka 60g Miód 15g Pomidor 50g Mix sałat 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata owocowa 200g	Płatki jęczmienne na mleku b/laktozy 250g / 7,1/ Szynka z indyka 60g Miód 15g Pomidor 50g Mix sałat 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata owocowa 200g	Płatki jęczmienne na mleku b/laktozy z dodatkiem lnu 250g/7,1/ Ser żółty 40g /7/ Szynka z indyka 40g Papryka 30g Mix sałat 10g 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	Zupa barszcz ukraiński 300g /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 300g / 9,7/ gotowanie trad Kotlet mielony drobiowy 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 300g Kotlet mielony drobiowy 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 ukraiński 300g / 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	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]: 2124 kcal Białko ogółem [g]: 89.7 g Tłuszcz [g]: o 92.1 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 40.0 g Węglowodany ogółem [g]: około 235.8 g – w tym cukry [g]: 41.4 g Blonnik [g]: 30.8 g Sól [g]: 9.4 g	Wartość energet. [kcal]: około 1810 kcal Białko ogółem [g]: 82 g Tłuszcz [g]: 61 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 22–23 g Węglowodany ogółem [g]: 240 g – w tym cukry [g]: 52 g Blonnik [g]: 29 g Sól [g]: 8.2 g	Wartość energet. [kcal]: około 1810 kcal Białko ogółem [g]: 82 g Tłuszcz [g]: 61 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 22–23 g Węglowodany ogółem [g]: 240 g – w tym cukry [g]: 52 g Blonnik [g]: 29 g Sól [g]: 8.2 g	Wartość energet. [kcal]: 2165 kcal Białko ogółem [g]: 92 g Tłuszcz [g]: 97 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 41 g Węglowodany ogółem [g]: 232 g – w tym cukry [g]: 39 g Blonnik [g]: 36 g Sól [g]: 9.3 g	Wartość energet. [kcal]: 1705 kcal Białko ogółem [g]: 75 g Tłuszcz [g]: 79 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 30 g Węglowodany ogółem [g]: 173 g – w tym cukry [g]: 69 g Blonnik [g]: 11 g Sól [g]: 4.9 g

Czwartek 11.06.2026

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 100g /1/ Herbata 200g	Serek wiejski 150g /7/ Wędlna drobiowa 60g Cukinia gotowana 50g Masło 1 szt Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Serek wiejski 150g /7/ Wędlna drobiowa 60g Cukinia gotowana 50g Masło 1 szt Pieczywo mieszane 100g /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/ 400g Herbata 200g
Obiad	Zupa żurek z kielbasą i jajkiem 300g /1,3,7,9/ got. tradycyjne Pierogi ruskie 240g /6szt/ /1,3,7/ gotowanie trad. Surówka z kapusty młodej z koperkiem 100g Woda 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami /7,9/ 300g Pierogi ruskie 240g /6szt/ /1,3,7/ gotowanie trad. Marchew z jogurtem 100g Woda 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami /7,9/ 300g Pierogi ruskie 240g /6szt/ /1,3,7/ gotowanie trad. Marchew z jogurtem 100g Woda 250ml	Zupa żurek z kielbasą i jajkiem 300g /1,3,7,9/ got. tradycyjne Kaszotto z kaszą pęczak i warzywami 250g /1/ Surówka z kapusty młodej z koperkiem 100g Woda 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami /7,9/ mięso wieprzowe, mleko w proszku /7/, śmietana /7/ 400ml Woda 250ml
Kolacja	Szynka drobiowa 60g Sałata 20g Pomidor 50g Pieczywo mieszane 100g /1/ Masło 15g /7/ Herbata 200ml	Szynka drobiowa 60g Pomidor 50g Sałata 20g Pieczywo mieszane 100g /1/ Masło 15g /7/ Herbata 200ml	Szynka drobiowa 60g Pomidor 50g Sałata 20g Pieczywo mieszane 100g /1/ Masło 15g /7/ Herbata 200ml	Szynka drobiowa 60g Sałata 20g 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/ 400ml Herbata 200ml
Posiłek nocny	Banan 115g	Banan 115g	Banan 115g	Gruszka 215g Orzechy włoskie 15g	Mus owocowy 100g
Wartości odżywcze	Wartość energet. [kcal]: 2025 kcal Białko ogółem [g]: 86 g Tłuszcz [g]: 86 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 35 g Węglowodany ogółem [g]: 230 g – w tym cukry [g]: 38 g Błonnik [g]: 22 g Sól [g]: 10.2 g	Wartość energet. [kcal]: 1885 kcal Białko ogółem [g]: 82 g Tłuszcz [g]: 72 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 31 g Węglowodany ogółem [g]: 231 g – w tym cukry [g]: 37 g Błonnik [g]: 23 g Sól [g]: 8.9 g	Wartość energet. [kcal]: 1885 kcal Białko ogółem [g]: 82 g Tłuszcz [g]: 72 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 31 g Węglowodany ogółem [g]: 231 g – w tym cukry [g]: 37 g Błonnik [g]: 23 g Sól [g]: 8.9 g	Wartość energet. [kcal]: 2038 kcal Białko ogółem [g]: 79 g Tłuszcz [g]: 84 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 32 g Węglowodany ogółem [g]: 252 g – w tym cukry [g]: 50 g Błonnik [g]: 35 g Sól [g]: 9.5 g	Wartość energet. [kcal]: 1548 kcal Białko ogółem [g]: 68 g Tłuszcz [g]: 63 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 24 g Węglowodany ogółem [g]: 180 g – w tym cukry [g]: 67 g Błonnik [g]: 10 g Sól [g]: 4.4 g

Piątek 12.06.2026

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
	Ryż biały na mleku b/laktozy 250ml Wędlina wieprzowa 40g Ser żółty 40g /7/ Sałata 25g Papryka 35g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Ryż biały na mleku b/laktozy 250ml Wędlina drobiowa 40g Ser biały plastry 40g /7/ Sałata 10g Pomidor 50g Pieczywo mieszane 100g /1/ Masło 15g /7/ Herbata 200g	Ryż biały na mleku b/laktozy 250ml Wędlina drobiowa 40g Ser biały plastry 40g /7/ Sałata 10g Pomidor 50g Pieczywo mieszane 100g /1/ Masło 15g /7/ Herbata 200g	Ryż brązowy na mleku b/laktozy z dodatkiem lnu 250ml 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/ 400g Herbata 200g
Obiad	Zupa pomidorowa z białym ryżem 300g /7,9/ gotowanie trad. Kotlet rybny 90g /1,3,4/ pieczenie bez dodatkowego tłuszczu w piecu konwekcyjnym Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Marchewka z groszkiem 100g Woda 250ml	Zupa pomidorowa z białym ryżem 300g /7,9/ gotowanie trad. Ryba gotowana na parze 90g /1,3,4/ gotowanie na parze oraz gotowanie tradycyjne Sos koperkowy 90ml/1,7/ Ziemniaki gotowane 200g Surówka z marchewki z ananase 150g Woda 250ml	Zupa pomidorowa z białym ryżem 300g /7,9/ gotowanie trad. Ryba gotowana na parze 90g /1,3,4/ gotowanie na parze oraz gotowanie tradycyjne Sos koperkowy 90ml/1,7/ Ziemniaki gotowane 200g Surówka z marchewki z ananase 150g Woda 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300g /7,9/ gotowanie trad. Kotlet rybny 90g /1,3,4/ pieczenie bez dodatkowego tłuszczu w piecu konwekcyjnym Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Marchewka z groszkiem 100g Woda 250ml	Zupa pomidorowa z białym ryżem /7,9/ ryba na parze/4/, mleko w proszku /7/, śmietana /7/ 400ml 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/ 400ml Herbata 200g
Wartości odżywcze	Arbuz 150g	Arbuz 150g	Arbuz 150g	Arbuz 150g Pestki dyni 15g	Mus owocowy 100g
Posilek					
Wartości odżywcze	Wartość energet. [kcal]: 2056 kcal Białko ogółem [g]: 88 g Tłuszcz [g]: 82 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 34 g Węglowodany ogółem [g]: 245 g – w tym cukry [g]: 46 g Blonnik [g]: 24 g Sól [g]: 8.8 g	Wartość energet. [kcal]: 1918 kcal Białko ogółem [g]: 86 g Tłuszcz [g]: 68 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 29 g Węglowodany ogółem [g]: 242 g – w tym cukry [g]: 52 g Blonnik [g]: 23 g Sól [g]: 8.1 g	Wartość energet. [kcal]: 1918 kcal Białko ogółem [g]: 86 g Tłuszcz [g]: 68 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 29 g Węglowodany ogółem [g]: 242 g – w tym cukry [g]: 52 g Blonnik [g]: 23 g Sól [g]: 8.1 g	Wartość energet. [kcal]: 2198 kcal Białko ogółem [g]: 94 g Tłuszcz [g]: 91 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 35 g Węglowodany ogółem [g]: 253 g – w tym cukry [g]: 43 g Blonnik [g]: 34 g Sól [g]: 8.7 g	Wartość energet. [kcal]: 1625 kcal Białko ogółem [g]: 73 g Tłuszcz [g]: 70 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 27 g Węglowodany ogółem [g]: 176 g – w tym cukry [g]: 66 g Blonnik [g]: 9 g Sól [g]: 4.5 g

Sobota 13.06.2026

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 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 ryбно-twarogowa 90g Pomidor 100g Pieczywo mieszane 80g / 1/Bułka pszenna 1 szt/1/ Masło 15g /7/ Herbata 200g	Serek waniliowy 150g/7/ Pasta ryбно-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 300g /7,9/ gotowanie trad. Risotto z kurczakiem i warzywami /7/ 350g pieczenie bez dodatku tłuszczu w piecu konwekcyjnym Woda 250ml	Zupa ziemniaczana 300g /7,9/ Risotto z kurczakiem i warzywami /7/ 350g pieczenie bez dodatku tłuszczu w piecu konwekcyjnym Woda 250ml	Zupa ziemniaczana 300g /7,9/ Risotto z kurczakiem i warzywami /7/ 350g pieczenie bez dodatku tłuszczu w piecu konwekcyjnym Woda 250ml	Zupa z białej kapusty 300g /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/ Szyńka wieprzowa 40g Papryka 50g Sałata 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g Herbata 200g	Pasta z białka 50g /3/ Szyńka wieprzowa 40g Cukinia gotowana 100g Pieczywo mieszane 100g/1/ Masło 15g /7/ Herbata 200g	Pasta z białka 50g /3/ Szyńka wieprzowa 40g Cukinia gotowana 100g Pieczywo mieszane 100g /1/ Masło 15g /7/ Herbata 200g	Jajko gotowane 50g /3/ Szyńka 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 odżywczoenergetyczne	Jabłko 265g	Jabłko gotowane 265g	Jabłko gotowane 265g	Jabłko 265g Migdały 15g	Jabłko gotowane 265g
Wartości odżywczoenergetyczne	Wartość energet. [kcal]: 2268 kcal Białko ogółem [g]: 89 g Tłuszcz [g]: 88 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 34 g Węglowodany ogółem [g]: 283 g – w tym cukry [g]: 64 g Błonnik [g]: 25 g Sól [g]: 9.6 g	Wartość energet. [kcal]: 2164 kcal Białko ogółem [g]: 93 g Tłuszcz [g]: 82 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 32 g Węglowodany ogółem [g]: 264 g – w tym cukry [g]: 67 g Błonnik [g]: 22 g Sól [g]: 8.8 g	Wartość energet. [kcal]: 2164 kcal Białko ogółem [g]: 93 g Tłuszcz [g]: 82 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 32 g Węglowodany ogółem [g]: 264 g – w tym cukry [g]: 67 g Błonnik [g]: 22 g Sól [g]: 8.8 g	Wartość energet. [kcal]: 2207 kcal Białko ogółem [g]: 87 g Tłuszcz [g]: 91 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 31 g Węglowodany ogółem [g]: 261 g – w tym cukry [g]: 53 g Błonnik [g]: 34 g Sól [g]: 8.7 g	Wartość energet. [kcal]: 1668 kcal Białko ogółem [g]: 72 g Tłuszcz [g]: 64 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 25 g Węglowodany ogółem [g]: 205 g – w tym cukry [g]: 77 g Błonnik [g]: 12 g Sól [g]: 4.6 g

Niedziela 14.06.2026

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 pitny 150 g/7/ Wędlina z piersi indyka 40g Ser żółty 40g /7/ Pomidor 50g Mix sałat 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /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 100g /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 100g /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/ dušenje bez wcześniejszego obsmażenia Kasza gryczana 180g Surówka z kapusty kiszzonej 100g Woda 250ml	Rosół z makaronem pszennym 350g /1,3,9/ gotowanie trad. Gulasz wieprzowy 150g /1,7/ dušenje bez wcześniejszego obsmażenia Kasza jęczmienna 180g /1/ Buraczki tarte z olejem 100g Woda 250ml	Rosół z makaronem pszennym 350g /1,3,9/ gotowanie trad. Gulasz wieprzowy 150g /1,7/ dušenje bez wcześniejszego obsmażenia Kasza jęczmienna 180g /1/ Buraczki tarte z olejem 100g Woda 250ml	Rosół z makaronem razowym 350g /1,3,9/ gotowanie trad. Gulasz wieprzowy 150g /1,7/ dušenje bez wcześniejszego obsmażenia Kasza gryczana 180g Surówka z kapusty kiszzonej 100g Woda 250ml	Rosół /1,3,9/ mięso wieprzowe, mleko w proszku /7/, śmietana /7/ 450ml Woda 500ml
Kolacja	Twaróg z zieloną 70g /7/ Ogórek 50g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Twaróg z zieloną 70g /7/ Pomidor 50g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Twaróg z zieloną 70g /7/ Pomidor 50g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Twaróg z zieloną 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	Truskawkowa galaretką 190g	Truskawkowa galaretką 190g	Truskawkowa galaretką 190g	Sok wielowarzywny 200ml	Sok wielowarzywny 200ml
Posiłek	Truskawkowa galaretką 190g	Truskawkowa galaretką 190g	Truskawkowa galaretką 190g	Sok wielowarzywny 200ml	Sok wielowarzywny 200ml
Wartości odżywcze	Wartość energet. [kcal]: 2185 kcal Białko ogółem [g]: 101 g Tłuszcz [g]: 88 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 36 g Węglowodany ogółem [g]: 251 g – w tym cukry [g]: 55 g Błonnik [g]: 23 g Sól [g]: 9.4 g	Wartość energet. [kcal]: 2138 kcal Białko ogółem [g]: 98 g Tłuszcz [g]: 84 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 34 g Węglowodany ogółem [g]: 257 g – w tym cukry [g]: 57 g Błonnik [g]: 24 g Sól [g]: 9.1 g	Wartość energet. [kcal]: 2138 kcal Białko ogółem [g]: 98 g Tłuszcz [g]: 84 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 34 g Węglowodany ogółem [g]: 257 g – w tym cukry [g]: 57 g Błonnik [g]: 24 g Sól [g]: 9.1 g	Wartość energet. [kcal]: 2206 kcal Białko ogółem [g]: 104 g Tłuszcz [g]: 90 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 36 g Węglowodany ogółem [g]: 248 g – w tym cukry [g]: 36 g Błonnik [g]: 34 g Sól [g]: 9.5 g	Wartość energet. [kcal]: 1742 kcal Białko ogółem [g]: 78 g Tłuszcz [g]: 73 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 29 g Węglowodany ogółem [g]: 197 g – w tym cukry [g]: 70 g Błonnik [g]: 10 g Sól [g]: 5.0 g

Poniedziałek 15.06.2026

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 Kielki 2g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata miętowa 200g	Deser mleczny ryżowy 150g /7/ Wędlina drobiowa 40g Twaróg 40g Pomidor 80g Pieczywo mieszane 100g /1/ Masło 15g /7/ Herbata miętowa 200g	Deser mleczny ryżowy 150g /7/ Wędlina drobiowa 40g Twaróg 40g Pomidor 80g Pieczywo mieszane 100g /1/ Masło 15g /7/ Herbata miętowa 200g	Serek wiejski 150g /7/ Wędlina drobiowa 40g Ser żółty 40g /7/ Pomidor 50g Ogórek 25g Kielki 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/ 400g Herbata miętowa 200g
Obiad	Zupa jarzynowa 300g /7,9/ got. tradycyjne Łazanki z kielbasą i kiszoną kapustą 350g /1,3/ gotowanie tradycyjne, duszenie bez wcześniejszego obsmażania Woda 250ml	Zupa jarzynowa 300g /7,9/ got. tradycyjne Makaron z kielbasą drobiową i warzywami 350g /1,3/ Woda 250ml	Zupa jarzynowa 300g /7,9/ got. tradycyjne Makaron z kielbasą drobiową i warzywami 350g /1,3/ Woda 250ml	Zupa jarzynowa 300g /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/ 400ml Woda 250ml
Kolacja	Serek śmietankowy 70g/7/ Papryka 50g Roszponka 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Serek śmietankowy 70g/7/ Cukinia gotowana 80g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /7/ Herbata 200g	Serek śmietankowy 70g/7/ Cukinia gotowana 80g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /7/ Herbata 200g	Serek śmietankowy 70g/7/ Papryka 50g 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/ 400ml Herbata 200g
Wartości odżywczoenergetyczne	Sok owocowy bez cukru 200ml	Sok owocowy bez cukru 200ml	Sok owocowy bez cukru 200ml	Sok owocowy bez cukru 200ml	Mus owocowy 100g
Wartości odżywczoenergetyczne	Wartość energet. [kcal]: 2295 kcal Białko ogółem [g]: 82 g Tłuszcz [g]: 95 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 38 g Węglowodany ogółem [g]: 279 g – w tym cukry [g]: 58 g Blonnik [g]: 25 g Sól [g]: 10.4 g	Wartość energet. [kcal]: 2146 kcal Białko ogółem [g]: 79 g Tłuszcz [g]: 83 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 33 g Węglowodany ogółem [g]: 274 g – w tym cukry [g]: 61 g Blonnik [g]: 23 g Sól [g]: 9.2 g	Wartość energet. [kcal]: 2146 kcal Białko ogółem [g]: 79 g Tłuszcz [g]: 83 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 33 g Węglowodany ogółem [g]: 274 g – w tym cukry [g]: 61 g Blonnik [g]: 23 g Sól [g]: 9.2 g	Wartość energet. [kcal]: 2248 kcal Białko ogółem [g]: 91 g Tłuszcz [g]: 92 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 37 g Węglowodany ogółem [g]: 266 g – w tym cukry [g]: 45 g Blonnik [g]: 34 g Sól [g]: 9.8 g	Wartość energet. [kcal]: 1545 kcal Białko ogółem [g]: 68 g Tłuszcz [g]: 62 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 24 g Węglowodany ogółem [g]: 181 g – w tym cukry [g]: 67 g Blonnik [g]: 10 g Sól [g]: 4.3 g

Wtorek 16.06.2026

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
	Płatki owsiane na mleku b/laktozy 250 ml /1,7/ Paszтет z kurczaka pieczony 70g /1,3/ Ogórek kiszony 50g Pomidor 25g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 80g /1/ Bułka pszenna 1 szt/1 Herbata 200g	Płatki owsiane na mleku b/laktozy 250 ml /1,7/ Wędlina drobiowa 60g Miód 1 szt 15g Pomidor 50g Sałata 20g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 80g /1/ Bułka pszenna 1 szt/1 Herbata 200g	Płatki owsiane na mleku b/laktozy 250 ml /1,7/ Wędlina drobiowa 60g Miód 1 szt 15g Pomidor 50g Sałata 20g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 80g /1/ Bułka pszenna 1 szt/1 Herbata 200g	Płatki owsiane na mleku b/laktozy z dodatkiem lnu 250 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/ 400g Herbata 200g
Obiad	Zupa grochowa 300g /1,9/ got. tradycyjne Ziemniaki gotowane 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 300g /7,9/ Ziemniaki gotowane 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 300g /7,9/ Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka w sosie własnym 120g-140g pieczenie bez dodatku tłuszczu w piecu konwekcyjnym Sałata z jogurtem 100g Woda 250ml	Zupa grochowa 300g /1,9/ got. tradycyjne Ziemniaki gotowane 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/ 400ml Woda 250ml
	Ser żółty 60g Ogórek 50g 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 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/ 400ml Herbata 200g
Kolacja	Gruszka 115g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Gruszka 115g Orzechy włoskie 15g	Mus owocowy 100g
	Wartość energet. [kcal]: 2388 kcal Białko ogółem [g]: 105 g Tłuszcz [g]: 108 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 42 g Węglowodany ogółem [g]: 257 g – w tym cukry [g]: 46 g Błonnik [g]: 31 g Sól [g]: 10.1 g	Wartość energet. [kcal]: 2132 kcal Białko ogółem [g]: 94 g Tłuszcz [g]: 82 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 32 g Węglowodany ogółem [g]: 260 g – w tym cukry [g]: 62 g Błonnik [g]: 25 g Sól [g]: 8.7 g	Wartość energet. [kcal]: 2132 kcal Białko ogółem [g]: 94 g Tłuszcz [g]: 82 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 32 g Węglowodany ogółem [g]: 260 g – w tym cukry [g]: 62 g Błonnik [g]: 25 g Sól [g]: 8.7 g	Wartość energet. [kcal]: 2385 kcal Białko ogółem [g]: 103 g Tłuszcz [g]: 109 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 39 g Węglowodany ogółem [g]: 252 g – w tym cukry [g]: 39 g Błonnik [g]: 38 g Sól [g]: 9.4 g	Wartość energet. [kcal]: 1548 kcal Białko ogółem [g]: 68 g Tłuszcz [g]: 63 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 24 g Węglowodany ogółem [g]: 180 g – w tym cukry [g]: 67 g Błonnik [g]: 10 g Sól [g]: 4.4 g

Środa 17.06.2026

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 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 100g / 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 100g /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 100g / 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/ 400g Kawa inka na mleku b/laktozy /1,7/200g
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem pszennym 300g /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 300g /7,9/ Pulpet drobiowy gotowany 100g Ziemniaki gotowane 200g Surówka z buraczków z jabłkiem i oliwą 100g Woda 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem pszennym 300g /7,9/ Pulpet drobiowy gotowany 100g Ziemniaki gotowane 200g Surówka z buraczków z jabłkiem i oliwą 100g Woda 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 300g /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/ 400ml Woda 250ml
Kolacja	Szynka drobiowa 60g Mix sałat 10g Papryka czerwona 50g 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 10g Papryka czerwona 50g Chleb razowy 100g /1/ Masło 15g /7/ Herbata 200g	Mięso wieprzowe, jajko/3/, seler /9/, marchew, pietruszka, oliwa, masło /7/, kasza manna /1/ 400ml Herbata 200g
Posilek nocny	Brzoskwinia 1 szt ok.90g	Banan 115g	Banan 115g	Brzoskwinia 1 szt ok.90g Słonecznik 15g	Mus z banana 115g
Wartości odżywcze	Wartość energet. [kcal]: 2386 kcal Białko ogółem [g]: 94 g Tłuszcz [g]: 104 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 34 g Węglowodany ogółem [g]: 270 g – w tym cukry [g]: 55 g Błonnik [g]: 27 g Sól [g]: 10.3 g	Wartość energet. [kcal]: 2184 kcal Białko ogółem [g]: 91 g Tłuszcz [g]: 84 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 31 g Węglowodany ogółem [g]: 268 g – w tym cukry [g]: 62 g Błonnik [g]: 25 g Sól [g]: 9.2 g	Wartość energet. [kcal]: 2149 kcal Białko ogółem [g]: 91 g Tłuszcz [g]: 77 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 29 g Węglowodany ogółem [g]: 276 g – w tym cukry [g]: 68 g Błonnik [g]: 25 g Sól [g]: 8.9 g	Wartość energet. [kcal]: 2398 kcal Białko ogółem [g]: 96 g Tłuszcz [g]: 107 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 32 g Węglowodany ogółem [g]: 266 g – w tym cukry [g]: 39 g Błonnik [g]: 36 g Sól [g]: 9.7 g	Wartość energet. [kcal]: 1662 kcal Białko ogółem [g]: 73 g Tłuszcz [g]: 69 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 27 g Węglowodany ogółem [g]: 195 g – w tym cukry [g]: 73 g Błonnik [g]: 10 g Sól [g]: 4.6 g

Czwartek 18.06.2026

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
	Ryż biały na mleku 350 ml /1,7/ Jajko 2 szt /3/ Szynka wieprzowa 40g Papryka 50g Mix sałat z rukolą 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Ryż biały na mleku 350 ml /1,7/ Białko z jajka 3 szt /3/ Szynka wieprzowa 40g Pomidor 80g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Ryż biały na mleku 350 ml /1,7/ Białko z jajka 3 szt /3/ Szynka wieprzowa 40g Pomidor 80g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200g	Ryż brązowy na mleku 350ml /1,7/ Jajko 2 szt /3/ Szynka wieprzowa 40g Papryka 50g Mix sałat z rukolą 10g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /1/ Herbata 200g	Kasza manna na mleku /1,7/, mleko w proszku /7/, miód, bułka pszenna /1/ 400g Herbata 200g
Obiad	Zupa krupnik 300g /1,7,9/ gotowanie tradycyjnie Kluski śląskie 8 szt. Gulasz wieprzowy 150ml /1,9/ gotowane tradycyjnie Surówka z białej kapusty z marchewką 100g Woda 250ml	Zupa krupnik 300g /1,7,9/ Kluski śląskie 8 szt. Gulasz wieprzowy 150ml /1,9/ gotowane tradycyjnie Surówka z marchewki 100g Woda 250ml	Zupa krupnik 300g /1,7,9/ Kluski śląskie 8 szt. Gulasz wieprzowy 150ml /1,9/ gotowane tradycyjnie Surówka z marchewki 100g Woda 250ml	Zupa krupnik 300g /1,7,9/ Kluski śląskie 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/ 400ml 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/ 400ml Herbata owocowa 200g
Wartości odżywcze	Banan 115g	Banan 115g	Banan 115g	Banan 115g Orzechy włoskie 15g	Mus z banana 100g
	Wartość energet. [kcal]: 2408 kcal Białko ogółem [g]: 99 g Tłuszcz [g]: 98 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 36 g Węglowodany ogółem [g]: 286 g – w tym cukry [g]: 61 g Blonnik [g]: 25 g Sól [g]: 9.8 g	Wartość energet. [kcal]: 2286 kcal Białko ogółem [g]: 96 g Tłuszcz [g]: 84 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 31 g Węglowodany ogółem [g]: 288 g – w tym cukry [g]: 63 g Blonnik [g]: 24 g Sól [g]: 9.1 g	Wartość energet. [kcal]: 2286 kcal Białko ogółem [g]: 96 g Tłuszcz [g]: 84 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 31 g Węglowodany ogółem [g]: 288 g – w tym cukry [g]: 63 g Blonnik [g]: 24 g Sól [g]: 9.1 g	Wartość energet. [kcal]: 2506 kcal Białko ogółem [g]: 103 g Tłuszcz [g]: 106 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 36 g Węglowodany ogółem [g]: 288 g – w tym cukry [g]: 55 g Blonnik [g]: 37 g Sól [g]: 9.5 g	Wartość energet. [kcal]: 1648 kcal Białko ogółem [g]: 74 g Tłuszcz [g]: 70 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 27 g Węglowodany ogółem [g]: 184 g – w tym cukry [g]: 68 g Blonnik [g]: 10 g Sól [g]: 4.7 g

Piątek 19.06.2026

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 10g Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata owocowa 200g	Jogurt naturalny 100g /7/ Szynka wieprzowa 40g Serek śmietanowy 40g Pomidor 50g Mix sałat 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata owocowa 200g	Jogurt naturalny 100g /7/ Szynka wieprzowa 40g Serek śmietanowy 40g Pomidor 50g Mix sałat 10g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata owocowa 200g	Jogurt naturalny 150g /7/ Szynka wieprzowa 40g Ser żółty 40g /7/ Pomidor 50g Mix sałat 10g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /1/ Herbata owocowa 200g	Kasza manna na mleku /1,7/, mleko w proszku /7/, miód, bułka pszenna /1/ 400g Herbata 200g
Obiad	Zupa szpinakowa z lanymi kluskami 300g /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 300g /1,3,7/ Miruna gotowana 100g /4/ Ziemniaki gotowane 200g Marchew gotowana 150g Woda 250ml	Zupa szpinakowa z lanymi kluskami 300g /1,3,7/ Miruna gotowana 100g /4/ Ziemniaki gotowane 200g Marchew gotowana 150g Woda 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300g /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/ 400ml Woda 250ml
Kolacja	Pasta z fasoli i twarogu 70g 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 twarogu 70g 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/ 400ml Herbata 200g
Wartości odżywcze	Jabłko 115g	Jabłko gotowane 115g	Jabłko gotowane 115g	Jabłko 115g Migdały 15g	Mus jabłkowy 100g
Posilek					
Wartości odżywcze	Wartość energet. [kcal]: 2194 kcal Białko ogółem [g]: 92 g Tłuszcz [g]: 95 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 35 g Węglowodany ogółem [g]: 248 g – w tym cukry [g]: 38 g Blonnik [g]: 29 g Sól [g]: 9.6 g	Wartość energet. [kcal]: 1976 kcal Białko ogółem [g]: 86 g Tłuszcz [g]: 76 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 31 g Węglowodany ogółem [g]: 246 g – w tym cukry [g]: 43 g Blonnik [g]: 27 g Sól [g]: 8.7 g	Wartość energet. [kcal]: 1976 kcal Białko ogółem [g]: 86 g Tłuszcz [g]: 76 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 31 g Węglowodany ogółem [g]: 246 g – w tym cukry [g]: 43 g Blonnik [g]: 27 g Sól [g]: 8.7 g	Wartość energet. [kcal]: 2250 kcal Białko ogółem [g]: 95 g Tłuszcz [g]: 100 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 35 g Węglowodany ogółem [g]: 244 g – w tym cukry [g]: 35 g Blonnik [g]: 38 g Sól [g]: 9.4 g	Wartość energet. [kcal]: 1638 kcal Białko ogółem [g]: 76 g Tłuszcz [g]: 69 g – w tym tłuszcze nasycone [g]: 27 g Węglowodany ogółem [g]: 180 g – w tym cukry [g]: 66 g Blonnik [g]: 10 g Sól [g]: 4.6 g

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

**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 SO ₂
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 gorczycy.