

Wtorek 22.09.2026		Szpital im. Ryszarda Rzepki w Sulechowie sp. z o.o.			
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 z kaszy manny 150g /7/ Jajko 2 szt /3/ Szynka wieprzowa 40g Papryka 30g Ogórek 30g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200ml	Deser mleczny z kaszy manny 150g /7/ Białko z jajka 3 szt /3/ Szynka wieprzowa 40g Cukinia gotowana 100g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200ml	Deser mleczny z kaszy manny 150g /7/ Białko z jajka 3 szt /3/ Szynka wieprzowa 40g Cukinia gotowana 100g Masło 15g /7/ Pieczywo mieszane 100g /1/ Herbata 200ml	Deser mleczny z kaszy manny 150g /7/ Jajko 2 szt /3/ Szynka wieprzowa 40g Papryka 30g Ogórek 30g Masło 15g /7/ Chleb razowy 100g /1/ Herbata 200ml	Kasza manna na mleku /1,7/, mleko w proszku /7/, miód, bułka pszenna / 1/ 450g Herbata 200g
Obiad	Zupa ziemniaczana z kielbasą 300g / 7,9/ gotowanie trad. Sos jogurtowo truskawkowy 100ml /7/ Bułki na parze 200g 3 sztuki /1,3/ Woda 250ml	Zupa ziemniaczana z kielbasą 300g / 7,9/ gotowanie trad. Sos jogurtowo truskawkowy 100ml /7/ Bułki na parze 200g 3 sztuki /1,3/ Woda 250ml	Zupa ziemniaczana z kielbasą 300g / 7,9/ gotowanie trad. Sos jogurtowo truskawkowy 100ml /7/ Bułki na parze 200g 3 sztuki /1,3/ Woda 250ml	Zupa ziemniaczana z kielbasą 300g / 7,9/ gotowanie trad. Gulasz drobiowo warzywny 150ml /1,9/ dušenje bez wcześniejszego obsmażenia Kasza gryczana 200g Ogórek kiszony 50 g Woda 250ml	Zupa ziemniaczana / 7,9/ mięso drobiowe, mleko w proszku /7/, śmietana /7/ 450ml Woda 250ml
Kolacja	Pasta z ciecierzycy 70g / 7/ Rzodkiewka 16g Ogórek 50g Masło 15g /7/ Chleb mieszany pszenno- żytni 100g /1/ Herbata 200g	Twaróg z koperkiem 70g / 7/ Pomidor 100g Masło 15g /7/ Chleb pszenny 100g /1/ Herbata 200g	Twaróg koperkiem 70g /7/ Pomidor 100g Masło 15g /7/ Chleb pszenny 100g /1/ Herbata 200g	Pasta z ciecierzycy 70g /7/ Rzodkiewka 16g Ogórek 50g 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	Gruszka 215g	Kefir 1 szt. 150ml /7/	Kefir 1 szt. 150ml /7/	Kefir 1 szt. 150ml /7/	Kefir 1 szt. 150ml
	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

Środa 23.09.2026

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
Posiłek	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 odżywczepoceny	Wartość energet. [kcal]: 2124 kcal Białko ogółem [g]: 89.7 g Tłuszcz [g]: 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 Błonnik [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 Błonnik [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 Błonnik [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 Błonnik [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 Błonnik [g]: 11 g Sól [g]: 4.9 g

Czwartek 24.09.2026

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
	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 Blonnik [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 Blonnik [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 Blonnik [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 Blonnik [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 Blonnik [g]: 10 g Sól [g]: 4.4 g

Piątek 25.09.2026

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 odżywczoenergetyczne	Arbuz 150g	Arbuz 150g	Arbuz 150g	Arbuz 150g Pestki dyni 15g	Mus owocowy 100g
Wartości odżywczoenergetyczne	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 Błonnik [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 Błonnik [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 Błonnik [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 Błonnik [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 Błonnik [g]: 9 g Sól [g]: 4.5 g

Sobota 26.09.2026

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 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 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 odżywcze	Jabłko 265g	Jabłko gotowane 265g	Jabłko gotowane 265g	Jabłko 265g Migdały 15g	Jabłko gotowane 265g
Wartości odżywcze	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 Blonnik [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 Blonnik [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 Blonnik [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 Blonnik [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 Blonnik [g]: 12 g Sól [g]: 4.6 g

Niedziela 27.09.2026

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/ duszenie bez wcześniejszego obsmażania Kasza gryczana 180g Surówka z kapusty kiszonej 100g Woda 250ml	Rosół z makaronem pszennym 350g /1,3,9/ gotowanie trad. Gulasz wieprzowy 150g /1,7/ duszenie bez wcześniejszego obsmażania 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/ duszenie bez wcześniejszego obsmażania 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/ duszenie bez wcześniejszego obsmażania Kasza gryczana 180g Surówka z kapusty kiszonej 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 galaretka 190g	Truskawkowa galaretka 190g	Truskawkowa galaretka 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 Blonnik [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 Blonnik [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 Blonnik [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 Blonnik [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 Blonnik [g]: 10 g Sól [g]: 5.0 g

Poniedziałek 28.09.2026

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 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 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/ 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
	Serek śmietankowy 70g/7/ Papryka 50g Rozsponka 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 Rozsponka 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 odżywcze	Sok owocowy bez cukru 200ml	Sok owocowy bez cukru 200ml	Sok owocowy bez cukru 200ml	Sok owocowy bez cukru 200ml	Mus owocowy 100g
	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 29.09.2026

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 Ryż paraboliczny 180g 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/ Ryż paraboliczny 180g 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/ Ryż paraboliczny 180g 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 Ryż brązowy 180g 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 30.09.2026

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
Posiłek 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 Łącznie [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 Łącznie [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 Łącznie [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 Łącznie [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 Łącznie [g]: 10 g Sól [g]: 4.6 g

Czwartek 1.10.2026

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 tradycyjne 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 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/Posilek	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 Błonnik [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 Błonnik [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 Błonnik [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 Błonnik [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 Błonnik [g]: 10 g Sól [g]: 4.7 g

Piątek 2.10.2026

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 maki 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
	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

Szpital im. Ryszarda Rzepki w Sulechowie sp. z o.o.

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 NASYCONÉ, 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.