

2026-09-14 poniedziałek		Śniadanie – 8:00	Obiad – 13:00	Kolacja – 17:30	II kolacja – 20:00	Wartość odżywcza
	DIETA BOGATOBIĄŁKOWA / BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z koperkiem 100g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Zupa fasolowa 300ml (SEL) Kotlety jajeczne 2 szt. (JAJ, GLU) Sos pieczarkowy 100ml (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 300g Surówka z jarzyn mieszanych 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser żółty 70g (SEL) Szynka wiejska 50g (SOJ) Pomidor 50g	Kefir 150ml (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3001.22 Białko ogółem [g]: 134.44 Tłuszcz [g]: 101.59 Kw. tł. nasycone [g]: 44.87 Węglowodany ogółem [g]: 367.80 W tym cukry [g]: 103.06 Błonnik pokarmowy [g]: 27.22 Sód [mg]: 4752
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z koperkiem 70g (BIA) Pomidor b/s 50g	Zupa grysikowa 300ml (SEL) Kotlet jajeczny 1 szt. (JAJ, GLU) Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 300g Marchew gotowana 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka wiejska 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Kefir 150ml (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2496.10 Białko ogółem [g]: 91.95 Tłuszcz [g]: 88.03 Kw. tł. nasycone [g]: 44.13 Węglowodany ogółem [g]: 329.22 W tym cukry [g]: 100.97 Błonnik pokarmowy [g]: 21.49 Sód [mg]: 3863
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z koperkiem 50g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Zupa fasolowa 300ml (SEL) Kotlet jajeczny 1 szt. (JAJ, GLU) Sos pieczarkowy 100ml (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 300g Surówka z jarzyn mieszanych 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser żółty 50g (SEL) Szynka wiejska 50g (SOJ) Pomidor 50g	Kefir 150ml (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2525.50 Białko ogółem [g]: 103.96 Tłuszcz [g]: 92.71 Kw. tł. nasycone [g]: 42.04 Węglowodany ogółem [g]: 309.00 W tym cukry [g]: 68.51 Błonnik pokarmowy [g]: 39.50 Sód [mg]: 4514

2026-09-15 wtorek		Śniadanie – 8:00	Obiad – 13:00	Kolacja – 17:30	II kolacja – 20:00	Wartość odżywcza
	DIETA BOGATOBIĄŁKOWA / BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Papryka świeża 50g (GOR)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (SEL) Makaron po bolońsku 350g (w tym makaron 200g, 150g sosu mięsno-warzywnego na bazie mięsa drobiowego) (GLU, SEL) Bukiet jarzyn gotowanych 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Paszтет drobiowy 70g (SOJ) Salami 50g (SOJ) Ogórek kiszony 50g	Budyń ekspresowy 1 szt. (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3172.80 Białko ogółem [g]: 127.57 Tłuszcz [g]: 123.47 Kw. tł. nasycone [g]: 61.84 Węglowodany ogółem [g]: 380.25 W tym cukry [g]: 112.87 Błonnik pokarmowy [g]: 22.82 Sód [mg]: 5709
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Szyńka drobiowa 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (BIA, GLU, SEL) Makaron po bolońsku 300g (w tym makaron 200g, 100g sosu mięsno-warzywnego na bazie mięsa drobiowego) (GLU, SEL) Bukiet jarzyn gotowanych 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Paszтет drobiowy 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Budyń ekspresowy 1 szt. (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2452.75 Białko ogółem [g]: 88.90 Tłuszcz [g]: 79.11 Kw. tł. nasycone [g]: 40.53 Węglowodany ogółem [g]: 340.87 W tym cukry [g]: 109.99 Błonnik pokarmowy [g]: 20.05 Sód [mg]: 4048
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Papryka świeża 50g (GOR)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (SEL) Makaron razowy po bolońsku 300g (w tym makaron 200g, 100g sosu mięsno-warzywnego na bazie mięsa drobiowego) (GLU, SEL) Bukiet jarzyn gotowanych 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Paszтет drobiowy 50g (SOJ) Salami 50g (SOJ) Ogórek kiszony 50g	Budyń ekspresowy 1 szt. (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2761.30 Białko ogółem [g]: 119.29 Tłuszcz [g]: 115.29 Kw. tł. nasycone [g]: 57.41 Węglowodany ogółem [g]: 298.80 W tym cukry [g]: 67.32 Błonnik pokarmowy [g]: 40.10 Sód [mg]: 5491

2026-09-16 środa		Śniadanie – 8:00	Obiad – 13:00	Kolacja – 17:30	II kolacja – 20:00	Wartość odżywcza
	DIETA BOGATOBIĄŁKOWA / BOGATOKALORYCZNA	Kakao z mlekiem 250ml (BIA) Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek twarogowy waniliowy 100g (BIA) Kiełbasa krakowska 50g (SOJ) Pomidor 50g	Zupa szpinakowa z zacierką 300ml (BIA, GLU, SEL) Bitki wieprzowe smażone 130g Sos własny 100ml (SEL) Ziemniaki gotowane 300g Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek żółty 70g (BIA) Połędwica sopocka 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Serek homogenizowany smakowy 150g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3301,2 Białko ogółem [g]: 127.61 Tłuszcz [g]: 117.58 Kw. tł. nasycone [g]: 61.66 Węglowodany ogółem [g]: 409.83 W tym cukry [g]: 146.47 Błonnik pokarmowy [g]: 25.03 Sód [mg]: 5432
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kakao z mlekiem 250ml (BIA) Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek twarogowy waniliowy 70g (BIA) Dżem 50g	Zupa szpinakowa z zacierką 300ml (BIA, GLU, SEL) Bitki wieprzowe duszone 100g Sos własny 100ml (SEL) Ziemniaki gotowane 300g Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Połędwica sopocka 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Serek homogenizowany smakowy 150g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2674.60 Białko ogółem [g]: 104.37 Tłuszcz [g]: 85.32 Kw. tł. nasycone [g]: 45.72 Węglowodany ogółem [g]: 366.48 W tym cukry [g]: 134.46 Błonnik pokarmowy [g]: 23.45 Sód [mg]: 3924
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kakao z mlekiem b/c 250ml (BIA) Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek ze szczypiorkiem 50g (BIA) Kiełbasa krakowska 50g (SOJ) Pomidor 50g	Zupa szpinakowa z zacierką 300ml (BIA, GLU, SEL) Bitki wieprzowe smażone 100g Sos własny 100ml (SEL) Ziemniaki gotowane 300g Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek żółty 50g (BIA) Połędwica sopocka 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Serek homogenizowany naturalny 150g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2733.50 Białko ogółem [g]: 124,5 Tłuszcz [g]: 105.45 Kw. tł. nasycone [g]: 55.35 Węglowodany ogółem [g]: 305,4 W tym cukry [g]: 80.33 Błonnik pokarmowy [g]: 38.25 Sód [mg]: 5331

2026-09-17 czwartek		Śniadanie – 8:00	Obiad – 13:00	Kolacja – 17:30	II kolacja – 20:00	Wartość odżywcza
	DIETA BOGATOBIĄŁKOWA / BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta jajeczna 100g (IAJ, BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Rzodkiewka 50g	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (BIA, GLU) Udko z kurczaka pieczone 250g Ziemniaki gotowane 300g Surówka wiosenna 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Połędwica sopocka 50g (SOJ) Pomidor 50g	Jogurt owocowy 100g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3255,4 Białko ogółem [g]: 147.99 Tłuszcz [g]: 115.27 Kw. tł. nasycone [g]: 49.18 Węglowodany ogółem [g]: 369.63 W tym cukry [g]: 113.74 Błonnik pokarmowy [g]: 23.51 Sód [mg]: 4979
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta jajeczna 70g (IAJ, BIA) Pomidor b/s 50g	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (BIA, GLU) Udko z kurczaka gotowane 130g Sos jarzynowy 100ml (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 300g Marchew gotowana mini 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Połędwica sopocka 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Jogurt owocowy 100g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2601,2 Białko ogółem [g]: 121,3 Tłuszcz [g]: 86.27 Kw. tł. nasycone [g]: 41.74 Węglowodany ogółem [g]: 344.58 W tym cukry [g]: 115.31 Błonnik pokarmowy [g]: 23.49 Sód [mg]: 3398
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta jajeczna 50g (IAJ, BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Rzodkiewka 50g	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (BIA, GLU) Udko z kurczaka pieczone 130g Ziemniaki gotowane 300g Surówka wiosenna 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Połędwica sopocka 50g (SOJ) Pomidor 50g	Jogurt naturalny 100g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2567,87 Białko ogółem [g]: 122,3 Tłuszcz [g]: 92.69 Kw. tł. nasycone [g]: 43.06 Węglowodany ogółem [g]: 298.83 W tym cukry [g]: 66.49 Błonnik pokarmowy [g]: 36.19 Sód [mg]: 4975

2026-09-18 piątek		Śniadanie – 8:00	Obiad – 13:00	Kolacja – 17:30	II kolacja – 20:00	Wartość odżywcza
	DIETA BOGATOBIĄŁKOWA / BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Hummus pomidorowy 100g (ZIA) Salami 50g (SOJ) Ogórek kiszony 50g	Barszcz czerwony 300ml (GLU, SEL) Ryba w panierce pieczona 130g (RYB, JAJ, GLU) Ziemniaki gotowane 300g Surówka z pora i marchewki 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek ziarnisty 100g (BIA) Szynka drobiowa 70g (SOJ) Papryka 50g	Soczek owocowy 200ml	Wart. energetyczna [kcal]: 3089.11 Białko ogółem [g]: 132.51 Tłuszcz [g]: 100.58 Kw. tł. nasycone [g]: 49.92 Węglowodany ogółem [g]: 359.78 W tym cukry [g]: 112.24 Błonnik pokarmowy [g]: 21.80 Sód [mg]: 5790
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Barszcz czerwony 300ml (GLU, SEL) Ryba w panierce pieczona 100g (RYB, JAJ, GLU) Ziemniaki gotowane 300g Bukiet jarzyn gotowanych 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek ziarnisty 70g (BIA) Pomidor b/s 50g	Soczek owocowy 200ml	Wart. energetyczna [kcal]: 2318.20 Białko ogółem [g]: 92.52 Tłuszcz [g]: 68.07 Kw. tł. nasycone [g]: 36.30 Węglowodany ogółem [g]: 330.23 W tym cukry [g]: 110.52 Błonnik pokarmowy [g]: 20.75 Sód [mg]: 3850
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Hummus pomidorowy 50g (ZIA) Salami 50g (SOJ) Ogórek kiszony 50g	Barszcz czerwony 300ml (GLU, SEL) Ryba w panierce pieczona 100g (RYB, JAJ, GLU) Ziemniaki gotowane 300g Surówka z pora i marchewki 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek ziarnisty 50g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Papryka 50g	Sok pomidorowy 200ml	Wart. energetyczna [kcal]: 2600.00 Białko ogółem [g]: 118.93 Tłuszcz [g]: 99.50 Kw. tł. nasycone [g]: 49.65 Węglowodany ogółem [g]: 298.43 W tym cukry [g]: 73.53 Błonnik pokarmowy [g]: 34.78 Sód [mg]: 5677

2026-09-19 sobota		Śniadanie – 8:00	Obiad – 13:00	Kolacja – 17:30	II kolacja – 20:00	Wartość odżywcza
	DIETA BOGATOBIAŁKOWA / BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Parówki drobiowe 2 szt. (SOJ) Ketchup 10g Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 50g	Zupa grochówka 300ml (GLU, SEL) Gulasz po węgiersku z papryką 200g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) Sałatka szwedzka 100g (GOR) Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z ziołami 100g (BIA) Kiełbasa żywiecka 70g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Ryż na mleku 1 szt. (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3302.55 Białko ogółem [g]: 128.54 Tłuszcz [g]: 123.55 Kw. tł. nasycone [g]: 60.23 Węglowodany ogółem [g]: 405.33 W tym cukry [g]: 114.53 Błonnik pokarmowy [g]: 27.04 Sód [mg]: 5574
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Parówki drobiowe 2 szt. (SOJ) Ketchup 10g Pomidor b/s 50g	Zupa ziemniaczana 300ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy gotowany 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) Marchew gotowana 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z ziołami 70g (BIA) Pomidor b/s 50g	Ryż na mleku 1 szt. (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2759.10 Białko ogółem [g]: 107.35 Tłuszcz [g]: 93.39 Kw. tł. nasycone [g]: 47.40 Węglowodany ogółem [g]: 364.68 W tym cukry [g]: 110.79 Błonnik pokarmowy [g]: 23.58 Sód [mg]: 4307
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi b/c 300ml (BIA, GLU) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Parówki drobiowe 2 szt. (SOJ) Ketchup 10g Ser żółty 20g (BIA) Pomidor 50g	Zupa grochówka 300ml (GLU, SEL) Gulasz po węgiersku z papryką 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) Sałatka szwedzka 100g (GOR) Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z ziołami 50g (BIA) Kiełbasa żywiecka 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Ryż na mleku b/c 1 szt. (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2849.50 Białko ogółem [g]: 113.81 Tłuszcz [g]: 114.67 Kw. tł. nasycone [g]: 56.20 Węglowodany ogółem [g]: 326.43 W tym cukry [g]: 61.18 Błonnik pokarmowy [g]: 39.62 Sód [mg]: 5336

2026-09-20 niedziela		Śniadanie – 8:00	Obiad – 13:00	Kolacja – 17:30	II kolacja – 20:00	Wartość odżywcza
	DIETA BOGATOBIĄŁKOWA / BOGATOKALORYCZNA	Kakao z mlekiem 250ml (BIA) Zupa mleczna z pt. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek typu almette 100g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Rzodkiewki 50g	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL, JAJ) Łopatka duszona 130g Sos pieczeniowy 100ml (GLU) Puree ziemniaczane 300g (BIA) Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta warzywna 100g (SEL) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ogórek konserw. 50g (GOR)	Mus owocowy 120g	Wart. energetyczna [kcal]: 3132.00 Białko ogółem [g]: 122.87 Tłuszcz [g]: 124.05 Kw. tł. nasycone [g]: 65.02 Węglowodany ogółem [g]: 371.25 W tym cukry [g]: 120.14 Błonnik pokarmowy [g]: 20.93 Sód [mg]: 6006
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kakao z mlekiem 250ml (BIA) Zupa mleczna z pt. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek typu almette 70g (BIA) Pomidor b/s 50g	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL, JAJ) Łopatka gotowana 100g Sos pieczeniowy 100ml (GLU) Puree ziemniaczane 300g (BIA) Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka gotowana 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Mus owocowy 120g	Wart. energetyczna [kcal]: 2674.60 Białko ogółem [g]: 94.13 Tłuszcz [g]: 99.49 Kw. tł. nasycone [g]: 54.44 Węglowodany ogółem [g]: 343.07 W tym cukry [g]: 122.17 Błonnik pokarmowy [g]: 20.81 Sód [mg]: 4102
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kakao z mlekiem b/c 250ml (BIA) Zupa mleczna z pt. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek typu almette 50g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Rzodkiewki 50g	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL, JAJ) Łopatka duszona 130g Sos pieczeniowy 100ml (GLU) Puree ziemniaczane 300g (BIA) Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta warzywna 50g (SEL) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ogórek konserw. 50g (GOR)	Mus owocowy 120g	Wart. energetyczna [kcal]: 2784.50 Białko ogółem [g]: 118.89 Tłuszcz [g]: 112.17 Kw. tł. nasycone [g]: 57.49 Węglowodany ogółem [g]: 310.50 W tym cukry [g]: 80.34 Błonnik pokarmowy [g]: 34.11 Sód [mg]: 5853

2026-09-21 poniedziałek		Śniadanie – 8:00	Obiad – 13:00	Kolacja – 17:30	II kolacja – 20:00	Wartość odżywcza
	DIETA BOGATOBIĄŁKOWA / BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek tatziki 100g (BIA) Południca sopocka 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (BIA, GLU, SEL) Naleśniki z twarogiem 3 szt. (BIA, JAJ, GLU) Mus jabłkowy 100g Surówka z marchwi 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 50g	Ciasto drożdżowe 1 kawałek (GLU, JAJ, BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3572.00 Białko ogółem [g]: 133.86 Tłuszcz [g]: 135.78 Kw. tł. nasycone [g]: 68.46 Węglowodany ogółem [g]: 444.98 W tym cukry [g]: 140.03 Błonnik pokarmowy [g]: 25.10 Sód [mg]: 4936
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek homogenizowany 70g (BIA) Pomidor b/s 50g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (BIA, GLU, SEL) Naleśniki z twarogiem 2 szt. (BIA, JAJ, GLU) Mus jabłkowy 100g Surówka z marchwi 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka wieprzowa 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Ciasto drożdżowe 1 kawałek (GLU, JAJ, BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2711.60 Białko ogółem [g]: 88.07 Tłuszcz [g]: 90.32 Kw. tł. nasycone [g]: 46.60 Węglowodany ogółem [g]: 380.58 W tym cukry [g]: 129.94 Błonnik pokarmowy [g]: 22.59 Sód [mg]: 3186
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek tatziki 50g (BIA) Południca sopocka 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (BIA, GLU, SEL) Naleśniki z twarogiem 2 szt. (BIA, JAJ, GLU) Mus jabłkowy b/c 100g Surówka z marchwi 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 50g	Ciasto drożdżowe 1 kawałek (GLU, JAJ, BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2991.00 Białko ogółem [g]: 112.33 Tłuszcz [g]: 119.65 Kw. tł. nasycone [g]: 61.51 Węglowodany ogółem [g]: 353.98 W tym cukry [g]: 96.13 Błonnik pokarmowy [g]: 36.78 Sód [mg]: 4541

2026-09-22 wtorek		Śniadanie – 8:00	Obiad – 13:00	Kolacja – 17:30	II kolacja – 20:00	Wartość odżywcza
	DIETA BOGATOBIĄŁKOWA / BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pt. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Mozzarella 80g (BIA) Kiełbasa żywiecka 50g (SOJ) Papryka świeża 50g	Zupa jarzynowa 300ml (BIA, SEL) Gołąbki bez zawijania 2 szt. (JAJ, GLU) Sos pomidorowy 100ml (GLU, SEL) Kapusta biała gotowana 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Paszтет drobiowy pieczony 80g (GLU, JAJ) Serek topiony 50g (BIA) Ogórek konserwowy 50g (GOR)	Kisiel ekspresowy 1 szt.	Wart. energetyczna [kcal]: 3199.22 Białko ogółem [g]: 125,6 Tłuszcz [g]: 130.38 Kw. tł. nasycone [g]: 64.59 Węglowodany ogółem [g]: 426.23 W tym cukry [g]: 132.88 Błonnik pokarmowy [g]: 30.18 Sód [mg]: 6341
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pt. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Kiełbasa żywiecka 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Zupa jarzynowa 300ml (BIA, SEL) Gołąbki bez zawijania 1 szt. (JAJ, GLU) Sos pomidorowy 100ml (GLU, SEL) Bukiet jarzyn gotowanych 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Kisiel ekspresowy 1 szt.	Wart. energetyczna [kcal]: 2543,2 Białko ogółem [g]: 89.47 Tłuszcz [g]: 92.97 Kw. tł. nasycone [g]: 49.24 Węglowodany ogółem [g]: 387.98 W tym cukry [g]: 128.02 Błonnik pokarmowy [g]: 28.31 Sód [mg]: 4540
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pt. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Mozzarella 50g (BIA) Kiełbasa żywiecka 50g (SOJ) Papryka świeża 50g	Zupa jarzynowa 300ml (BIA, SEL) Gołąbki bez zawijania 1 szt. (JAJ, GLU) Sos pomidorowy 100ml (GLU, SEL) Kapusta biała gotowana 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Paszтет drobiowy pieczony 50g (GLU, JAJ) Serek topiony 50g (BIA) Ogórek konserwowy 50g (GOR)	Kisiel ekspresowy b/c 1 szt.	Wart. energetyczna [kcal]: 2546,7 Białko ogółem [g]: 107.73 Tłuszcz [g]: 118.60 Kw. tł. nasycone [g]: 59.01 Węglowodany ogółem [g]: 348.38 W tym cukry [g]: 78.73 Błonnik pokarmowy [g]: 43.21 Sód [mg]: 6059

2026-09-23 środa		Śniadanie – 8:00	Obiad – 13:00	Kolacja – 17:30	II kolacja – 20:00	Wartość odżywcza
	DIETA BOGATOBIĄŁKOWA / BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z rzodkiewką 100g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 50g	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (BIA, GLU, SEL) Stek wieprzowy z cebulką 130g (GLU) Ziemniaki gotowane 300g Surówka z kapusty pekińskiej 100g (BIA) Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta rybna z koperkiem 100g (RYB) Szynka wiejska 50g (SOJ) Sałata 20g	Skyr owocowy 150g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3050.80 Białko ogółem [g]: 137.25 Tłuszcz [g]: 105.12 Kw. tł. nasycone [g]: 48.55 Węglowodany ogółem [g]: 382.63 W tym cukry [g]: 118.96 Błonnik pokarmowy [g]: 21.63 Sód [mg]: 4916
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek 70g (BIA) Pomidor b/s 50g	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (BIA, GLU, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 300g Marchew gotowana 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta rybna z koperkiem 70g (RYB) Pomidor b/s 50g	Skyr owocowy 150g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2679.10 Białko ogółem [g]: 112.92 Tłuszcz [g]: 76.17 Kw. tł. nasycone [g]: 40.67 Węglowodany ogółem [g]: 379.53 W tym cukry [g]: 144.91 Błonnik pokarmowy [g]: 20.83 Sód [mg]: 3403
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z rzodkiewką 50g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 50g	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (BIA, GLU, SEL) Stek wieprzowy z cebulką 100g (GLU) Ziemniaki gotowane 300g Surówka z kapusty pekińskiej 100g (BIA) Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta rybna z koperkiem 50g (RYB) Szynka wiejska 50g (SOJ) Sałata 20g	Skyr naturalny 150g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2565.30 Białko ogółem [g]: 119.77 Tłuszcz [g]: 90.24 Kw. tł. nasycone [g]: 42.50 Węglowodany ogółem [g]: 307.23 W tym cukry [g]: 68.71 Błonnik pokarmowy [g]: 34.34 Sód [mg]: 4660

Jadłospis przygotowany przez Catering Food4Med

Legenda alergenów:

BIA – białko mleka krowiego

GLU – gluten oraz zboża zawierające gluten

JAJ – jaja kurze

ORZ – orzechy arachidowe, orzechy włoskie, laskowe, migdały, brazylijskie, makadamia

SEL – seler i produkty pochodne

DWU – dwutlenek siarki/ siarczany

RYB – ryby i produkty pochodne

SKO – skorupiaki i produkty pochodne

MIĘ – mięczaki i produkty pochodne

SOJ – soja i produkty pochodne

GOR – gorczyca i produkty pochodne

ZIA – ziarno sezamu i produkty pochodne

ŁUB – łubin i produkty pochodne