

2026-09-24 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 kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta jajeczna 100g (IAJ, BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Zupa pieczarkowa z łazankami 300ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz po węgiersku 200g (GLU, SEL) Kasza jaglana 200g Sałatka szwedzka 100g (GOR) Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek kanapkowy 100g (BIA) Salami 50g (SOJ) Pomidor 50g	Budyń ekspresowy 1 szt. (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3227.50 Białko ogółem [g]: 136.80 Tłuszcz [g]: 132.84 Kw. tł. nasycone [g]: 59.86 Węglowodany ogółem [g]: 380.34 W tym cukry [g]: 120.49 Błonnik pokarmowy [g]: 21.36 Sód [mg]: 5992
	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) Pasta jajeczna 70g (IAJ, BIA) Pomidor b/s 50g	Zupa grysikowa 300ml (BIA, SEL) Gulasz drobiowy 180g (GLU, SEL) Kasza jaglana 200g Marchew gotowana 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek kanapkowy 70g (BIA) Pomidor b/s 50g	Budyń ekspresowy 1 szt. (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2615.02 Białko ogółem [g]: 96.79 Tłuszcz [g]: 87.87 Kw. tł. nasycone [g]: 43.99 Węglowodany ogółem [g]: 358.70 W tym cukry [g]: 114.56 Błonnik pokarmowy [g]: 22.88 Sód [mg]: 3405
	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) Pasta jajeczna 50g (IAJ, BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Zupa pieczarkowa z łazankami 300ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz po węgiersku 180g (GLU, SEL) Kasza jaglana 200g Sałatka szwedzka 100g (GOR) Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek kanapkowy 50g (BIA) Salami 50g (SOJ) Pomidor 50g	Budyń ekspresowy b/c 1 szt. (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2721.39 Białko ogółem [g]: 109.79 Tłuszcz [g]: 115.48 Kw. tł. nasycone [g]: 53.91 Węglowodany ogółem [g]: 305.45 W tym cukry [g]: 71.68 Błonnik pokarmowy [g]: 33.88 Sód [mg]: 5544

2026-09-25 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 pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser żółty 70g (BIA) Szynka wiejska 50g (SOJ) Papryka 50g	Borszcz czerwony 300ml (GLU, SEL) Ryba panierowana (miruna) 130g (RYB, GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 300g Surówka z kiszonej kapusty i marchewki 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Hummus pomidorowy 100g (ZIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 50g	Serek homogenizowany smakowy 150g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3135.65 Białko ogółem [g]: 131.2 Tłuszcz [g]: 112.69 Kw. tł. nasycone [g]: 52.13 Węglowodany ogółem [g]: 390.56 W tym cukry [g]: 128.19 Błonnik pokarmowy [g]: 26.12 Sód [mg]: 4834
	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) Szynka wiejska 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Borszcz czerwony 300ml (GLU, SEL) Ryba gotowana 100g (RYB) Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 300g 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	Serek homogenizowany smakowy 150g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2501.10 Białko ogółem [g]: 98.92 Tłuszcz [g]: 76.67 Kw. tł. nasycone [g]: 42.93 Węglowodany ogółem [g]: 344.15 W tym cukry [g]: 123.06 Błonnik pokarmowy [g]: 23.57 Sód [mg]: 3259
	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) Ser żółty 50g (BIA) Szynka wiejska 50g (SOJ) Papryka 50g	Borszcz czerwony 300ml (GLU, SEL) Ryba panierowana (miruna) 100g (RYB, GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 300g Surówka z kiszonej kapusty i marchewki 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Hummus pomidorowy 50g (ZIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 50g	Serek homogenizowany naturalny 150g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2644.15 Białko ogółem [g]: 110.59 Tłuszcz [g]: 102.21 Kw. tł. nasycone [g]: 47.41 Węglowodany ogółem [g]: 305.62 W tym cukry [g]: 70.70 Błonnik pokarmowy [g]: 38.82 Sód [mg]: 4582

2026-09-26 sobota		Śniadanie – 8:00	Obiad – 13:00	Kolacja – 17:30	II kolacja – 20:00	Wartość odżywcza
	DIETA BOGATOBIĄKOWA / 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 ze szczypiorkiem 100g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Pomidor 50g	Zupa fasolowa 300ml (BIA, GLU, SEL) Łazanki z mięsem i kapustą 350g (GLU, SEL) Bukiet jarzyn gotowanych 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta warzywna 100g (SEL) Ser topiony 50g (BIA) Ogórek zielony 50g	Kefir 150ml (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3020.00 Białko ogółem [g]: 126.0 Tłuszcz [g]: 100.61 Kw. tł. nasycone [g]: 48.54 Węglowodany ogółem [g]: 415.19 W tym cukry [g]: 153.50 Błonnik pokarmowy [g]: 26.74 Sód [mg]: 5282
	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 50g (BIA) Pomidor b/s 50g	Zupa ziemniaczana 300ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z sosem mięsno-warzywnym 300g (GLU, JAJ, SEL) Bukiet jarzyn gotowanych 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta warzywna 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Kefir 150ml (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2524.48 Białko ogółem [g]: 107.85 Tłuszcz [g]: 83.75 Kw. tł. nasycone [g]: 42.44 Węglowodany ogółem [g]: 345.55 W tym cukry [g]: 117.75 Błonnik pokarmowy [g]: 21.69 Sód [mg]: 4201
	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 ze szczypiorkiem 50g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Pomidor 50g	Zupa fasolowa 300ml (BIA, GLU, SEL) Łazanki z mięsem i kapustą 300g (GLU, SEL) Bukiet jarzyn gotowanych 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta warzywna 50g (SEL) Ser topiony 50g (BIA) Ogórek zielony 50g	Kefir 150ml (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2577.21 Białko ogółem [g]: 109.91 Tłuszcz [g]: 88.66 Kw. tł. nasycone [g]: 43.67 Węglowodany ogółem [g]: 341.23 W tym cukry [g]: 111.48 Błonnik pokarmowy [g]: 38.59 Sód [mg]: 4909

2026-09-27 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. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek typu almette 100g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 50g	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL, JAJ) Kotlet schabowy panierowany 120g (GLU, JAJ) Puree ziemniaczane 300g (BIA) Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z ziołami 100g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 50g	Ciasto drożdżowe 1 kawałek (GLU, JAJ, BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3309.50 Białko ogółem [g]: 141,2 Tłuszcz [g]: 129.43 Kw. tł. nasycone [g]: 66.61 Węglowodany ogółem [g]: 408.88 W tym cukry [g]: 122.04 Błonnik pokarmowy [g]: 24.07 Sód [mg]: 5758
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kakao z mlekiem 250ml (BIA) Zupa mleczna z pt. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) 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) Schab gotowany 100g Sos pietruszkowy 100ml (BIA, GLU, SEL) Puree ziemniaczane 300g (BIA) Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z ziołami 70g (BIA) Pomidor b/s 50g	Ciasto drożdżowe 1 kawałek (GLU, JAJ, BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2757.60 Białko ogółem [g]: 94.37 Tłuszcz [g]: 101.07 Kw. tł. nasycone [g]: 56.70 Węglowodany ogółem [g]: 360.65 W tym cukry [g]: 115.99 Błonnik pokarmowy [g]: 22.07 Sód [mg]: 4055
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kakao z mlekiem b/c 250ml (BIA) Zupa mleczna z pt. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek typu almette 50g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 50g	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL, JAJ) Kotlet schabowy panierowany 100g (GLU, JAJ) 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) Twarożek z ziołami 50g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 50g	Ciasto drożdżowe 1 kawałek (GLU, JAJ, BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2846.00 Białko ogółem [g]: 104.03 Tłuszcz [g]: 111.55 Kw. tł. nasycone [g]: 56.30 Węglowodany ogółem [g]: 344.13 W tym cukry [g]: 80.38 Błonnik pokarmowy [g]: 37.03 Sód [mg]: 5425

2026-09-28 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 ryżem 300ml (BIA) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser biały w plastrach 100g (BIA) Szynka wiejska 70g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Żurek 300ml (GLU, SEL) Naleśniki z serem 3 szt. (GLU, JAJ, BIA) Mus jabłkowy 100g Surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Jajko gotowane 2 szt. (JAJ) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Papryka świeża 50g	Jogurt owocowy 100g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3091.00 Białko ogółem [g]: 126.50 Tłuszcz [g]: 99.70 Kw. tł. nasycone [g]: 47.85 Węglowodany ogółem [g]: 427.96 W tym cukry [g]: 113.26 Błonnik pokarmowy [g]: 24.01 Sód [mg]: 5304
	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) Ser biały w plastrach 70g (BIA) Pomidor b/s 50g	Zupa koperkowa z drobnym makaronem 300ml (BIA, GLU, SEL) Naleśniki z serem 2 szt. (GLU, JAJ, BIA) Mus jabłkowy 100g Surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Jogurt owocowy 100g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2689.93 Białko ogółem [g]: 89.55 Tłuszcz [g]: 79.63 Kw. tł. nasycone [g]: 41.83 Węglowodany ogółem [g]: 406.65 W tym cukry [g]: 125.15 Błonnik pokarmowy [g]: 22.70 Sód [mg]: 3532
	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) Ser biały w plastrach 50g (BIA) Szynka wiejska 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Żurek 300ml (GLU, SEL) Naleśniki z serem 2 szt. (GLU, JAJ, BIA) Mus jabłkowy 100g Surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Jajko gotowane 2 szt. (JAJ) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Papryka świeża 50g	Jogurt naturalny 100g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2700.30 Białko ogółem [g]: 113.04 Tłuszcz [g]: 90.92 Kw. tł. nasycone [g]: 45.20 Węglowodany ogółem [g]: 358.78 W tym cukry [g]: 69.69 Błonnik pokarmowy [g]: 36.77 Sód [mg]: 5141

2026-09-29 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) Pasta warzywna 100g (SEL) Salami 50g (SOJ) Pomidor 50g	Kapuśniak 300ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany 200g (GLU, SEL) Kasza gryczana 200g Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Paszтет 70g (SOJ) Kiełbasa żywiecka 70g (SOJ) Ogórek kiszony 50g	Ryż na mleku 1 szt. (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3410.50 Białko ogółem [g]: 133.70 Tłuszcz [g]: 137.47 Kw. tł. nasycone [g]: 69.28 Węglowodany ogółem [g]: 407.30 W tym cukry [g]: 121.24 Błonnik pokarmowy [g]: 23.98 Sód [mg]: 5922
	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) Pasta warzywna 70g (SEL) Pomidor b/s 50g	Zupa ziemniaczana 300ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany 200g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Kiełbasa żywiecka 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Ryż na mleku 1 szt. (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2693.41 Białko ogółem [g]: 108.54 Tłuszcz [g]: 88.79 Kw. tł. nasycone [g]: 50.94 Węglowodany ogółem [g]: 362.79 W tym cukry [g]: 114.85 Błonnik pokarmowy [g]: 21.66 Sód [mg]: 3448
	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) Pasta warzywna 70g (SEL) Salami 50g (SOJ) Pomidor 50g	Kapuśniak 300ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany 200g (GLU, SEL) Kasza gryczana 200g Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Paszтет 70g (SOJ) Kiełbasa żywiecka 70g (SOJ) Ogórek kiszony 50g	Ryż na mleku b/c 1 szt. (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2904.45 Białko ogółem [g]: 116.73 Tłuszcz [g]: 118.95 Kw. tł. nasycone [g]: 58.49 Węglowodany ogółem [g]: 335.13 W tym cukry [g]: 73.19 Błonnik pokarmowy [g]: 36.93 Sód [mg]: 5628

2026-09-30 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 kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Mozzarella 80g (BIA) Polędwica sopocka 70g (SOJ) Ogórek konserwowy 50g (GOR)	Zupa szczawiowa z lanymi kluseczkami 300ml (GLU, SEL, JAJ) Eskalopki z kurczaka 130g (GLU) Sos musztardowy 100ml (GOR) Ziemniaki gotowane 300g Bukiet jarzyn gotowanych 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta rybna z koperkiem 100g (RYB) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 20g	Skyr owocowy 1 szt. (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3256.30 Białko ogółem [g]: 138.80 Tłuszcz [g]: 129.26 Kw. tł. nasycone [g]: 58.33 Węglowodany ogółem [g]: 384.69 W tym cukry [g]: 122.91 Błonnik pokarmowy [g]: 26.68 Sód [mg]: 5607
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kakao z mlekiem 250ml (BIA) Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Polędwica sopocka 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Zupa szczawiowa z lanymi kluseczkami 300ml (GLU, SEL, JAJ) Filet drobiowy gotowany 130g Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 300g Bukiet jarzyn gotowanych 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 1 szt. (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2638.56 Białko ogółem [g]: 111.61 Tłuszcz [g]: 88.04 Kw. tł. nasycone [g]: 44.27 Węglowodany ogółem [g]: 357.77 W tym cukry [g]: 123.47 Błonnik pokarmowy [g]: 23.35 Sód [mg]: 3528
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kakao z mlekiem b/c 250ml (BIA) Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Mozzarella 50g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Ogórek konserwowy 50g (GOR)	Zupa szczawiowa z lanymi kluseczkami 300ml (GLU, SEL, JAJ) Eskalopki z kurczaka 100g (GLU) Sos musztardowy 100ml (GOR) Ziemniaki gotowane 300g Bukiet jarzyn gotowanych 100g 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 drobiowa 50g (SOJ) Sałata 20g	Skyr naturalny 1 szt. (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2739.15 Białko ogółem [g]: 128.00 Tłuszcz [g]: 112.39 Kw. tł. nasycone [g]: 51.36 Węglowodany ogółem [g]: 306.77 W tym cukry [g]: 68.10 Błonnik pokarmowy [g]: 39.43 Sód [mg]: 5641

2026-10-01 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 pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek ziarnisty 100g (BIA) Szynka gotowana 70g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (BIA, SEL) Kotlet mielony 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 300g Sałatka szwedzka 100g (GOR) Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z rzodkiewką 100g (BIA) Szynka wieprzowa 70g (SOJ) Pomidor 50g	Mus owocowy 120g	Wart. energetyczna [kcal]: 3091.50 Białko ogółem [g]: 130.00 Tłuszcz [g]: 87.31 Kw. tł. nasycone [g]: 43.90 Węglowodany ogółem [g]: 390.84 W tym cukry [g]: 124.32 Błonnik pokarmowy [g]: 27.90 Sód [mg]: 4949
	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) Serek ziarnisty 70g (BIA) Pomidor b/s 50g	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (BIA, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 300g Marchew gotowana 100g Sos koperkowy 100ml Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z koperkiem 70g (BIA) Pomidor b/s 50g	Mus owocowy 120g	Wart. energetyczna [kcal]: 2488.36 Białko ogółem [g]: 93.26 Tłuszcz [g]: 76.06 Kw. tł. nasycone [g]: 39.23 Węglowodany ogółem [g]: 356.61 W tym cukry [g]: 120.98 Błonnik pokarmowy [g]: 26.61 Sód [mg]: 3680
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek ziarnisty 50g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (BIA, SEL) Kotlet mielony 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 300g Sałatka szwedzka 100g (GOR) Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z rzodkiewką 50g (BIA) Szynka wieprzowa 70g (SOJ) Pomidor 50g	Mus owocowy b/c 120g	Wart. energetyczna [kcal]: 2502.58 Białko ogółem [g]: 110.12 Tłuszcz [g]: 81.69 Kw. tł. nasycone [g]: 40.52 Węglowodany ogółem [g]: 326.17 W tym cukry [g]: 82.72 Błonnik pokarmowy [g]: 41.58 Sód [mg]: 4771

2026-10-02 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 pł. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Szynka drobiowa 70g (SOJ) Papryka konserw. 50g (GOR)	Barszcz czerwony 300ml (GLU, SEL) Jajko sadzone 2 szt. (JAJ) Ziemniaki gotowane 300g Fasolka z bułką tartą 100g (GLU) Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser żółty 70g (BIA) Szynka wiejska 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Kefir 150g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3147.00 Białko ogółem [g]: 128.00 Tłuszcz [g]: 92.91 Kw. tł. nasycone [g]: 40.81 Węglowodany ogółem [g]: 394.66 W tym cukry [g]: 122.05 Błonnik pokarmowy [g]: 28.57 Sód [mg]: 4982
	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) Dżem 50g Pomidor b/s 50g	Barszcz czerwony 300ml (GLU, SEL) Jajko sadzone 2 szt. (JAJ) Ziemniaki gotowane 300g Fasolka z bułką tartą 100g (GLU) Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka wiejska 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Kefir 150g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2571.06 Białko ogółem [g]: 96.10 Tłuszcz [g]: 77.39 Kw. tł. nasycone [g]: 37.25 Węglowodany ogółem [g]: 359.82 W tym cukry [g]: 119.34 Błonnik pokarmowy [g]: 26.77 Sód [mg]: 3440
	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) Ser topiony 50g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Papryka konserw. 50g (GOR)	Barszcz czerwony 300ml (GLU, SEL) Jajko sadzone 2 szt. (JAJ) Ziemniaki gotowane 300g Fasolka z bułką tartą 100g (GLU) Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Szynka wiejska 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Kefir 150g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2567.29 Białko ogółem [g]: 118.66 Tłuszcz [g]: 82.03 Kw. tł. nasycone [g]: 37.53 Węglowodany ogółem [g]: 319.29 W tym cukry [g]: 78.03 Błonnik pokarmowy [g]: 39.08 Sód [mg]: 4759

2026-10-03 sobota		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) Parówki drobiowe 2 szt. (SOJ) Ketchup 10g Pomidor 50g	Zupa grochówka 300ml (GLU, SEL) Stek z cebulką 100g (GLU) Ziemniaki 300g Surówka colesław 100g (BIA, JAJ, GOR) Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Jajko gotowane 2 szt. (JAJ) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Ogórek kiszony 50g	Kisiel ekspresowy 1 szt.	Wart. energetyczna [kcal]: 3256.80 Białko ogółem [g]: 137.40 Tłuszcz [g]: 112.22 Kw. tł. nasycone [g]: 49.41 Węglowodany ogółem [g]: 412.36 W tym cukry [g]: 129.45 Błonnik pokarmowy [g]: 31.85 Sód [mg]: 5537
	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) Szynka drobiowa 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLU, SEL) Pulpet drobiowy 100g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100ml (GLU, SEL) Ziemniaki 300g Bukiet jarzyn gotowanych 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Jajko gotowane 1 szt. (JAJ) Pomidor b/s 50g	Kisiel ekspresowy 1 szt.	Wart. energetyczna [kcal]: 2557.42 Białko ogółem [g]: 88.18 Tłuszcz [g]: 76.84 Kw. tł. nasycone [g]: 38.98 Węglowodany ogółem [g]: 368.57 W tym cukry [g]: 125.17 Błonnik pokarmowy [g]: 24.77 Sód [mg]: 3428
	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) Parówki drobiowe 2 szt. (SOJ) Ketchup 10g Pomidor 50g	Zupa grochówka 300ml (GLU, SEL) Stek z cebulką 100g (GLU) Ziemniaki 300g Surówka colesław 100g (BIA, JAJ, GOR) Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Jajko gotowane 2 szt. (JAJ) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Ogórek kiszony 50g	Kisiel ekspresowy b/c 1 szt.	Wart. energetyczna [kcal]: 2814.58 Białko ogółem [g]: 121.92 Tłuszcz [g]: 105.40 Kw. tł. nasycone [g]: 46.39 Węglowodany ogółem [g]: 329.77 W tym cukry [g]: 71.70 Błonnik pokarmowy [g]: 44.79 Sód [mg]: 5324

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