

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-01-03 sobota	Podstawowa	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) kielbasa żywiecka 60 g (GLU, MLE, SEL) jaja 50 g (JAJ)		Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Łazanki z kapustą i mięsem 350 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) jabłko deser (f) 250 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) szynka konserwowa 15 g	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) paszтет dr. 80 g (GLU, SOJ, SEL) ketchup jednoporcyjowy 20g 20 g	serek wiejski 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 692,7 Białko ogółem [g] 120,9 Tłuszcz [g] 118,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,5 Węglowodany ogółem [g] 300,2 suma cukrów prostych [g] 62,3 Sól [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 30,1
	Łatwo strawna	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa żywiecka 60 g (GLU, MLE, SEL) jaja 50 g (JAJ)		Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Łazanki z kapustą i mięsem 350 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) jabłko deser (f) 250 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) szynka konserwowa 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) paszтет dr. 80 g (GLU, SOJ, SEL)	serek wiejski 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 797 Białko ogółem [g] 120,2 Tłuszcz [g] 118,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,2 Węglowodany ogółem [g] 327,8 suma cukrów prostych [g] 70,4 Sól [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,1
	Kleikowa	Kleik z kaszy kukurydzianej 300 ml		Kleik z kaszy manny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Kleik z ryżu 300 ml (GLU)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 594,6 Białko ogółem [g] 12,1 Tłuszcz [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 Węglowodany ogółem [g] 133,2 suma cukrów prostych [g] 30,9 Sól [g] 0,9 Błonnik pokarmowy [g] 4,9
	Papkowata	Papka- kasza kukurydziana na mleku 400 Por (MLE)	Papka- bulion z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- jarzynowa z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- kasza manna/ ml 400 Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)	Papka- ryż/ ml 450 Por (GLU, MLE)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 055,8 Białko ogółem [g] 124,2 Tłuszcz [g] 97 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 Węglowodany ogółem [g] 176,8 suma cukrów prostych [g] 59,3 Sól [g] 3,3 Błonnik pokarmowy [g] 9,5

2026-01-03 sobota	Płynna	Zupa krupnik ryżowy 450 g (GLU)	Ryż /ml VIII 250ml 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa bulion z ryżem z żółtkiem 250ml 250 ml (GLU, JAJ)	Zupa jarzynowa płynna 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa krupnik z żółtkiem VII 300ml 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 558,3 Białko ogółem [g] 77,7 Tłuszcz [g] 51,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Węglowodany ogółem [g] 205,5 suma cukrów prostych [g] 26,1 Sól [g] 2,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,8	
	Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa żywiecka 60 g (GLU, MLE, SEL) sałata zielona (f) 20 g		Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Makaron po włosku z sos pomidorowym 450 g (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) jabłko deser (f) 250 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) szynka konserwowa 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) paszтет dr. 80 g (GLU, SOJ, SEL)	serek wiejski 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 619,5 Białko ogółem [g] 110,8 Tłuszcz [g] 98,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,8 Węglowodany ogółem [g] 337,8 suma cukrów prostych [g] 78,5 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,3
	Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa żywiecka 60 g (GLU, MLE, SEL) sałata zielona (f) 20 g		Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Udka gotowane 280 g Marchew gotowana 150 g (MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) szynka konserwowa 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) paszтет dr. 80 g (GLU, SOJ, SEL)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) połędwica sopocka 20 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 669 Białko ogółem [g] 129,9 Tłuszcz [g] 123,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,9 Węglowodany ogółem [g] 274,7 suma cukrów prostych [g] 40 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,1
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) kielbasa żywiecka 60 g (GLU, MLE, SEL) jaja 50 g (JAJ)	Kisiel 200 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)	Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Łazanki z kapustą i mięsem 350 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) margaryna śniad. 5 g (MLE) szynka konserwowa 15 g	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) paszтет dr. 80 g (GLU, SOJ, SEL)	chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) margaryna śniad. 5 g (MLE) połędwica sopocka 15 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 502,2 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 111,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,1 Węglowodany ogółem [g] 285,7 suma cukrów prostych [g] 40,5 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,8

2026-01-03 sobota	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa żywiecka 60 g (GLU, MLE, SEL) sałata zielona (f) 20 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Makaron po włosku z sos pomidorowym 450 g (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) jabłko deser (f) 250 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) szynka konserwowa 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) paszтет dr. 80 g (GLU, SOJ, SEL)	serek wiejski 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 619,5 Białko ogółem [g] 110,8 Tłuszcz [g] 98,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,8 Węglowodany ogółem [g] 337,8 suma cukrów prostych [g] 78,5 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,3
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa żywiecka 60 g (GLU, MLE, SEL) jaja 50 g (JAJ)	Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Łazanki z kapustą i mięsem 350 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) jabłko deser (f) 250 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) szynka konserwowa 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) paszтет dr. 80 g (GLU, SOJ, SEL)	serek wiejski 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 797 Białko ogółem [g] 120,2 Tłuszcz [g] 118,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,2 Węglowodany ogółem [g] 327,8 suma cukrów prostych [g] 70,4 Sól [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,1
2026-01-04 niedziela	Podstawowa	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ) poledwica miodowa 60 g pomidor (f) 100 g	Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Roladki drobiowa z kurczaka w sosie własnym 180 g (GLU, MLE) Kalafior z wody 150 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 15 g (GLU)	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Szynka krucha 60 g sałata zielona (f) 20 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka konserwowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 991,3 Białko ogółem [g] 108,1 Tłuszcz [g] 65,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Węglowodany ogółem [g] 254 suma cukrów prostych [g] 35,6 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
	Łatwo strawna	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) poledwica miodowa 60 g pomidor (f) 100 g	Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Filet drobiowy gotowany z kurczaka 160 g (GLU, MLE) Kalafior z wody 150 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) schab pieczony 15 g (GLU)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka krucha 60 g sałata zielona (f) 20 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka konserwowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 054,2 Białko ogółem [g] 108,7 Tłuszcz [g] 58,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 285,9 suma cukrów prostych [g] 46,7 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,7

2026-01-04, niedziela

Kleikowa	Kleik z kaszy kukurydzianej 300 ml		Kleik z kaszy manny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Kleik z ryżu 300 ml (GLU)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 594,6 Białko ogółem [g] 12,1 Tłuszcz [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 Węglowodany ogółem [g] 133,2 suma cukrów prostych [g] 30,9 Sól [g] 0,9 Błonnik pokarmowy [g] 4,9
Papkowata	Papka- kasza kukurydziana na mleku 400 Por (MLE)	Papka- bulion z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- jarzynowa z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- kasza manna/ ml 400 Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)	Papka- ryż/ ml 450 Por (GLU, MLE)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 055,8 Białko ogółem [g] 124,2 Tłuszcz [g] 97 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 Węglowodany ogółem [g] 176,8 suma cukrów prostych [g] 59,3 Sól [g] 3,3 Błonnik pokarmowy [g] 9,5
Płynna	Zupa krupnik ryżowy 450 g (GLU)	Ryż /ml VIII 250ml 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa bulion z ryżem z żółtkiem 250ml 250 ml (GLU, JAJ)	Zupa jarzynowa płynna 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa krupnik z żółtkiem VII 300ml 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 558,3 Białko ogółem [g] 77,7 Tłuszcz [g] 51,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Węglowodany ogółem [g] 205,5 suma cukrów prostych [g] 26,1 Sól [g] 2,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,8
Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) południca miodowa 60 g pomidor (f) 100 g		Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Filet drobiowy gotowany z kurczaka 160 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g (MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) schab pieczony 15 g (GLU)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka krucha 60 g sałata zielona (f) 20 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka konserwowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 053,9 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 58,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 290,4 suma cukrów prostych [g] 52,6 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,3
Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) południca miodowa 60 g pomidor (f) 100 g		Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Udko gotowane 280 g Marchew gotowana 150 g (MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 3 000 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) schab pieczony 15 g (GLU)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka krucha 60 g sałata zielona (f) 20 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka konserwowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 5 140,8 Białko ogółem [g] 191,5 Tłuszcz [g] 140,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 70,8 Węglowodany ogółem [g] 815,5 suma cukrów prostych [g] 80,7 Sól [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 75,5

2026-01-04 niedziela	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) połudwica miodowa 60 g pomidor (f) 100 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy mieszany 30 g ogórek kiszony(f) 15 g	Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Filet drobiowy gotowany z kurczaka 160 g (GLU, MLE) Kalafior z wody 150 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) schab pieczony 15 g (GLU)	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Szynka krucha 60 g sałata zielona (f) 20 g	chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) margaryna śniad. 5 g (MLE) szynka konserwowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 006,6 Białko ogółem [g] 110,7 Tłuszcz [g] 61,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Węglowodany ogółem [g] 265,4 suma cukrów prostych [g] 36,4 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) połudwica miodowa 60 g pomidor (f) 100 g		Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Filet drobiowy gotowany z kurczaka 160 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g (MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) schab pieczony 15 g (GLU)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka krucha 60 g sałata zielona (f) 20 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka konserwowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 053,9 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 58,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 290,4 suma cukrów prostych [g] 52,6 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,3
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) połudwica miodowa 60 g pomidor (f) 100 g		Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Filet drobiowy gotowany z kurczaka 160 g (GLU, MLE) Kalafior z wody 150 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) schab pieczony 15 g (GLU)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka krucha 60 g sałata zielona (f) 20 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka konserwowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 054,2 Białko ogółem [g] 108,7 Tłuszcz [g] 58,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 285,9 suma cukrów prostych [g] 46,7 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
2026-01-05 poniedziałek	Podstawowa	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) parówka 80 g (GLU) ketchup jednoporcjowy 20g 20 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Makaron spaghetti z kurczakiem i szpinakiem 300 g (MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka na krajalnicy 15 g	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Szynka wędzona 60 g pomidor (f) 100 g	jogurt naturalny mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 327,7 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 99,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,6 Węglowodany ogółem [g] 262,3 suma cukrów prostych [g] 45,6 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,8	

2026-01-05 poniedziałek

Łatwo strawna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) parówka 80 g (GLU)		Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Makaron spaghetti z kurczakiem i szpinakiem 300 g (MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka na krajalnicie 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona 60 g pomidor (f) 100 g	jogurt naturalny mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 432 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 99,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,4 Węglowodany ogółem [g] 289,9 suma cukrów prostych [g] 53,7 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
Kleikowa	Kleik z kaszy kukurydzianej 300 ml		Kleik z kaszy manny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Kleik z ryżu 300 ml (GLU)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 594,6 Białko ogółem [g] 12,1 Tłuszcz [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 Węglowodany ogółem [g] 133,2 suma cukrów prostych [g] 30,9 Sól [g] 0,9 Błonnik pokarmowy [g] 4,9
Papkowata	Papka- kasza kukurydziana na mleku 400 Por (MLE)	Papka- bulion z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- jarzynowa z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- kasza manna/ ml 400 Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)	Papka- ryż/ ml 450 Por (GLU, MLE)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 055,8 Białko ogółem [g] 124,2 Tłuszcz [g] 97 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 Węglowodany ogółem [g] 176,8 suma cukrów prostych [g] 59,3 Sól [g] 3,3 Błonnik pokarmowy [g] 9,5
Płynna	Zupa bulion z ryżem, mięsem i żółtkiem 250 g (GLU, JAJ)	Ryż /ml VIII 250ml 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa bulion z ryżem z żółtkiem 250ml 250 ml (GLU, JAJ)	Zupa jarzynowa płynna 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa krupnik z żółtkiem VII 300ml 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 634,3 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 185,2 suma cukrów prostych [g] 23,9 Sól [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] 16,4
Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) parówka 80 g (GLU)		Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Makaron spaghetti z kurczakiem i szpinakiem 300 g (MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka na krajalnicie 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona 60 g pomidor (f) 100 g	jogurt naturalny mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 432 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 99,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,4 Węglowodany ogółem [g] 289,9 suma cukrów prostych [g] 53,7 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,8

2026-01-05 poniedziałek	Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) parówka 80 g (GLU)		Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Udko gotowane 280 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Marchew gotowana 150 g (MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka na krajalnicy 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona 60 g pomidor (f) 100 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) Poledwica z pasieki 15 g bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 502,6 Białko ogółem [g] 121,6 Tłuszcz [g] 109,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44 Węglowodany ogółem [g] 272,3 suma cukrów prostych [g] 42,2 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,7
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) parówka 80 g (GLU)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy mieszany 30 g kiełbasa żywiecka 15 g (GLU, MLE, SEL)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Makaron spaghetti z kurczakiem i szpinakiem 300 g (MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) Szynka na krajalnicy 15 g	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Szynka wędzona 60 g pomidor (f) 100 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) Poledwica z pasieki 15 g chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 351,5 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 102,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,8 Węglowodany ogółem [g] 263,8 suma cukrów prostych [g] 23,6 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 22
	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) parówka 80 g (GLU)		Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Makaron spaghetti z kurczakiem i szpinakiem 300 g (MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka na krajalnicy 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona 60 g pomidor (f) 100 g	jogurt naturalny mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 432 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 99,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,4 Węglowodany ogółem [g] 289,9 suma cukrów prostych [g] 53,7 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) parówka 80 g (GLU)		Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Makaron spaghetti z kurczakiem i szpinakiem 300 g (MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka na krajalnicy 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona 60 g pomidor (f) 100 g	jogurt naturalny mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 432 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 99,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,4 Węglowodany ogółem [g] 289,9 suma cukrów prostych [g] 53,7 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,8

2026-01-06 wtorek	Podstawowa	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Szynka z kija 60 g Sałatka grecka 150 Por (MLE)		Zupa rosół z makaronem 450 ml Schab gotowany w sosie własnym 160 g (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka hetmańska 15 g (GLU, SOJ) sałata zielona (f) 15 g	południca sopočka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR) Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ)	jogurt owocowy mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 049,7 Białko ogółem [g] 107,3 Tłuszcz [g] 75,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 Węglowodany ogółem [g] 249,1 suma cukrów prostych [g] 44,5 Sól [g] 10,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,4	
	Łatwo strawna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka z kija 60 g Sałatka grecka 150 Por (MLE)		Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Zupa rosół z makaronem 450 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Schab gotowany w sosie własnym 160 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka hetmańska 15 g (GLU, SOJ) sałata zielona (f) 15 g	południca sopočka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR) Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	jogurt owocowy mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 173,3 Białko ogółem [g] 107,9 Tłuszcz [g] 75,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Węglowodany ogółem [g] 280,1 suma cukrów prostych [g] 55,3 Sól [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 30	
	Kleikowa	Kleik z kaszy kukurydzianej 300 ml		Kleik z kaszy manny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Kleik z ryżu 300 ml (GLU)			Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 594,6 Białko ogółem [g] 12,1 Tłuszcz [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 Węglowodany ogółem [g] 133,2 suma cukrów prostych [g] 30,9 Sól [g] 0,9 Błonnik pokarmowy [g] 4,9
	Papkowata	Papka- kasza kukurydziana na mleku 400 Por (MLE)	Papka- bulion z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- jarzynowa z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- kasza manna/ ml 400 Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)	Papka- ryż/ ml 450 Por (GLU, MLE)			Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 055,8 Białko ogółem [g] 124,2 Tłuszcz [g] 97 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 Węglowodany ogółem [g] 176,8 suma cukrów prostych [g] 59,3 Sól [g] 3,3 Błonnik pokarmowy [g] 9,5
	Płynna	Zupa bulion z ryżem, mięsem i żółtkiem 250 g (GLU, JAJ)	Ryż /ml VIII 250ml 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa bulion z ryżem z żółtkiem 250ml 250 ml (GLU, JAJ)	Zupa jarzynowa płynna 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa krupnik z żółtkiem VII 300ml 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)			Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 634,3 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 185,2 suma cukrów prostych [g] 23,9 Sól [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] 16,4

2026-01-06 wtorek	Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka z kija 60 g Sałatka grecka 150 g Por (MLE)	Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Zupa rosół z makaronem 450 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Schab gotowany w sosie własnym 160 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka hetmańska 15 g (GLU, SOJ) sałata zielona (f) 15 g	poledwica sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR) Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	jogurt owocowy mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 173,3 Białko ogółem [g] 107,9 Tłuszcz [g] 75,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Węglowodany ogółem [g] 280,1 suma cukrów prostych [g] 55,3 Sól [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 30	
	Beztłuszczna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka z kija 60 g	Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Udko gotowane 280 g Marchew gotowana 150 g (MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka hetmańska 15 g (GLU, SOJ) sałata zielona (f) 15 g	poledwica sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR) Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	jabłko deser (f) 250 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 317,3 Białko ogółem [g] 119,9 Tłuszcz [g] 86,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Węglowodany ogółem [g] 281 suma cukrów prostych [g] 63,7 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,2	
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Szynka z kija 60 g Sałatka grecka 150 g Por (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) szynka konserwowa 15 g pomidor (f) 20 g	Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Zupa rosół z makaronem 450 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Schab gotowany w sosie własnym 160 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) szynka hetmańska 15 g (GLU, SOJ) sałata zielona (f) 15 g	poledwica sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR) Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy mieszany 30 g Przysmak smaczek 15 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 163 Białko ogółem [g] 112,4 Tłuszcz [g] 79,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Węglowodany ogółem [g] 264,1 suma cukrów prostych [g] 35,5 Sól [g] 11,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,5
	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka z kija 60 g Sałatka grecka 150 g Por (MLE)	Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Zupa rosół z makaronem 450 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Schab gotowany w sosie własnym 160 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka hetmańska 15 g (GLU, SOJ) sałata zielona (f) 15 g	poledwica sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR) Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	jogurt owocowy mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 173,3 Białko ogółem [g] 107,9 Tłuszcz [g] 75,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Węglowodany ogółem [g] 280,1 suma cukrów prostych [g] 55,3 Sól [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 30	

2026-01-06 wtorek	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka z kija 60 g Sałatka grecka 150 Por (MLE)	Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Zupa rosół z makaronem 450 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Schab gotowany w sosie własnym 160 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka hetmańska 15 g (GLU, SOJ) sałata zielona (f) 15 g	południca sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR) Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	jogurt owocowy mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 173,3 Białko ogółem [g] 107,9 Tłuszcz [g] 75,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Węglowodany ogółem [g] 280,1 suma cukrów prostych [g] 55,3 Sól [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 30
	Podstawowa	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Szynka na krajalnicy 60 g	Zupa barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Potrawka z kurczaka 120 g (GLU, MLE) Sałata zielona ze śmietaną 50 g (MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) schab pieczony 15 g (GLU)	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR) papryka czerwona (f) 100 g	jabłko deser (f) 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 946,7 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Węglowodany ogółem [g] 263,8 suma cukrów prostych [g] 65,9 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
2026-01-07 środa	Łatwo strawna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka na krajalnicy 60 g	Zupa barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Jajko w sosie koperkowym 170 g (GLU, JAJ, MLE) Sałata zielona z jogurtem 50 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) schab pieczony 15 g (GLU)	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR)	jabłko deser (f) 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 981,5 Białko ogółem [g] 79,5 Tłuszcz [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 291,6 suma cukrów prostych [g] 72,4 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
	Kleikowa	Kleik z kaszy kukurydzianej 300 ml	Kleik z kaszy manny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)	Kleik z ryżu 300 ml (GLU)			Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 594,6 Białko ogółem [g] 12,1 Tłuszcz [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 Węglowodany ogółem [g] 133,2 suma cukrów prostych [g] 30,9 Sól [g] 0,9 Błonnik pokarmowy [g] 4,9
	Papkowata	Papka- kasza kukurydziana na mleku 400 Por (MLE)	Papka- bulion z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- jarzynowa z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- kasza manna/ ml 400 Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)	Papka- ryż/ ml 450 Por (GLU, MLE)	

2026-01-07 środa

Płynna	Zupa bulion z ryżem, mięsem i żółtkiem 250 g (GLU, JAJ)	Ryż /ml VIII 250ml 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa bulion z ryżem z żółtkiem 250ml 250 ml (GLU, JAJ)	Zupa jarzynowa płynna 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa krupnik z żółtkiem VII 300ml 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 634,3 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 185,2 suma cukrów prostych [g] 23,9 Sól [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] 16,4
Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka na krawalnice 60 g		Zupa barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Potrawka z kurczaka 120 g (GLU, MLE) Salata zielona z jogurtem 50 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	bulka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) schab pieczony 15 g (GLU)	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR)	jabłko deser (f) 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 028,8 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Węglowodany ogółem [g] 289,2 suma cukrów prostych [g] 72,5 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka na krawalnice 60 g		Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Udko gotowane 280 g Marchew gotowana 150 g (MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	bulka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) schab pieczony 15 g (GLU)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR)	jabłko deser (f) 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 291,4 Białko ogółem [g] 118,7 Tłuszcz [g] 84,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Węglowodany ogółem [g] 279,5 suma cukrów prostych [g] 63,7 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Szynka na krawalnice 60 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) Szynka wędzona lipsko 15 g	Zupa barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Jajko w sosie koperkowym 170 g (GLU, JAJ, MLE) Salata zielona z jogurtem 50 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) margaryna śniad. 5 g (MLE) schab pieczony 15 g (GLU)	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) połędwica sopocka 15 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 956,8 Białko ogółem [g] 89,3 Tłuszcz [g] 67,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Węglowodany ogółem [g] 260,3 suma cukrów prostych [g] 37,8 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 24

2026-01-07 środa	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka na krajalnice 60 g	Zupa barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Potrawka z kurczaka 120 g (GLU, MLE) Salata zielona z jogurtem 50 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) schab pieczony 15 g (GLU)	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR)	jabłko deser (f) 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 028,8 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Węglowodany ogółem [g] 289,2 suma cukrów prostych [g] 72,5 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka na krajalnice 60 g	Zupa barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Jajko w sosie koperkowym 170 g (GLU, JAJ, MLE) Salata zielona z jogurtem 50 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) schab pieczony 15 g (GLU)	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR)	jabłko deser (f) 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 981,5 Białko ogółem [g] 79,5 Tłuszcz [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 291,6 suma cukrów prostych [g] 72,4 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
2026-01-08 czwartek	Podstawowa	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Twaróg z cebulą 70 g (MLE) papryka czerwona (f) 100 g	Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (GLU, MLE) Filet grillowany z kurczaka 100 Por Kalafior z wody 150 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) pasztet dr. 15 g (GLU, SOJ, SEL) ogórek kiszony(f) 10 g	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) kielbasa żywiecka 60 g (GLU, MLE, SEL) jaja 50 g (JAJ)	serek wiejski 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 308,3 Białko ogółem [g] 135,5 Tłuszcz [g] 92,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,1 Węglowodany ogółem [g] 245,6 suma cukrów prostych [g] 48,3 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
	Łatwo strawna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Twaróg z zieleniną 70 g (MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (GLU, MLE) Filet grillowany z kurczaka 100 Por Kalafior z wody 150 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) pasztet dr. 15 g (GLU, SOJ, SEL)	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa żywiecka 60 g (GLU, MLE, SEL)	serek wiejski 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 328,5 Białko ogółem [g] 128,3 Tłuszcz [g] 87,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3 Węglowodany ogółem [g] 269,4 suma cukrów prostych [g] 54,4 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,1

2026-01-08 czwartek

Kleikowa	Kleik z kaszy kukurydzianej 300 ml		Kleik z kaszy manny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Kleik z ryżu 300 ml (GLU)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 594,6 Białko ogółem [g] 12,1 Tłuszcz [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 Węglowodany ogółem [g] 133,2 suma cukrów prostych [g] 30,9 Sól [g] 0,9 Błonnik pokarmowy [g] 4,9
Papkowata	Papka- kasza kukurydziana na mleku 400 Por (MLE)	Papka- bulion z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- jarzynowa z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- kasza manna/ ml 400 Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)	Papka- ryż/ ml 450 Por (GLU, MLE)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 055,8 Białko ogółem [g] 124,2 Tłuszcz [g] 97 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 Węglowodany ogółem [g] 176,8 suma cukrów prostych [g] 59,3 Sól [g] 3,3 Błonnik pokarmowy [g] 9,5
Płynna	Zupa bulion z ryżem, mięsem i żółtkiem 250 g (GLU, JAJ)	Ryż /ml VIII 250ml 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa bulion z ryżem z żółtkiem 250ml 250 ml (GLU, JAJ)	Zupa jarzynowa płynna 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa krupnik z żółtkiem VII 300ml 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 634,3 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 185,2 suma cukrów prostych [g] 23,9 Sól [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] 16,4
Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Twaróg z zieloną 70 g (MLE)		Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (GLU, MLE) Filet grillowany z kurczaka 100 Por Marchew gotowana 150 g (MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) paszтет dr. 15 g (GLU, SOJ, SEL)	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa żywiecka 60 g (GLU, MLE, SEL)	serek wiejski 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 328,2 Białko ogółem [g] 125,5 Tłuszcz [g] 87,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3 Węglowodany ogółem [g] 273,9 suma cukrów prostych [g] 60,2 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) marmolada wieloowoc. 80 g		Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Udka gotowane 280 g Marchew gotowana 150 g (MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) paszтет dr. 15 g (GLU, SOJ, SEL)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa żywiecka 60 g (GLU, MLE, SEL)	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) poledwica sopočka 15 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 508,5 Białko ogółem [g] 114 Tłuszcz [g] 101,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,8 Węglowodany ogółem [g] 299,5 suma cukrów prostych [g] 67,3 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,2

2026-01-08 czwartek	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Twaróg z zieloną 70 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy mieszany 30 g szynka konserwowa 15 g	Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (GLU, MLE) Filet grillowany z kurczaka 100 Por Kalafior z wody 150 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) paszтет dr. 15 g (GLU, SOJ, SEL) ogórek kiszony(f) 10 g	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) kielbasa żywiecka 60 g (GLU, MLE, SEL) jaja 50 g (JAJ)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy mieszany 30 g połędwica sopocka 15 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 296 Białko ogółem [g] 120,2 Tłuszcz [g] 90,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,8 Węglowodany ogółem [g] 262,8 suma cukrów prostych [g] 37,8 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,8
	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Twaróg z zieloną 70 g (MLE)		Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (GLU, MLE) Filet grillowany z kurczaka 100 Por Marchew gotowana 150 g (MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) paszтет dr. 15 g (GLU, SOJ, SEL)	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa żywiecka 60 g (GLU, MLE, SEL)	serek wiejski 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 328,2 Białko ogółem [g] 125,5 Tłuszcz [g] 87,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3 Węglowodany ogółem [g] 273,9 suma cukrów prostych [g] 60,2 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Twaróg z zieloną 70 g (MLE)		Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (GLU, MLE) Filet grillowany z kurczaka 100 Por Kalafior z wody 150 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) paszтет dr. 15 g (GLU, SOJ, SEL)	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa żywiecka 60 g (GLU, MLE, SEL)	serek wiejski 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 328,5 Białko ogółem [g] 128,3 Tłuszcz [g] 87,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3 Węglowodany ogółem [g] 269,4 suma cukrów prostych [g] 54,4 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,1
	Podstawowa	Zestaw herbata zielona owocowa ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU) Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Makaron z serem 300 g (MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) jabłko deser (f) 250 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa żywiecka 15 g (GLU, MLE, SEL)	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) szynka hetmańska 60 g (GLU, SOJ) sałata zielona (f) 20 g	Sok pomidorowy 300 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 351,7 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 74,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Węglowodany ogółem [g] 329,2 suma cukrów prostych [g] 90,1 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 29

2026-01-09 piątek	Łatwo strawna	Zestaw herbata zielona owocowa dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU) Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Makaron z serem 300 g (MLE) jabłko deser (f) 250 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa żywiecka 15 g (GLU, MLE, SEL)	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka hetmańska 60 g (GLU, SOJ) sałata zielona (f) 20 g	Sok pomidorowy 300 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 448,7 Białko ogółem [g] 106,8 Tłuszcz [g] 74,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 Węglowodany ogółem [g] 353 suma cukrów prostych [g] 93,8 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,4
	Kleikowa	Kleik z kaszy kukurydzianej 300 ml		Kleik z kaszy manny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Kleik z ryżu 300 ml (GLU)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 594,6 Białko ogółem [g] 12,1 Tłuszcz [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 Węglowodany ogółem [g] 133,2 suma cukrów prostych [g] 30,9 Sól [g] 0,9 Błonnik pokarmowy [g] 4,9
	Papkowata	Papka- kasza kukurydziana na mleku 400 Por (MLE)	Papka- bulion z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- jarzynowa z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- kasza manna/ ml 400 Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)	Papka- ryż/ ml 450 Por (GLU, MLE)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 055,8 Białko ogółem [g] 124,2 Tłuszcz [g] 97 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 Węglowodany ogółem [g] 176,8 suma cukrów prostych [g] 59,3 Sól [g] 3,3 Błonnik pokarmowy [g] 9,5
	Płynna	Zupa bulion z ryżem, mięsem i żółtkiem 250 g (GLU, JAJ)	Ryż /ml VIII 250ml 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa bulion z ryżem z żółtkiem 250ml 250 ml (GLU, JAJ)	Zupa jarzynowa płynna 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa krupnik z żółtkiem VII 300ml 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 634,3 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 185,2 suma cukrów prostych [g] 23,9 Sól [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] 16,4
	Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	Zestaw herbata zielona owocowa dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU) Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Makaron z serem 300 g (MLE) jabłko deser (f) 250 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa żywiecka 15 g (GLU, MLE, SEL)	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka hetmańska 60 g (GLU, SOJ) sałata zielona (f) 20 g	Sok pomidorowy 300 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 448,7 Białko ogółem [g] 106,8 Tłuszcz [g] 74,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 Węglowodany ogółem [g] 353 suma cukrów prostych [g] 93,8 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,4

2026-01-09 piątek	Bezmleczna	Zestaw herbata zielona owocowa dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU)		Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Udko gotowane 280 g Marchew gotowana 150 g (MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa żywiecka 15 g (GLU, MLE, SEL)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka hetmańska 60 g (GLU, SOJ) sałata zielona (f) 20 g	Sok pomidorowy 300 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 252,4 Białko ogółem [g] 123,4 Tłuszcz [g] 89,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 Węglowodany ogółem [g] 254,6 suma cukrów prostych [g] 40,7 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) papryka czerwona (f) 30 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Makaron z serem 300 g (MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) kielbasa żywiecka 15 g (GLU, MLE, SEL)	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) szynka hetmańska 60 g (GLU, SOJ) sałata zielona (f) 20 g	Sok pomidorowy 300 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 032,8 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 Węglowodany ogółem [g] 276,1 suma cukrów prostych [g] 49,9 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 22,4
	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw herbata zielona owocowa dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU) Platki owsiane na mleku 400 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Makaron z serem 300 g (MLE) jabłko deser (f) 250 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa żywiecka 15 g (GLU, MLE, SEL)	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka hetmańska 60 g (GLU, SOJ) sałata zielona (f) 20 g	Sok pomidorowy 300 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 448,7 Białko ogółem [g] 106,8 Tłuszcz [g] 74,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 Węglowodany ogółem [g] 353 suma cukrów prostych [g] 93,8 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,4
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw herbata zielona owocowa dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU) Platki owsiane na mleku 400 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Makaron z serem 300 g (MLE) jabłko deser (f) 250 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa żywiecka 15 g (GLU, MLE, SEL)	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka hetmańska 60 g (GLU, SOJ) sałata zielona (f) 20 g	Sok pomidorowy 300 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 448,7 Białko ogółem [g] 106,8 Tłuszcz [g] 74,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 Węglowodany ogółem [g] 353 suma cukrów prostych [g] 93,8 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,4

2026-01-10 sobota	Podstawowa	Zestaw kakao ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU) Salatka z pomidora 150 g	Zupa ziemniaczana z fasolką 450 ml (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Pieczeń rzymska drobiowa w sosie własnym 170 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z czerwonej kapusty 120 g (JAJ, MLE, GOR)	jogurt owocowy mały 150 g (MLE)	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) południca sopočka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR) ogórek kiszony(f) 100 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) bulka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka konserwowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 325,8 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 88,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Węglowodany ogółem [g] 294,6 suma cukrów prostych [g] 61 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Łatwo strawna	Zestaw kakao dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU) Salatka z pomidora 150 g	Zupa ziemniaczana z fasolką 450 ml (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Pieczeń rzymska drobiowa w sosie własnym 170 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z selera 120 g (MLE)	jogurt owocowy mały 150 g (MLE)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) południca sopočka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bulka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka konserwowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 342,6 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 80,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Węglowodany ogółem [g] 319,1 suma cukrów prostych [g] 64,3 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,3
	Kleikowa	Kleik z kaszy kukurydzianej 300 ml	Kleik z kaszy manny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Kleik z ryżu 300 ml (GLU)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 594,6 Białko ogółem [g] 12,1 Tłuszcz [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 Węglowodany ogółem [g] 133,2 suma cukrów prostych [g] 30,9 Sól [g] 0,9 Błonnik pokarmowy [g] 4,9
	Papkowata	Papka- kasza kukurydziana na mleku 400 Por (MLE)	Papka- bulion z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- jarzynowa z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- kasza manna/ ml 400 Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)	Papka- ryż/ ml 450 Por (GLU, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 055,8 Białko ogółem [g] 124,2 Tłuszcz [g] 97 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 Węglowodany ogółem [g] 176,8 suma cukrów prostych [g] 59,3 Sól [g] 3,3 Błonnik pokarmowy [g] 9,5
	Płynna	Zupa bulion z ryżem, mięsem i żółtkiem 250 g (GLU, JAJ)	Ryż /ml VIII 250ml 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa bulion z ryżem z żółtkiem 250ml 250 ml (GLU, JAJ)	Zupa jarzynowa płynna 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa krupnik z żółtkiem VII 300ml 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 634,3 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 185,2 suma cukrów prostych [g] 23,9 Sól [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] 16,4

2026-01-10 sobota	Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	Zestaw kakao dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU) Salátka z pomidora 150 g	Zupa ziemniaczana z fasolką 450 ml (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Pieczeń rzymska drobiowa w sosie własnym 170 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z selera 120 g (MLE)	jogurt owocowy mały 150 g (MLE)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) polędwica sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka konserwowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 342,6 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 80,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Węglowodany ogółem [g] 319,1 suma cukrów prostych [g] 64,3 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,3	
	Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU) Salátka z pomidora 150 g	Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Udko gotowane 280 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Balleroni z udem indyka 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) polędwica sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	margaryna śniad. 5 g (MLE) szynka konserwowa 15 g bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 392,6 Białko ogółem [g] 130,4 Tłuszcz [g] 91,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,1 Węglowodany ogółem [g] 277,4 suma cukrów prostych [g] 44,7 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,7	
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw kakao ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU) Salátka z pomidora 150 g	chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) margaryna śniad. 5 g (MLE) ogórek kiszony(f) 20 g	Zupa ziemniaczana z fasolką 450 ml (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Pieczeń rzymska drobiowa w sosie własnym 170 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z selera 120 g (MLE)	Balleroni z udem indyka 15 g chleb razowy mieszany 30 g margaryna śniad. 5 g (MLE)	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) polędwica sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) szynka konserwowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 355,7 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 85,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 Węglowodany ogółem [g] 309,8 suma cukrów prostych [g] 50,8 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,6
	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw kakao dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU) Salátka z pomidora 150 g		Zupa ziemniaczana z fasolką 450 ml (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Pieczeń rzymska drobiowa w sosie własnym 170 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z selera 120 g (MLE)	jogurt owocowy mały 150 g (MLE)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) polędwica sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka konserwowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 342,6 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 80,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Węglowodany ogółem [g] 319,1 suma cukrów prostych [g] 64,3 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,3

2026-01-10 sobota	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw kakao dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU) Salatka z pomidora 150 g	Zupa ziemniaczana z fasolką 450 ml (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Pieczeń rzymska drobiowa w sosie własnym 170 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z selera 120 g (MLE)	jogurt owocowy mały 150 g (MLE)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) południca sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka konserwowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 342,6 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 80,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Węglowodany ogółem [g] 319,1 suma cukrów prostych [g] 64,3 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,3
	Podstawowa	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Szynka wędzona 60 g sałata zielona (f) 20 g	Zupa grysikowa 450 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Potrawka z kurczaka 120 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g (MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka konserwowa 15 g	Zestaw kakao ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR)	jabłko deser (f) 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 020 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 69,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 Węglowodany ogółem [g] 274,4 suma cukrów prostych [g] 73,9 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,2
2026-01-11 niedziela	Łatwo strawna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona 60 g sałata zielona (f) 20 g	Zupa grysikowa 450 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Potrawka z kurczaka 120 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g (MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) szynka konserwowa 15 g	Zestaw kakao dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR)	jabłko deser (f) 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 115,7 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 69,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 298,4 suma cukrów prostych [g] 77,8 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,8
	Kleikowa	Kleik z kaszy kukurydzianej 300 ml	Kleik z kaszy manny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Kleik z ryżu 300 ml (GLU)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 594,6 Białko ogółem [g] 12,1 Tłuszcz [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 Węglowodany ogółem [g] 133,2 suma cukrów prostych [g] 30,9 Sól [g] 0,9 Błonnik pokarmowy [g] 4,9
	Papkowata	Papka- kasza kukurydziana na mleku 400 Por (MLE)	Papka- bulion z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- jarzynowa z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- kasza manna/ ml 400 Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)	Papka- ryż/ ml 450 Por (GLU, MLE)	

2026-01-11 niedziela

Płynna	Zupa bulion z ryżem, mięsem i żółtkiem 250 g (GLU, JAJ)	Ryż /ml VIII 250ml 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa bulion z ryżem z żółtkiem 250ml 250 ml (GLU, JAJ)	Zupa jarzynowa płynna 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa krupnik z żółtkiem VII 300ml 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 634,3 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 185,2 suma cukrów prostych [g] 23,9 Sól [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] 16,4
Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona 60 g sałata zielona (f) 20 g		Zupa grysikowa 450 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Potrawka z kurczaka 120 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g (MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) szynka konserwowa 15 g	Zestaw kakao dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR)	jabłko deser (f) 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 115,7 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 69,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 298,4 suma cukrów prostych [g] 77,8 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,8
Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona 60 g sałata zielona (f) 20 g		Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Udko gotowane 280 g Marchew gotowana 150 g (MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka konserwowa 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR)	jabłko deser (f) 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 302,4 Białko ogółem [g] 119,6 Tłuszcz [g] 85,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Węglowodany ogółem [g] 279,2 suma cukrów prostych [g] 63,9 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,3
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Szynka wędzona 60 g sałata zielona (f) 20 g	Kisiel 200 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)	Zupa grysikowa 450 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Potrawka z kurczaka 120 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g (MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy mieszany 30 g szynka konserwowa 15 g	Zestaw kakao ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) kielbasa żywiecka 15 g (GLU, MLE, SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 074 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 74,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Węglowodany ogółem [g] 269,5 suma cukrów prostych [g] 61,5 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,7

2026-01-11 niedziela	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona 60 g sałata zielona (f) 20 g	Zupa grysikowa 450 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Potrawka z kurczaka 120 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g (MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) szynka konserwowa 15 g	Zestaw kakao dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR)	jabłko deser (f) 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 115,7 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 69,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 298,4 suma cukrów prostych [g] 77,8 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,8
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona 60 g sałata zielona (f) 20 g	Zupa grysikowa 450 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Potrawka z kurczaka 120 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g (MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) szynka konserwowa 15 g	Zestaw kakao dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR)	jabłko deser (f) 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 115,7 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 69,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 298,4 suma cukrów prostych [g] 77,8 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,8
2026-01-12 poniedziałek	Podstawowa	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Szynka z kija 60 g sałata zielona (f) 20 g	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Gołąbki z ryżem i mięsem 1 Por (GLU) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Sos pomidorowy 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	Budyń 200 ml (MLE)	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ) Balleroni z udem indyka 60 g pomidor (f) 100 g	kefir naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 235,5 Białko ogółem [g] 86,5 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Węglowodany ogółem [g] 322,4 suma cukrów prostych [g] 81,3 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,1
	Łatwo strawna	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka z kija 60 g sałata zielona (f) 20 g	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Makaron z jabłkami ze śmietaną 350 g (MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	Budyń 200 ml (MLE)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Balleroni z udem indyka 60 g pomidor (f) 100 g	kefir naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 421,2 Białko ogółem [g] 77,9 Tłuszcz [g] 77,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,1 Węglowodany ogółem [g] 365,3 suma cukrów prostych [g] 129,9 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,4

Kleikowa	Kleik z kaszy kukurydzianej 300 ml		Kleik z kaszy manny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Kleik z ryżu 300 ml (GLU)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 594,6 Białko ogółem [g] 12,1 Tłuszcz [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 Węglowodany ogółem [g] 133,2 suma cukrów prostych [g] 30,9 Sól [g] 0,9 Błonnik pokarmowy [g] 4,9
Papkowata	Papka- kasza kukurydziana na mleku 400 Por (MLE)	Papka- bulion z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- jarzynowa z mięsem 450 Por (GLU, JAJ, MLE)	Papka- kasza manna/ ml 400 Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)	Papka- ryż/ ml 450 Por (GLU, MLE)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 055,8 Białko ogółem [g] 124,2 Tłuszcz [g] 97 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 Węglowodany ogółem [g] 176,8 suma cukrów prostych [g] 59,3 Sól [g] 3,3 Błonnik pokarmowy [g] 9,5
Płynna	Zupa bulion z ryżem, mięsem i żółtkiem 250 g (GLU, JAJ)	Ryż /ml VIII 250ml 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa bulion z ryżem z żółtkiem 250ml 250 ml (GLU, JAJ)	Zupa jarzynowa płynna 250 ml (GLU, JAJ, MLE)	Zupa krupnik z żółtkiem VII 300ml 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 634,3 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 185,2 suma cukrów prostych [g] 23,9 Sól [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] 16,4
Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka z kija 60 g sałata zielona (f) 20 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Makaron z jabłkami ze śmietaną 350 g (MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	Budyń 200 ml (MLE)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Balleroni z udem indyka 60 g pomidor (f) 100 g	kefir naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 365,7 Białko ogółem [g] 75,5 Tłuszcz [g] 77 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,6 Węglowodany ogółem [g] 355 suma cukrów prostych [g] 128,2 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,6
Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka z kija 60 g sałata zielona (f) 20 g		Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Udko gotowane 280 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g (MLE)	jabłko deser (f) 250 g	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Balleroni z udem indyka 60 g pomidor (f) 100 g	Kisiel 200 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 289,7 Białko ogółem [g] 113,8 Tłuszcz [g] 88,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Węglowodany ogółem [g] 276,3 suma cukrów prostych [g] 78 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,2

2026-01-12 poniedziałek	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Szynka z kija 60 g sałata zielona (f) 20 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) połudwica miodowa 15 g chleb razowy mieszany 30 g	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Makaron po włosku z sos pomidorowym 450 g (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	Szynka krucha 15 g margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy mieszany 30 g	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Balleroni z udem indyka 60 g pomidor (f) 100 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) schab bieszczański 15 g chleb razowy mieszany 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 104,4 Białko ogółem [g] 91,6 Tłuszcz [g] 66,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Węglowodany ogółem [g] 299,8 suma cukrów prostych [g] 41,6 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka z kija 60 g sałata zielona (f) 20 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Makaron z jabłkami ze śmietaną 350 g (MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	Budyń 200 ml (MLE)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Balleroni z udem indyka 60 g pomidor (f) 100 g	kefir naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 365,7 Białko ogółem [g] 75,5 Tłuszcz [g] 77 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,6 Węglowodany ogółem [g] 355 suma cukrów prostych [g] 128,2 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,6
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka z kija 60 g sałata zielona (f) 20 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Makaron z jabłkami ze śmietaną 350 g (MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	Budyń 200 ml (MLE)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Balleroni z udem indyka 60 g pomidor (f) 100 g	kefir naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 421,2 Białko ogółem [g] 77,9 Tłuszcz [g] 77,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,1 Węglowodany ogółem [g] 365,3 suma cukrów prostych [g] 129,9 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,4