

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-01-13 wtorek	Podstawowa	Makaron na mleku 400 ml (MLE) Ser żółty plastry 60 g Zestaw herbata zielona owocowa ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ)		Zupa barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Filet drobiowy z kurczaka po parysku 100 g (GLU, JAJ, 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) Balleroni z udem indyka 15 g	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Schab z kija 60 g sałata zielona (f) 20 g	Bułka masłana 50 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 632 Białko ogółem [g] 124,5 Tłuszcz [g] 101,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,6 Węglowodany ogółem [g] 319,1 suma cukrów prostych [g] 57,6 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	Łatwo strawna	Makaron na mleku 400 ml (MLE) marmolada wieloowoc. 80 g Zestaw herbata zielona owocowa dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)		Zupa barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) 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) Balleroni z udem indyka 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Schab z kija 60 g sałata zielona (f) 20 g	Bułka masłana 50 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 484,6 Białko ogółem [g] 118,5 Tłuszcz [g] 65 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Węglowodany ogółem [g] 372,2 suma cukrów prostych [g] 89,1 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 32
	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

2026-01-13 wtorek

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	Makaron na mleku 400 ml (MLE) marmolada wieloowoc. 80 g Zestaw herbata zielona owocowa dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)		Zupa barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) 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)	bulka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) Balleroni z udem indyka 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Schab z kija 60 g sałata zielona (f) 20 g	Bulka maślana 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 484,3 Białko ogółem [g] 115,7 Tłuszcz [g] 65 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Węglowodany ogółem [g] 376,7 suma cukrów prostych [g] 95 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 34,6
Bezmleczna	Zestaw herbata zielona owocowa 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)	bulka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) Balleroni z udem indyka 15 g	sałata zielona (f) 20 g Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Schab z kija 60 g	Bulka maślana 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 423,3 Białko ogółem [g] 120,1 Tłuszcz [g] 84,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 Węglowodany ogółem [g] 311 suma cukrów prostych [g] 60,5 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 31
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	szynka konserwowa 60 g Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) pomidor (f) 50 g	Kisiel 200 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)	Zupa barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Filet drobiowy gotowany z kurczaka 160 g (GLU, MLE) Kalańfir 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)	chleb razowy mieszany 30 g margaryna śniad. 5 g (MLE) Balleroni z udem indyka 15 g	sałata zielona (f) 20 g Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Schab z kija 60 g	chleb razowy mieszany 30 g margaryna śniad. 5 g (MLE) Szynka krucha 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 034,6 Białko ogółem [g] 114,5 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Węglowodany ogółem [g] 267,1 suma cukrów prostych [g] 53,9 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,3

2026-01-13 wtorek	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Makaron na mleku 400 ml (MLE) marmolada wielooowoc. 80 g Zestaw herbata zielona owocowa dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	Zupa barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) 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) Balleroni z udem indyka 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Schab z kija 60 g sałata zielona (f) 20 g	Bułka maślana 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 484,3 Białko ogółem [g] 115,7 Tłuszcz [g] 65 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Węglowodany ogółem [g] 376,7 suma cukrów prostych [g] 95 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 34,6
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Makaron na mleku 400 ml (MLE) marmolada wielooowoc. 80 g Zestaw herbata zielona owocowa dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	Zupa barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Filet drobiowy gotowany z kurczaka 160 g (GLU, MLE) Kalańfior 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) Balleroni z udem indyka 15 g	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Schab z kija 60 g sałata zielona (f) 20 g	Bułka maślana 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 484,6 Białko ogółem [g] 118,5 Tłuszcz [g] 65 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Węglowodany ogółem [g] 372,2 suma cukrów prostych [g] 89,1 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 32
2026-01-14 środa	Podstawowa	Zestaw kakao ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Twaróg z cebulą 70 g (MLE)	Zupa kapuśniak z białej kapusty zabieleny 450 ml (GLU, MLE) Kopytka 250 g (GLU, JAJ) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Sos pieczarkowy 150 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi 120 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) kielbasa żywiecka 15 g (GLU, MLE, SEL)	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU) ogórek świeży(f) 100 g	jogurt naturalny mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 299,2 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 78,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 Węglowodany ogółem [g] 323,8 suma cukrów prostych [g] 66,6 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,1
	Łatwo strawna	Zestaw kakao dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Twaróg z zieleniną 70 g (MLE)	Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Kopytka 250 g (GLU, JAJ) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Sos mięsno-jarzynowy 120 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi 120 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) kielbasa żywiecka 15 g (GLU, MLE, SEL)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU)	jogurt naturalny mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 349,3 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 65,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Węglowodany ogółem [g] 355,5 suma cukrów prostych [g] 67,7 Sól [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,8

2026-01-14 środa

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 kakao dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Twaróg z zieloną 70 g (MLE)		Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Kopytka 250 g (GLU, JAJ) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Sos mięsno-jarzynowy 120 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi 120 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) kielbasa żywiecka 15 g (GLU, MLE, SEL)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU)	jogurt naturalny mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 349,3 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 65,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Węglowodany ogółem [g] 355,5 suma cukrów prostych [g] 67,7 Sól [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,8
Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) poledwica sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)		Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g (MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Udka gotowane 280 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) kielbasa żywiecka 15 g (GLU, MLE, SEL)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU)	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) szynka konserwowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 376,6 Białko ogółem [g] 129,4 Tłuszcz [g] 92,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Węglowodany ogółem [g] 270,2 suma cukrów prostych [g] 39,9 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,6

2026-01-14 środa	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw kakao ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Twaróg z zieleniną 70 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy mieszany 30 g południca sopočka 15 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Kopytka 250 g (GLU, JAJ) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Sos mięsno-jarzynowy 120 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi 120 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy mieszany 30 g kielbasa żywiecka 15 g (GLU, MLE, SEL)	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU)	chleb razowy mieszany 30 g margaryna śniad. 5 g (MLE) ogórek kiszony(f) 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 174,9 Białko ogółem [g] 100,9 Tłuszcz [g] 52,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 339,5 suma cukrów prostych [g] 47,3 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw kakao dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Twaróg z zieleniną 70 g (MLE)		Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Kopytka 250 g (GLU, JAJ) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Sos mięsno-jarzynowy 120 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi 120 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) kielbasa żywiecka 15 g (GLU, MLE, SEL)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU)	jogurt naturalny mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 349,3 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 65,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Węglowodany ogółem [g] 355,5 suma cukrów prostych [g] 67,7 Sól [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,8
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw kakao dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Twaróg z zieleniną 70 g (MLE)		Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Kopytka 250 g (GLU, JAJ) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Sos mięsno-jarzynowy 120 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi 120 g	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) kielbasa żywiecka 15 g (GLU, MLE, SEL)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU)	jogurt naturalny mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 349,3 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 65,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Węglowodany ogółem [g] 355,5 suma cukrów prostych [g] 67,7 Sól [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,8
2026-01-15 czwartek	Podstawowa	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Szynka krucha 60 g	Zupa rosół z makaronem 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Gulasz mięsny 120 g (GLU, MLE) Brokuł z wody 120 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ) Kasza jęczmienna na sypko 160 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) południca sopočka 15 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR) Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) sałata zielona (f) 20 g	serek wiejski 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 995,5 Białko ogółem [g] 113,2 Tłuszcz [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 256,5 suma cukrów prostych [g] 36,5 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 25	

2026-01-15 czwartek

Łatwo strawna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka krucha 60 g		Zupa rosół z makaronem 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Gulasz mięsny 120 g (GLU, MLE) Brokuł z wody 120 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ) Kasza jęczmienna na sypko 160 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) poledwica sopocka 15 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR) Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) sałata zielona (f) 20 g	serek wiejski 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 119,2 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Węglowodany ogółem [g] 287,4 suma cukrów prostych [g] 47,3 Sól [g] 8,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
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 żółtkiem 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) Szynka krucha 60 g		Zupa rosół z makaronem 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Gulasz mięsny 120 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g (MLE) Kasza jęczmienna na sypko 160 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) poledwica sopocka 15 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR) Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) sałata zielona (f) 20 g	serek wiejski 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 105,5 Białko ogółem [g] 109,1 Tłuszcz [g] 62,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 290,5 suma cukrów prostych [g] 52,7 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,5

2026-01-15 czwartek	Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka krucha 60 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) połędwica sopocka 15 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR) Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) sałata zielona (f) 20 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka na krajalnicy 15 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 289 Białko ogółem [g] 122,2 Tłuszcz [g] 86,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Węglowodany ogółem [g] 269,8 suma cukrów prostych [g] 39,6 Sól [g] 8,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Szynka krucha 60 g	Budyń (MLE) 200 ml	Zupa rosół z makaronem 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Gulasz mięsny 120 g (GLU, MLE) Brokuł z wody 120 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ) Kasza jęczmienna na sypko 160 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) połędwica sopocka 15 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR) Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) sałata zielona (f) 20 g	Szynka na krajalnicy 15 g chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) margaryna śniad. 5 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 069,7 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 61,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Węglowodany ogółem [g] 291,2 suma cukrów prostych [g] 48,5 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,1
	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka krucha 60 g		Zupa rosół z makaronem 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Gulasz mięsny 120 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g (MLE) Kasza jęczmienna na sypko 160 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) połędwica sopocka 15 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR) Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) sałata zielona (f) 20 g	serek wiejski 200 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 105,5 Białko ogółem [g] 109,1 Tłuszcz [g] 62,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 290,5 suma cukrów prostych [g] 52,7 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka krucha 60 g		Zupa rosół z makaronem 450 ml Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Gulasz mięsny 120 g (GLU, MLE) Brokuł z wody 120 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ) Kasza jęczmienna na sypko 160 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) połędwica sopocka 15 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	kielbasa krakowska 60 g (SOJ, GOR) Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) sałata zielona (f) 20 g	serek wiejski 200 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 119,2 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Węglowodany ogółem [g] 287,4 suma cukrów prostych [g] 47,3 Sól [g] 8,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,6

2026-01-16 piątek	Podstawowa	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Zestaw herbata zielona owocowa ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Szynka wędzona lipsko 60 g		Sos grecki 200 g Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ryba smażona panierowana 100 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka krucha 15 g	Szynka na kralajnice 60 g Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) ogórek kiszony(f) 100 g	maślanka 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 496,4 Białko ogółem [g] 121,9 Tłuszcz [g] 94,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Węglowodany ogółem [g] 305,2 suma cukrów prostych [g] 67,4 Sól [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,3	
	Łatwo strawna	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Zestaw herbata zielona owocowa dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona lipsko 60 g		Sos grecki 200 g Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ryba pieczona 100 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 krucha 15 g	Szynka na kralajnice 60 g Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	maślanka 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 267,6 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 71,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Węglowodany ogółem [g] 306,8 suma cukrów prostych [g] 71,1 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,6	
	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

2026-01-16 piątek	Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Zestaw herbata zielona owocowa dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona lipsko 60 g	Sos grecki 200 g Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ryba pieczona 100 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 krucha 15 g	Szynka na kralajnice 60 g Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	maślanka 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 267,6 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 71,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Węglowodany ogółem [g] 306,8 suma cukrów prostych [g] 71,1 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,6	
	Bezmleczna	Zestaw herbata zielona owocowa dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona lipsko 60 g	Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g (MLE) Udko gotowane 280 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka krucha 15 g	Szynka na kralajnice 60 g Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	jabłko deser (f) 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 261,2 Białko ogółem [g] 116,5 Tłuszcz [g] 85,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 Węglowodany ogółem [g] 272,6 suma cukrów prostych [g] 56,6 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 32	
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Szynka wędzona lipsko 60 g	szynka hetmańska 15 g (GLU, SOJ) ogórek kiszony(f) 10 g chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) margaryna śniad. 5 g (MLE)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ryba pieczona 100 g (MLE) Sos grecki 200 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) Szynka krucha 15 g	Szynka na kralajnice 60 g Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ)	chleb razowy mieszany 30 g margaryna śniad. 5 g (MLE) Szynka z kija 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 032,4 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 70,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 Węglowodany ogółem [g] 263,4 suma cukrów prostych [g] 41,3 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 29,5
	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Zestaw herbata zielona owocowa dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona lipsko 60 g	Sos grecki 200 g Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ryba pieczona 100 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 krucha 15 g	Szynka na kralajnice 60 g Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	maślanka 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 267,6 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 71,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Węglowodany ogółem [g] 306,8 suma cukrów prostych [g] 71,1 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,6	

2026-01-16 piątek	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Zestaw herbata zielona owocowa dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona lipsko 60 g	Sos grecki 200 g Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ryba pieczona 100 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 krucha 15 g	Szynka na kralajnice 60 g Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	maślanka 200 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 267,6 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 71,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Węglowodany ogółem [g] 306,8 suma cukrów prostych [g] 71,1 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	Podstawowa	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU)	Zupa krupnik 450 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Gulasz z serc drobiowych 120 g (GLU, MLE) Surówka z kiszzonej kapusty, marchw i jabłka 150 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 bieszczadzki 15 g	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) południca sopočka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	jogurt naturalny mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 001,5 Białko ogółem [g] 100,9 Tłuszcz [g] 65,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Węglowodany ogółem [g] 266,1 suma cukrów prostych [g] 50,9 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
2026-01-17 sobota	Łatwo strawna	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU)	Zupa krupnik 450 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Gulasz z serc drobiowych 120 g (GLU, MLE) Surówka z kiszzonej kapusty, marchw i jabłka 150 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 bieszczadzki 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) południca sopočka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	jogurt naturalny mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 125,2 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 65,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 Węglowodany ogółem [g] 297 suma cukrów prostych [g] 61,7 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	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)	

2026-01-17 sobota	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) schab pieczony 60 g (GLU)		Zupa krupnik 450 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Udko gotowane 280 g Surówka z marchwi 120 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 bieszczadzki 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) południca sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	jogurt naturalny mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 491,6 Białko ogółem [g] 139,7 Tłuszcz [g] 91,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 Węglowodany ogółem [g] 291,7 suma cukrów prostych [g] 60,1 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
	Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU)		Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Udko gotowane 280 g Marchew gotowana 150 g (MLE) 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 bieszczadzki 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) południca sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) kielbasa żywiecka 15 g (GLU, MLE, SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 383,2 Białko ogółem [g] 130,1 Tłuszcz [g] 93,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Węglowodany ogółem [g] 270,2 suma cukrów prostych [g] 39,9 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU)	margaryna śniad. 5 g (MLE) kielbasa krakowska 15 g (SOJ, GOR) chleb razowy mieszany 30 g	Zupa krupnik 450 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Gulasz z serc drobiowych 120 g (GLU, MLE) Surówka z kiszonej kapusty, marchw i jabłka 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	Chleb razowy 450g 30 g margaryna śniad. 5 g (MLE) schab bieszczadzki 15 g	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) południca sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	Chleb razowy 450g 30 g margaryna śniad. 5 g (MLE) kielbasa żywiecka 15 g (GLU, MLE, SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 064,4 Białko ogółem [g] 105,3 Tłuszcz [g] 64,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 280,4 suma cukrów prostych [g] 41,4 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,8

2026-01-17 sobota	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU)	Zupa krupnik 450 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Udko gotowane 280 g Surówka z marchwi 120 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 bieszczadzki 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) południca sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	jogurt naturalny mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 491,6 Białko ogółem [g] 139,7 Tłuszcz [g] 91,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 Węglowodany ogółem [g] 291,7 suma cukrów prostych [g] 60,1 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab pieczony 60 g (GLU)	Zupa krupnik 450 ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Gulasz z serc drobiowych 120 g (GLU, MLE) Surówka z kiszzonej kapusty, marchwi i jabłka 150 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 bieszczadzki 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) południca sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	jogurt naturalny mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 125,2 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 65,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 Węglowodany ogółem [g] 297 suma cukrów prostych [g] 61,7 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
2026-01-18 niedziela	Podstawowa	Zestaw kakao ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Południca z pasieki 60 g	Zupa kalafiorowa z makaronem 450 ml (GLU, MLE) Udko pieczone 280 g Surówka z czerwonej kapusty 120 g (JAJ, MLE, GOR) 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) ser twar. półtł. 15 g (MLE)	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) południca miodowa 60 g jaja 50 g (JAJ)	kefir naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 489,2 Białko ogółem [g] 141,3 Tłuszcz [g] 110 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,7 Węglowodany ogółem [g] 244,5 suma cukrów prostych [g] 50,5 Sól [g] 9,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,5
	Łatwo strawna	Zestaw kakao dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Południca z pasieki 60 g	Zupa kalafiorowa z makaronem 450 ml (GLU, MLE) Udko gotowane 280 g Marchew gotowana 150 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) ser twar. półtł. 15 g (MLE)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) południca miodowa 60 g jaja 50 g (JAJ)	kefir naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 513,4 Białko ogółem [g] 141,5 Tłuszcz [g] 98,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,9 Węglowodany ogółem [g] 278,8 suma cukrów prostych [g] 59,7 Sól [g] 9,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,2

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 kakao dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Południca z pasieki 60 g		Zupa jarzynowa z makaronem 450 ml (MLE) Udko gotowane 280 g Marchew gotowana 150 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) ser twar. półtł. 15 g (MLE)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) południca miodowa 60 g jaja 50 g (JAJ)	kefir naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 486 Białko ogółem [g] 139,8 Tłuszcz [g] 98,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,9 Węglowodany ogółem [g] 273,5 suma cukrów prostych [g] 59 Sól [g] 9,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
Beznleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Południca z pasieki 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	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) południca sopočka 15 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) południca miodowa 60 g	jabłko deser (f) 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 332,8 Białko ogółem [g] 122,4 Tłuszcz [g] 86,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Węglowodany ogółem [g] 282,9 suma cukrów prostych [g] 63,6 Sól [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 32

2026-01-18 niedziela	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw kakao ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Polędwica z pasieki 60 g	Chleb razowy 450g 30 g margaryna śniad. 5 g (MLE) szynka konserwowa 15 g	Zupa kalafiorowa z makaronem 450 ml (GLU, MLE) Udko gotowane 280 g Marchew gotowana 150 g (MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	Sok pomidorowy 300 ml	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) polędwica miodowa 60 g jaja 50 g (JAJ)	chleb razowy mieszański 30 g margaryna śniad. 5 g (MLE) polędwica sopočka 15 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 323,8 Białko ogółem [g] 143,6 Tłuszcz [g] 83,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Węglowodany ogółem [g] 265,6 suma cukrów prostych [g] 50,5 Sól [g] 12,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw kakao dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Polędwica z pasieki 60 g		Zupa jarzynowa z makaronem 450 ml (MLE) Udko gotowane 280 g Marchew gotowana 150 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) ser twar. półtł. 15 g (MLE)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) polędwica miodowa 60 g	kefir naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 416 Białko ogółem [g] 133,6 Tłuszcz [g] 93,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,4 Węglowodany ogółem [g] 273,2 suma cukrów prostych [g] 59 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw kakao dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Polędwica z pasieki 60 g		Zupa kalafiorowa z makaronem 450 ml (GLU, MLE) Udko gotowane 280 g Marchew gotowana 150 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) ser twar. półtł. 15 g (MLE)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) polędwica miodowa 60 g jaja 50 g (JAJ)	kefir naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 513,4 Białko ogółem [g] 141,5 Tłuszcz [g] 98,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,9 Węglowodany ogółem [g] 278,8 suma cukrów prostych [g] 59,7 Sól [g] 9,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,2

2026-01-19, poniedziałek	Podstawowa	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Przysmak smaczek 60 g sałata zielona (f) 20 g		Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Zrazik mielony w sosie pomidorowym 180 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Kasza jęczmienna na sypko 160 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Buraczki na zimno 150 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) Szynka z kija 15 g	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Twaróg z cebulą 70 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) kielbasa krakowska 15 g (SOJ, GOR) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 089,4 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 58,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 312,9 suma cukrów prostych [g] 48,3 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,1
	Łatwo strawna	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Balleroni z udem indyka 15 g sałata zielona (f) 20 g		Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Zrazik mielony w sosie pomidorowym 180 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Kasza jęczmienna na sypko 160 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Buraczki na zimno 150 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) Szynka z kija 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Twaróg z zieloną 70 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa krakowska 15 g (SOJ, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 191,3 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Węglowodany ogółem [g] 343,8 suma cukrów prostych [g] 58,9 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	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

2026-01-19 poniedziałek	Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Zrazik mielony w sosie pomidorowym 180 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Kasza jęczmienna na sypko 160 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Buraczki na zimno 150 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) Szynka z kija 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Twaróg z zieloną 70 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa krakowska 15 g (SOJ, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 191,3 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Węglowodany ogółem [g] 343,8 suma cukrów prostych [g] 58,9 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	Bezmleczna		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)	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) Szynka z kija 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Dżem 25g 50 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa krakowska 15 g (SOJ, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 353,7 Białko ogółem [g] 111,7 Tłuszcz [g] 90,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,9 Węglowodany ogółem [g] 288 suma cukrów prostych [g] 56,9 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 29
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kisiel 200 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)	Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Zrazik mielony w sosie pomidorowym 180 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Kasza jęczmienna na sypko 160 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Buraczki na zimno 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU)	Chleb razowy 450g 30 g margaryna śniad. 5 g (MLE) Szynka z kija 15 g	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Twaróg z zieloną 70 g (MLE)	kielbasa krakowska 15 g (SOJ, GOR) chleb razowy mieszanym 30 g margaryna śniad. 5 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 101,2 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 56,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 319,3 suma cukrów prostych [g] 60 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Zrazik mielony w sosie pomidorowym 180 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Kasza jęczmienna na sypko 160 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Buraczki na zimno 150 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) Szynka z kija 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Twaróg z zieloną 70 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa krakowska 15 g (SOJ, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 191,3 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Węglowodany ogółem [g] 343,8 suma cukrów prostych [g] 58,9 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,7

2026-01-19 poniedziałek	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Balleroni z udem indyka 15 g sałata zielona (f) 20 g		Zupa barszcz biały z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Zrazik mielony w sosie pomidorowym 180 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Kasza jęczmienna na sypko 160 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Buraczki na zimno 150 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) Szynka z kija 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Twaróg z zieloną 70 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa krakowska 15 g (SOJ, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 191,3 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Węglowodany ogółem [g] 343,8 suma cukrów prostych [g] 58,9 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	Podstawowa	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) połędwica sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałatka po żydowsku 150 g (JAJ, GOR) Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE)		Schab pieczony w sosie własnym 180 g (GLU, MLE) Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surowka z kapusty pekińskiej 120 g (JAJ, MLE, GOR)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) ogórek kiszony(f) 10 g schab bieszczadzki 15 g	Szynka z kija 60 g Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) sałata zielona (f) 20 g	jogurt owocowy mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 650 Białko ogółem [g] 133,7 Tłuszcz [g] 101,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,7 Węglowodany ogółem [g] 313,6 suma cukrów prostych [g] 67 Sól [g] 10,2 Błonnik pokarmowy [g] 29
2026-01-20 wtorek	Łatwo strawna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) połędwica sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR) Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE)		Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (GLU, MLE) Schab pieczony w sosie własnym 180 g (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surowka z selera 120 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab bieszczadzki 15 g	Szynka z kija 60 g Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) sałata zielona (f) 20 g	jogurt owocowy mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 478,9 Białko ogółem [g] 127,3 Tłuszcz [g] 81,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 324,7 suma cukrów prostych [g] 75,8 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	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)		

2026-01-20 wtorek	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) południca sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR) Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE)		Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (GLU, MLE) Schab pieczony w sosie własnym 180 g (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z selera 120 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab bieszczadzki 15 g	Szynka z kija 60 g Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) sałata zielona (f) 20 g	jogurt owocowy mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 478,9 Białko ogółem [g] 127,3 Tłuszcz [g] 81,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 324,7 suma cukrów prostych [g] 75,8 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) południca sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)		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)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab bieszczadzki 15 g	Szynka z kija 60 g Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) sałata zielona (f) 20 g	jabłko deser (f) 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 328,8 Białko ogółem [g] 121,4 Tłuszcz [g] 87 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 Węglowodany ogółem [g] 281,1 suma cukrów prostych [g] 63,9 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 32,4
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) południca sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR)	chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) margaryna śniad. 5 g (MLE) Balleroni z udem indyka 15 g	Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (GLU, MLE) Schab pieczony w sosie własnym 180 g (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z selera 120 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) ogórek kiszony(f) 10 g schab bieszczadzki 15 g	Szynka z kija 60 g Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) Szynka wędzona lipsko 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 189,7 Białko ogółem [g] 116,9 Tłuszcz [g] 78,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 Węglowodany ogółem [g] 266,3 suma cukrów prostych [g] 37,7 Sól [g] 9,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,6

2026-01-20 wtorek	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) połędwica sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR) Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (GLU, MLE) Schab pieczony w sosie własnym 180 g (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z selera 120 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab bieszczadzki 15 g	Szynka z kija 60 g Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) salata zielona (f) 20 g	jogurt owocowy mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 478,9 Białko ogółem [g] 127,3 Tłuszcz [g] 81,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 324,7 suma cukrów prostych [g] 75,8 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) połędwica sopocka 60 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR) Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (GLU, MLE) Schab pieczony w sosie własnym 180 g (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka z selera 120 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) schab bieszczadzki 15 g	Szynka z kija 60 g Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) salata zielona (f) 20 g	jogurt owocowy mały 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 478,9 Białko ogółem [g] 127,3 Tłuszcz [g] 81,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 324,7 suma cukrów prostych [g] 75,8 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
2026-01-21 środa	Podstawowa	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) musztarda jednoporcjowa 20g 20 g (GOR) parówka 80 g (GLU)	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Bitka szynkowa w sosie własnym 180 g (GLU, MLE) Kasza gryczana na sypko 160 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Surówka z marchwi 120 g	Budyń 200 ml (MLE)	Zestaw kakao ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, 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) kielbasa krakowska 15 g (SOJ, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 618,7 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 109 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,1 Węglowodany ogółem [g] 314,8 suma cukrów prostych [g] 82,6 Sól [g] 10,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
	Łatwo strawna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) parówka 80 g (GLU)	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Bitka szynkowa w sosie własnym 180 g (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Surówka z marchwi 120 g	Budyń 200 ml (MLE)	Zestaw kakao 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) kielbasa krakowska 15 g (SOJ, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 579,5 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 106 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,6 Węglowodany ogółem [g] 317,4 suma cukrów prostych [g] 86,6 Sól [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,7

2026-01-21 środa

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) Bitka szynkowa w sosie własnym 180 g (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Surówka z marchwi 120 g	Budyń 200 ml (MLE)	Zestaw kakao dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa żywiewka 60 g (GLU, MLE, SEL)	bulka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa krakowska 15 g (SOJ, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 503,8 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 102,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,5 Węglowodany ogółem [g] 307,1 suma cukrów prostych [g] 84,9 Sól [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,9
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 Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Marchew gotowana 150 g (MLE)	Kisiel 200 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) kielbasa żywiewka 60 g (GLU, MLE, SEL) pomidor (f) 100 g	jabłko deser (f) 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 530,5 Białko ogółem [g] 114,2 Tłuszcz [g] 115,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,4 Węglowodany ogółem [g] 275,1 suma cukrów prostych [g] 77,8 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,9

2026-01-21 środa	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) parówka 80 g (GLU)	chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) margaryna śniad. 5 g (MLE) Szynka na krajalnicę 15 g	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Bitka szynkowa w sosie własnym 180 g (GLU, MLE) Kasza gryczana na sypko 160 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Surówka z marchwi 120 g	Budyń 200 ml (MLE)	Zestaw kakao ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) kielbasa żywiecka 60 g (GLU, MLE, SEL)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) kielbasa krakowska 15 g (SOJ, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 599,3 Białko ogółem [g] 113,3 Tłuszcz [g] 110,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45 Węglowodany ogółem [g] 301,8 suma cukrów prostych [g] 58,9 Sól [g] 10,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie 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) Bitka szynkowa w sosie własnym 180 g (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Surówka z marchwi 120 g	Budyń 200 ml (MLE)	Zestaw kakao 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) kielbasa krakowska 15 g (SOJ, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 524 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 105 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,1 Węglowodany ogółem [g] 307,1 suma cukrów prostych [g] 84,9 Sól [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,9
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) parówka 80 g (GLU)		Zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Bitka szynkowa w sosie własnym 180 g (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Surówka z marchwi 120 g	Budyń 200 ml (MLE)	Zestaw kakao 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) kielbasa krakowska 15 g (SOJ, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 579,5 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 106 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,6 Węglowodany ogółem [g] 317,4 suma cukrów prostych [g] 86,6 Sól [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
	Podstawowa	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Szynka krucha 60 g papyrka czerwona (f) 100 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Makaron pene z suszonymi pomidorami 450 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona lipsko 15 g	schab pieczony 60 g (GLU) Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ)	Sok mix 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 931,6 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 Węglowodany ogółem [g] 257,1 suma cukrów prostych [g] 38,5 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,3

Łatwo strawna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka krucha 60 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Makaron pene z suszonymi pomidorami 450 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bulka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona lipsko 15 g	schab pieczony 60 g (GLU) Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	bulka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) szynka konserwowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 103 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 289,5 suma cukrów prostych [g] 40,7 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,3
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
Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka krucha 60 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Makaron pene z suszonymi pomidorami 450 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bulka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona lipsko 15 g	schab pieczony 60 g (GLU) Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	bulka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) szynka konserwowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 103 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 289,5 suma cukrów prostych [g] 40,7 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,3

2026-01-22 czwartek	Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka krucha 60 g	Zupa ryżanka 450 ml (GLU) Udko gotowane 280 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 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 wędzona lipsko 15 g	schab pieczony 60 g (GLU) Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	Sok mix 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 243,9 Białko ogółem [g] 120,5 Tłuszcz [g] 85,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 Węglowodany ogółem [g] 261 suma cukrów prostych [g] 43,9 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,2	
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw herbata ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ) Szynka krucha 60 g ogórek kiszony(f) 100 g	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy mieszany 30 g schab bieszczadzki 15 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Makaron pene z suszonymi pomidorami 450 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) chleb razowy żytni 500g 30 g (GLU) Szynka wędzona lipsko 15 g	schab pieczony 60 g (GLU) Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por (GLU, SOJ, MLE, SEZ)	Sok z buraka 300 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 118,5 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Węglowodany ogółem [g] 288,7 suma cukrów prostych [g] 42,8 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,3
	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka krucha 60 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Makaron pene z suszonymi pomidorami 450 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona lipsko 15 g	schab pieczony 60 g (GLU) Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) szynka konserwowa 15 g margaryna śniad. 5 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 103 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 289,5 suma cukrów prostych [g] 40,7 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,3
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw herbata dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka krucha 40 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 450 ml (GLU, MLE) Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml (GLU) Makaron pene z suszonymi pomidorami 450 g (MLE)	margaryna śniad. 5 g (MLE) bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Szynka wędzona lipsko 15 g	schab pieczony 60 g (GLU) Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	bułka psz. weka 500g 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) margaryna śniad. 5 g (MLE) szynka konserwowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 083,2 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 66 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Węglowodany ogółem [g] 289,2 suma cukrów prostych [g] 40,7 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,3