

10.06.2026					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
<b>Podstawowa</b>	<p>makaron b/j na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g)galaretka drobiowa(80g)połędwica sopocka parzona(25g),pomidor 100g</p> <p>Alergeny:1,7,9,10,6</p>	<p>Zupa manna na rosole(300ml),ziemniaki(250g),bitki wieprzowe duszone w warzywach(150g),surówka z kapusty czerwonej z marchewką i majonezem (150g),woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,3,10</p>	<p>Jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g),wafel ryżowy 1szt,herbata miętowa b/c 250ml</p> <p>Alergeny:1,7</p>	<p>zacierka na mleku 2%(250ml), kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) połędwica drobiowa(20g), serek fromage(40g)sałatka z sałaty i ogórka świeżego(100g)</p> <p>Posilek nocny: kefir (200g) sok z pomarańczy i jabłka(300ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Energia: 2366,57 kcal białko: 107,76g tłuszcze: 80,55 g węglowodany: 309,38 g kw. tł. nasycone:39,83 g cukry proste:78,34g błonnik: 24,28g sód 792,75mg</p>
<b>Łatwostrawna</b>	<p>makaron b/j na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g)galaretka drobiowa(80g)połędwica sopocka parzona(25g),pomidor 100g</p> <p>Alergeny:1,7,9,10,6</p>	<p>Zupa manna na rosole(300ml),ziemniaki(250g),bitki wieprzowe duszone w warzywach(150g),marchewka gotowana(150g),woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g),wafel ryżowy 1szt,herbata miętowa b/c 250ml</p> <p>Alergeny:1,7</p>	<p>Zacierka na mleku 2%(250ml), kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) połędwica drobiowa(20g),serek fromage(40g)sałatka z sałaty i ogórka świeżego(100g)</p> <p>Posilek nocny: kefir (200g) sok z pomarańczy i jabłka(300ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Energia: 2310,4kcal białko: 106,69 g tłuszcze: 76,81g węglowodany: 311,64 g kw. tł. nasycone:39,48 g cukry proste:72,39g błonnik: 22,67g sód:733,02mg</p>
<b>Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	<p>makaron b/j na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20g)galaretka drobiowa(80g)połędwica sopocka parzona(25g),pomidor 100g</p>	<p>Zupa manna na rosole(300ml),ziemniaki(250g),schab gotowany(120g)sos jarzynowy(150)marchewka gotowana(150g),woda mineralna(250ml)</p>	<p>Jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g),wafel ryżowy 1szt,herbata</p>	<p>Zacierka na mleku 2%(250ml), kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g) połędwica drobiowa(50g),sałatka z sałaty i ogórka świeżego(100g)</p>	<p>Energia: 2115,56 kcal białko: 107,51g tłuszcze: 58,99 g węglowodany: 294,46g kw. tł. nasycone:35,45g cukry proste:64,29g błonnik:17,88g</p>

	Alergeny:1,7,9,10,6	Alergeny:1,6,9,	miętowa b/c 250ml Alergeny:1,7	Posiłek nocny: kefir(200g) sok z pomarańczy i jabłka(300ml)	sód:1087,75mg
<b>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	makaron b/j na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł,(20)galaretk drobiowa(80g)polędwica sopočka parzona(25g),pomidor 100g  Alergeny:1,7,9,10,6	Zupa manna na rosole(300ml),ziemniaki(250g),bitki wieprzowe duszone w warzywach(150g),cukinia gotowana(150g),woda mineralna(250ml)  Alergeny:1,6,9,	Jogurt naturalny 100g ,jabłko 150g ,herbata miętowa b/c 250ml Alergeny:7	Alergeny:1,7,6,9 Zacierka na mleku 2%(250ml), kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo z razowe(90g) masło(82% tł) (20g) polędwica drobiowa(20g),),serek fromage 40g,sałatka z sałaty i ogórka świeżego(100g)  Posiłek nocny: kefir(200g)	Energia: 2206,86 kcal białko: 107,11g tłuszcze: 80,72g węglowodany: 268,76 g kw. tł. nasycone: 39,73 g cukry proste: 55,42 g błonnik: 24,70g sód:720,22mg
<b>Dieta papkowata -potrawy mielone miksowane ,blendowane</b>	makaron b/j na mleku(250ml)(miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie  masło 82% tł,(20)pierś z kurczaka gotowana(100g),zmielone(120g),pomidor (100g)zblendowany  Alergeny:1,7,6	Zupa manna na rosole(300ml)zmiksowana,ziemniaki(250g)zmiksowane,scha b gotowany(120g)zmiksowany z sosem)sos jarzynowy(150),buraczki zmiksowane(150g)woda mineralna(250ml)  Alergeny:1,6,9,	Jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g),zmiksowany Alergeny:7	Alergeny:1,7,6,9 Zupa mleczna z ryżem(250ml),miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) moczone w kawie masło(82% tł) (20g) polędwica drobiowa(50g) zmiksowana,ogórek świeży(100g),zblendowany  Posiłek nocny:kefir(200g) sok z pomarańczy i jabłka300ml  Alergeny:1,7,6,9	Energia: 2064,35 kcal białko: 106,72g tłuszcze: 71,28g węglowodany: 255,85g kw. tł. nasycone: 40,29 g cukry proste: 46,01 g błonnik: 17,25 g sód:712,03mg

**Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne**

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
<b>Podstawowa</b>	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),serek deliser 17g wędlna zielonogórska(20g),szynka gotowana 20g,sałatka z sałaty lodowej papryki i ogórka świeżego(80g)  Alergeny:1,7,6,9,10	Zupa brokułowa z makronem zabieleną śmietaną 18% (300ml),ziemniaki(250g) kotlet drobiowy(130g)mizeria,(150g) woda mineralna(250ml)  Alergeny:1,6,9,7,3	drożdżówka z serem 120g,herbata b/c 250ml Alergeny :1,3,7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem (30g),ryba po japońsku(w zalewie pomidorowej z cebulą ,papryką i ogórkiem konserwowym) 120g,schab Benedykta 20g Posilek nocny: mus jabłko,banan,(100g),jogurt naturalny 100g herbata( b/c)250ml  Alergeny:1,7,6,4	Energia: 2332,84kcal białko:102,21g tłuszcze: 90,83 g węglowodany: 276,80g kw. tł. Nasycone: 41,73g cukry proste:39,86g błonnik: 22,51g sód:950,26mg
<b>Łatwostrawna</b>	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),serek deliser 17g,wędlna zielonogórska(20g),szynka gotowana 20g,ogórek kiszony 40g,pomidor 40g,  Alergeny:1,7,6,9,10	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g) pierś z kurczaka gotowana(130g)sos koperkowy(100g) sałata z jogurtem naturalnym(100g)woda mineralna(250ml)  Alergeny:1,6,9,7	drożdżówka z serem 120g,banan 150g,herbata b/c 250ml Alergeny :1,3,7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem (30g),schab Benedykta(50g),serek topiony 10g,pomidor(80g) Posilek nocny: mus jabłko,banan ,(100g),jogurt naturalny 100g herbata( b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2058,18 cal białko:88,73g tłuszcze: 65,71g węglowodany: 292,19g kw. tł. Nasycone: 38,7g cukry proste:44,66 g błonnik: 21,27g sód:832,27 mg

<p><b>Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu</b></p>	<p>Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g),,wędlna zielonogórska(25g), szynka gotowana 25g),,pomidor 80g serek wiejski(200g) Alergeny:1,7,6,9,10</p>	<p>Ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g) pierś z kurczaka gotowana(130g)sos koperkowy(100g) sałata z jogurtem naturalnym(100g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7</p>	<p>banan150g, wafel ryżowy 1 szt</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g),schab Benedykta(50g),dżem niskosłodzony(25g),pomidor(80g) Posiłek nocny: mus jabłko banan,(100g),jogurt naturalny 100g herbata( b/c)250ml Alergeny:1,7,6</p>	<p>Energia: 1979,34 kcal białko:101,97 g tłuszcze: 62,69g węglowodany: 267,36 g kw. tł. Nasycone: 38,34 g cukry proste:31,79 g błonnik: 41,79 g sód:582,09 mg</p>
<p><b>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></p>	<p>Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło 82% tł,(20g),serek deliser 17g wędlna zielonogórska(20g),,szynka gotowana 20g,sałatka z sałaty lodowej ,pomidora i ogórka świeżego(100g) Alergeny:1,7,6,9,10</p>	<p>Ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g) pierś z kurczaka gotowana(130g)sos koperkowy(100g) sałata z jogurtem naturalnym(100g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7</p>	<p>jabłko 200g wafel ryżowy 1 szt</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem (90g),schab Benedykta(50g),pomidor(100g) Posiłek nocny: ,serek wiejski 200g herbata( b/c)250ml Alergeny:1,7,6</p>	<p>Energia: 2089,01kcal białko:104,64 g tłuszcze: 80,44g węglowodany: 243,83 g kw. tł. Nasycone: 43,66g cukry proste:22,98g błonnik: 44,84g sód:610,88 mg</p>
<p><b>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</b></p>	<p>Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g),,wędlna zielonogórska(25g), szynka gotowana 25g),,pomidor 80g serek wiejski(200g) Alergeny:1,7,6,9,10</p>	<p>Ryż na rosole(300ml),ziemniaki (250g) pierś z kurczaka gotowana(130g)sos koperkowy(100g) marchewka gotowana 150gg)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7</p>	<p>jabłko pieczone 200g,kefir 200g Alergeny:7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g),schab Benedykta(50g),dżem niskosłodzony(25g),pomidor(80g) Posiłek nocny: mus jabłko banan,(100g),jogurt naturalny 100g herbata( b/c)250ml Alergeny:1,7,6</p>	<p>Energia: 2045,77kcal białko:106,39g tłuszcze: 64,43g węglowodany: 265,11g kw. tł. Nasycone: 39,69g cukry proste:29,68g błonnik: 43,84g sód:609,98 mg</p>

**Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne**

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
<b>Podstawowa</b>	Zupa mleczna z makaronem b/j(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa z cukinią w galarecie 100g,polędwica sopocka parzona 25g,sałatka z pomidora z koperkiem 80g  Alergeny:1,7,6,9,10	zupa grochowa (300ml), naleśniki z twarogiem 2 szt, truskawki 200g woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7	Galaretka z tartym jabłkiem(150g), jogurt naturalny 100g ,herbata b/c 250ml Alergeny:7	kawa zbożowa z mlekiem2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) ,pasta z jajka ze szczypiorkiem , twarogiem i majonezem(70g),wędlina szynkowa wieprzowa(25g),ogórek świeży 80g) Posilek nocny: herbata( b/c)(250ml),banan 150g,wafel ryżowy 1 szt Alergeny:1,7,,3,6,10	Energia: 2336,61 kcal białko:110,5 g Tłuszcze: 75,59 g węglowodany: 305,52 g kw. tł. nasycone:39,5 g cukry proste:35,53 g błonnik: 28,34 g sód:664,84 mg
<b>Łatwostrawna</b>	Zupa mleczna z makaronem b/j(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa z cukinią w galarecie 100g,polędwica sopocka parzona 25g,sałatka z pomidora z koperkiem 80g  Alergeny:1,7,6,9,10	zupa marchwianka zabieleną śmietaną 12% (300ml), ryż z musem jabłkowym i cynamonem 300g,truskawki 200gwoda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Galaretka z tartym jabłkiem(150g) jogurt naturalny 100g herbata b/c 250ml Alergeny:7	Płatki owsiane na mleku 2%(250ml) kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) ,pasta z jajka z koperkiem , twarogiem i majonezem(70g),wędlina szynkowa wieprzowa(25g),pomidor 80g) Posilek nocny:kefir 200g herbata( b/c)(250ml),banan 150g Alergeny:1,7,,3,6,10	Energia: 2172,09 kcal białko:96,43 g Tłuszcze: 76,36 g węglowodany: 291,69 g kw. tł. nasycone:42,56 g cukry proste:42,39 g błonnik: 23,21 g sód: 941,93 mg
<b>Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu</b>	Zupa mleczna z makaronem b/j(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa z cukinią w galarecie 100g,polędwica sopocka parzona 25g,sałatka z pomidora z koperkiem 80g	zupa marchwianka b/śm (300ml), ryż z musem jabłkowym i cynamonem 300g,truskawki gotowane200gwoda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Galaretka z tartym jabłkiem(150g) jogurt naturalny 100 g ,herbata b/c 250ml Alergeny:7	Płatki owsiane na mleku 2%(250ml) kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło(82% tł) ,wędlina szynkowa wieprzowa(50g),twaróg chudy 50g,pomidor 80g) Posilek nocny:kefir 200g herbata( b/c)(250ml),banan 150g Alergeny:1,7,,6,10	Energia: 2114,78 kcal białko:98,6 g Tłuszcze: 64,55 g węglowodany: 307,26 g kw. tł. nasycone:37,89 g cukry proste:44,11 g błonnik: 19,94 g sód:619,15 mg

	Alergeny:1,7,6,9,10				
<b>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Zupa mleczna z makaronem b/j(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło 82% tł,(20g), szynka drobiowa z cukinią w galarecie 100g,półdewica sopocka parzona 25g,sałatka z pomidora z koperkiem 80g  Alergeny:1,7,6,9,10	zupa marchwianka zabieleną śmietaną 12% (300ml), ryż brązowy z musem jabłkowym i cynamonem 300g,truskawki 200gwoda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Galaretka z tartym jabłkiem(150g) jogurt naturalny 100g,herbata b/c 250ml Alergeny:7	Płatki owsiane na mleku 2%(250ml) kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) ,pasta z jajka ze szczypiorkiem , twarogiem i jogurtem naturalnym(70g),wędlina szynkowa wieprzowa(25g),pomidor 80g) Posiłek nocny:kefir 200g herbata( b/c)(250ml), Alergeny:1,7,,3,6,10	Energia: 2144,,44 kcal białko:94,74 g Tłuszcze: 79,42 g węglowodany: 273,74 g kw. tł. nasycone:42,27 g cukry proste:48,43 g błonnik: 29,87 g sód:695,74 mg
<b>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</b>	Zupa mleczna z makaronem b/j(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g) ,szynka drobiowa(50g),pomidor80g  Alergeny:1,7,6,9,10	zupa marchwianka b/śm (300ml), ryż z musem jabłkowym i cynamonem 300g,truskawki gotowane200gwoda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Galaretka z tartym jabłkiem(150g) jogurt naturalny 150 g ,herbata b/c 250ml Alergeny:7	Płatki owsiane na mleku 2%(250ml) kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło(82% tł) ,wędlina szynkowa wieprzowa(50g),twaróg chudy 50g,pomidor 80g) Posiłek nocny:kefir 200g herbata( b/c)(250ml),banan 150g Alergeny:1,7,,6,10	Energia: 2111,84 kcal białko:98,47 g Tłuszcze: 64,5 g węglowodany: 307,08 g kw. tł. nasycone:37,88 g cukry proste:43,47 g błonnik: 19,62 g sód:619,23 mg

**Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne**

dieta		13.06.2026			
	Śniadanie	obiad	podwieczorek	Kolacja +posilek nocny	Wartości odżywcze
<b>Podstawowa</b>	<p>ryż na mleku(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g)szynka z piersi indyka(50g),,ogórek kiszony40g i pomidor 50g</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,</p>	<p>Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),makaron (200g)gulasz wieprzowy z warzywami 300gkefir (200g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7</p>	<p>Kisiel niskosłodzony z jabłkiem (250g),herbata b/c 250ml</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),serek twarogowy deliser (1szt17g),ogonówka parzona(50g)ogórek świeży(80g) Posilek nocny:jogurt naturalny 150g Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Energia: 2246,3 kcal białko:92,25g tłuszcze:71,73g węglowodany: 309,58 g kw. tł. nasycone:41,57g cukry proste: 21,63 g błonnik: 18,18 g sód: 1096,19 mg</p>
<b>Łatwostrawna</b>	<p>ryż na mleku(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g)szynka z piersi indyka(50g),,ogórek kiszony 40g i pomidor 50g</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,</p>	<p>Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),makaron(200g)gulasz wieprzowy z warzywami 300gkefir (200g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7</p>	<p>Kisiel niskosłodzony z jabłkiem(250g), herbata b/c 250ml</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),serek twarogowy deliser (1szt17g),ogonówka parzona parzona(50g)sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Posilek nocny:jogurt naturalny 150g Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Energia:2265,9kcal białko:92,5 g tłuszcze:73,43g węglowodany: 309,75 g kw. tł. nasycone:41,79g cukry proste:22,71 g błonnik: 18,76g sód:1179,41 mg</p>
	<p>ryż na mleku(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g)</p>	<p>Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),makaron(200g)gulasz wieprzowy z warzywami 300gkefir</p>	<p>Kisiel niskosłodzony z jabłkiem (250g),herbata</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml)</p>	<p>Energia:2214,34kcal białko:91,62 g tłuszcze:67,36g węglowodany: 312,11 g</p>

<b>Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu</b>	masło 82% tł.(20g)szynka z piersi indyka(50g),,ogórek kiszony40g ,pomidor50g  Alergeny:1,7,6,9,	(200g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	b/c 250ml	pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g)pomidor (80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny 150g Alergeny:1,7,6,	kw. tł. nasycone:38,18g cukry proste: 22,03g błonnik: 16,45g sód:1179,41 mg
<b>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	ryż na mleku(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren (90g) masło 82% tł.(20g)szynka z piersi indyka(50g),,ogórek kiszony 40g i pomidor50gg  Alergeny:1,7,6,9,	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),makaron wieloziarnisty(200g)gulasz wieprzowy z warzywami 300gkefir (200g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Kisiel niskosłodzony z jabłkiem(250g), herbata b/c 250ml	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) (20g),serek twarogowy deliser (1szt17g),ogonówka parzona(50g)ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny 150g Alergeny:1,7,6,	Energia:2206,88 kcal białko:90,33 g tłuszcze:74,47g węglowodany: 294,48 g kw. tł. nasycone:41,76g cukry proste:21,63 g błonnik: 22,26 g sód:1096,19 mg
<b>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</b>	ryż na mleku(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20g)szynka z piersi indyka(50g),,ogórek kiszony40g ,pomidor50g  Alergeny:1,7,6,9,	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),ziemniaki (250g)gulasz z warzywami(250g),kefir(200 ml),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	kisiel niskosłodzony z jabłkiem(250g), herbata b/c 250ml	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g)ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny 150g Alergeny:1,7,6,	Energia:2083,72 kcal białko:88,44 g tłuszcze:69,01g węglowodany: 295,99 g kw. tł. nasycone:41,15g cukry proste: 21,63 g błonnik:17,12g sód:1192,67 mg

**Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14:mięczaki i pochodne**

14.06.2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
<b>Podstawowa</b>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),wędlina śląska(90g),ketchup(15g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki(250g),udko pieczone(180g),buraczki(150g)woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>galaretka z truskawką 200g,jogurt nat 100g,herbata b/c 250ml Alergeny :7</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),połędwica sopocka parzona(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g),serek topiony 17g</p> <p>Posilek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata( b/c) 250ml</p> <p>Alergeny:1,7,6</p>	<p>Energia:2329,4kcal białko:98,59g tłuszcze: 88,86g węglowodany: 270,12g kw. tł. Nasycone:46,04g cukry proste: 34,87 g błonnik: 22,12g sód:1341,98 mg</p>
<b>Łatwostrawna</b>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),schab Benedykta 25g,szynka gotowana 25g,sałatka z pomidora z koperkiem(100g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10</p>	<p>Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki(250g),udko gotowane(180g),sos koperkowy(100g),buraczki (150g)woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>galaretka z truskawką 200g,jogurt nat 100g,herbata b/c 250ml Alergeny :7</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),połędwica sopocka parzona(50g),sałata(10g),ogórek kiszony(80g),serek topiony 17 g</p> <p>Posilek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata( b/c) 250ml</p> <p>Alergeny:1,7,6</p>	<p>Energia: 2273,43 kcal białko:106,99 g tłuszcze: 86,43g węglowodany: 277,23 g kw. tł. Nasycone: 43,12g cukry proste 38,45g błonnik:22,17g sód 1696,45 mg</p>
<b>Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(50g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g)</p>	<p>Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki(250g),udko gotowane(180g),sos koperkowy (100g),buraczki(150g)woda mineralna(250ml)</p>	<p>jabłko pieczone 200g,wafel ryżowy 1 szt,herbata b/c 250ml</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),połędwica sopocka parzona(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g)</p>	<p>Energia: 2211,92 kcal białko: 104,91g tłuszcze: 81,54g węglowodany: 275,24 g kw. tł. Nasycone: 40,01g cukry proste 34,04g błonnik:20,94g sód:1696,45 mg</p>

	Alergeny:1,7,6,9,10	Alergeny:1,6,9,		Posiłek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata( b/c) 250ml Alergeny:1,7,6	
<b>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(40g) pieczywo razowe 6 ziaren(60g) masło 82% tł,(20g),schab Benedykta 25g,szynka gotowana 25g,sałatka z pomidora z koperkiem(100g)  Alergeny:1,7,6,9,10	Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki( 250g),udko gotowane(180g) sos koperkowy (100g),kalafior gotowany na parze150g,woda mineralna(250ml)  Alergeny:1,6,9,	galaretka z truskawką 200g,jogurt nat 100g,herbata b/c 250ml Alergeny :7	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(40g) pieczywo graham(60g) masło(82% tł) (20g),polędwica sopočka parzona(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g),serek topiony 17 g  Posiłek nocny :jogurt naturalny 150g herbata( b/c) 250ml  Alergeny:1,7,6	Energia: 2180,45 kcal białko: 106,97g tłuszcze: 80,4g węglowodany: 268,18g kw. tł. Nasycone:43,82g cukry proste 17,36g błonnik:23,66g sód:1288,34 mg
<b>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</b>	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(50g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g)  Alergeny:1,7,6,9,10	Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki( 250g),udko gotowane(180g),sos koperkowy (100g),buraczki(150g)woda mineralna(250ml)  Alergeny:1,6,9,	jabłko pieczone 200g,herbata b/c 250ml	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(100) masło(82% tł) (20g),polędwica sopočka parzona(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g)  Posiłek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata( b/c) 250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2181,89 kcal białko: 103,65g tłuszcze: 80,31g węglowodany: 258,74 g kw. tł. Nasycone: 39,85g cukry proste 34,69g błonnik:19,49g sód:1322,26 mg

**Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne**

15.06.2026					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + posiłek nocny	Wartości odżywcze
<b>Podstawowa</b>	<p>Makaron b/j na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) szynka z piersi indyka(25g),krakowska drobiowa parzona(25g),sałatka z sałaty lodowej,ogórka i papryki(100g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10</p>	<p>Zupa szpinakowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 18%(300ml),ziemniaki(250g) fasolka po bretońsku(250g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,10,7</p>	<p>bułka grahamka z masłem i szynką 1/2 szt,truskawki 150g,herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:7,1,9,10,6</p>	<p>kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g),pomidor(80g),wędlina,szynkowa (50g),serek deliser 17g</p> <p>Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g), herbata( b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,10</p>	<p>Energia: 2393,12 kcal białko: 96,27 g tłuszcze: 89,17 g węglowodany: 285,4g kw. tł. nasycone: 48,35g cukry proste:16,34 g błonnik: 37,19 g sód:936,56 mg</p>
<b>Łatwostrawna</b>	<p>Makaron b/j na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) szynka z piersi indyka(25g)wędlina krakowska drobiowa(25g), ogórek świeży (100g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,10</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem(300ml),ziemniaki(250g)klops gotowany(80g) sos jarzynowy 100g),sałata z jogurtem2%(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7</p>	<p>bułka grahamka z masłem i szynką 1/2 szt,truskawki 150g,kefir 200g herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:7,1,9,10,6</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g),pomidor(80g) ,wędlina szynkowa (50g),serek deliser 17g</p> <p>Posiłek nocny:jogurt naturalny( 150g) herbata( b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,10,</p>	<p>Energia: 2021,1kcal białko: 86,94g tłuszcze: 72,62 g węglowodany:254,84g kw. tł. nasycone: 44,04 g cukry proste:24,54g błonnik 19,32g sód:1085,68 mg</p>

<b>Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	Makaron b/j na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g) szynka z piersi indyka(25g)ogonówka parzona(25g),ogórek świeży(100g) Alergeny:1,7,6,	Zupa pomidorowa z ryżem(300ml),ziemniaki(250g)klops gotowany(80g) sos jarzynowy 100g),sałata z jogurtem2%(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7	bułka grahamka z masłem i szynką 1/2 szt,jabłko 150g,kefir 200g,herbata b/c 250ml Alergeny:7,1,9,10,6	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) twarożek(100g),pomidor(80g) wędlina szynkowa(20g) Posiłek nocny::jogurt naturalny(150g) herbata( b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 1961,45kcal białko: 86,31g tłuszcze: 65,76 g węglowodany 257,24g kw. tł. nasycone: 40,12 g cukry proste:2385g błonnik 17,01g sód:1087,03 mg
<b>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Makaron b/j na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł.(20g) szynka z piersi indyka(25g)ogonówka parzona(25g),ogórek świeży(100g),jogurt naturalny(150g) Alergeny:1,7,6,	Zupa pomidorowa z ryżem(300ml),ziemniaki(250g)klops gotowany(80g) sos jarzynowy 100g),sałata z jogurtem2%(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7	bułka grahamka z masłem i szynką 1/2 szt,truskawki 150g,kefir 200g,herbata b/c 250ml Alergeny:7,1,9,10,6	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo z razowe(90g) masło(82% tł) (20g),pomidor(80g) ,wędlina szynkowa (50g),serek deliser 17g Posiłek nocny: jogurt naturalny (150g) herbata( b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,,10,	Energia: 2024,68kcal białko: 87,32g tłuszcze: 78,71 g węglowodany:241,85g kw. tł. nasycone: 46,73g cukry proste:25,79g błonnik 23,46g sód:814,54 mg
<b>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</b>	Makaron b/j na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20g) szynka z piersi indyka(25g)ogonówka parzona(25g),ogórek świeży(100g) Alergeny:1,7,6,	Zupa pomidorowa z ryżem(300ml),ziemniaki(250g)klops gotowany(80g) sos jarzynowy 100g),marchewka gotowana 150g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7	bułka grahamka z masłem i szynką 1/2 szt,jabłko pieczone 150g,,kefir 200gherbata b/c 250ml Alergeny:7,1,9,10,6	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g) twarożek(100g),pomidor(80g) wędlina szynkowa(20g) Posiłek nocny::jogurt naturalny(150g) herbata( b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2103,78kcal białko: 100,89g tłuszcze: 73,92 g węglowodany 260,33g kw. tł. nasycone: 45,42 g cukry proste:24,63g błonnik 16,4g sód:853,93 mg

**Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14:mięczaki i pochodne**

16.06.2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
<b>Podstawowa</b>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g)schab w galarecie80g,szynka gotowana 25g,ogórek świeży 80g</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10,</p>	<p>Kapuśniak z kapusty białej(300ml),ziemniaki(250g),pieczone kotlety drobiowe siekane, z cukinią i papryką(150g),surówka z marchwi i selera 150ggwoda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7 3,10</p>	<p>Sałatka z kalafiora ,jajka i pomidora z koperkiem i jogurtem (150g),herbata b/c 250ml,wafel ryżowy 1 szt</p> <p>Alergeny:3,7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlina wieprzowa zielonogórska(25g),sałatka z pomidora(80g)</p> <p>Posilek nocny:jogurt naturalny(100g,wafel ryżowy 1 szt,herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Energia:2274,53 kcal białko:119,13g tłuszcze:82,7g węglowodany: 265,08 g kw. tł. nasycone:45,82g cukry proste: 13,52 g błonnik: 50,62g sód:832,53 mg</p>
<b>Łatwostrawna</b>	<p>Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g)schab w galarecie 80g szynka gotowana(25g),,ogórek kiszony 80g</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,10,</p>	<p>Rosół z makaronem b/j(300ml),ziemniaki(250g), pierś z kurczaka gotowana(130g),cukinia gotowana na parze (150g),(sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Sałatka z kalafiora ,jajka i pomidora z koperkiem i jogurtem (150g),herbata b/c 250ml ,wafel ryżowy 1 szt</p> <p>Alergeny:3,7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlina wieprzowa zielonogórska(25g),sałatka z pomidora(80g)</p> <p>Posilek nocny:jogurt naturalny(100g),,wafel ryżowy 1 szt,herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Energia:2162,94kcal białko:120,78 g tłuszcze:76,31g węglowodany: 246,2g kw. tł. nasycone:44,38g cukry proste:12,08 g błonnik: 43,95g sód:887,32 mg</p>

<b>Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g)szynka gotowana (25g),schab w galarecie 80g,ogórek kiszony (80g)  Alergeny:1,7,6,9,10,	Rosół z makaronem b/j(300ml),ziemniaki(250g),pierś z kurczaka gotowana(130g),cukinia gotowana na parze(150g),sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Sałatka z kalafiora , białka jaja i pomidora z koperkiem i jogurtem (150g),herbata b/c 250ml,wafel ryżowy 1 szt Alergeny:3,7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlna wieprzowa zielonogórska(25g),sałatka z pomidora(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(100g),wafel ryżowy 1 szt,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6,	Energia 2159,43:kcal białko:120,97 g tłuszcze:74,82 g węglowodany: 249,17 g kw. tł. nasycone:44,26g cukry proste:10,08 g błonnik: 41,64g sód:887,32
<b>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren (90g) masło 82% tł,(20g)schab w galarecie 80g(80g)wędlna szynkowa(25g),ogórek świeży(80g)  Alergeny:1,7,6,9,10,	Rosół z makaronem b/j(300ml),ziemniaki(250g),pierś z kurczaka gotowana(130g),cukinia gotowana na parze(150g),sos koperkowy(100g)woda mineralna(250ml) , Alergeny:1,6,9,	Sałatka z kalafiora ,jajka i pomidora z koperkiem i jogurtem (150g),herbata b/c 250ml,wafel ryżowy 1szt Alergeny:3,7	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlna wieprzowa zielonogórska(25g),sałatka z pomidora(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny 100g,wafel gryczany ,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6,	Energia:2162,94kcal białko:120,78 g tłuszcze:76,31g węglowodany: 246,2 g kw. tł. nasycone:44,38g cukry proste:10,08g błonnik: 43,95g sód:887,32 mg
<b>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</b>	Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g)szynka gotowana (25g),schab w galarecie 80g,ogórek kiszony (80g)  Alergeny:1,7,6,9,10,	Rosół z makaronem b/j(300ml),ziemniaki(250g),pierś z kurczaka gotowana(130g),cukinia gotowana na parze(150g),sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Sałatka z kalafiora , białka jaja i pomidora z koperkiem i jogurtem (150g),herbata b/c 250ml,wafel ryżowy 1 szt Alergeny:3,7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlna wieprzowa zielonogórska(25g),sałatka z pomidora(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g),herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6,	Energia 2159,43:kcal białko:120,97 g tłuszcze:74,82 g węglowodany: 249,17 g kw. tł. nasycone:44,26g cukry proste:10,08 g błonnik: 41,64g sód:887,32

**Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne**

17.06.2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
<b>Podstawowa</b>	<p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) jajko gotowane(60g),szynka z piersi indyka(20g) sałata (10g) pomidor (80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,3</p>	<p>Barszcz ukraiński(300ml) ziemniaki(250g)ozory wołowe gotowane(130g)sos chrzanowy(100g),marchewk a gotowana z groszkiem(150g) woda mineralna, (250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7</p>	<p>Sałatka z kurczakiem, ryżem i ananase z majonezem (150g),herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:7,3,10</p>	<p>ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) ,masło(82% tł) (20g) połudwica sopocka parzona(25g),schab Benedykta 25g sałatka z sałaty lodowej,ogórka kiszzonego i pomidora(100g)</p> <p>Posilek nocny: mus owocowy 100g wafel ryżowy 1szt,herbata b/c,(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6</p>	<p>Energia: 2395,42 kcal białko: 123,84 g tłuszcze: 74,35 g węglowodany: 314,79g kw. tł. nasycone: 38,56g cukry proste: 7,06 g błonnik: 36,33g sód:1134,2 mg</p>
<b>Łatwostrawna</b>	<p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) jajko gotowane(60g),szynka z piersi indyka(20g) sałata (10g) pomidor (80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,3</p>	<p>kasza manna na rosole(300ml) ziemniaki(250g) potrawka z ozorów gotowanych z marchewką i cukinią,jabłko(150g) woda mineralna, (250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Sałatka z kurczakiem, ryżem i ananase z jogurtem greckim (150g),herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:7</p>	<p>ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) ,masło(82% tł) (20g) połudwica sopocka parzona(25g),schab Benedykta 25g ogórek świeży 80g</p> <p>Posilek nocny: mus owocowy 100g wafel ryżowy 1szt herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:1,7,6</p>	<p>Energia: 2163,18 kcal białko: 107,27g tłuszcze: 70,60g węglowodany: 278,75 g kw. tł. nasycone: 35,59 g cukry proste: 24,33 g błonnik: 25,65g sód: 998 88 mg</p>
<b>Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	<p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml)</p>	<p>kasza manna na rosole(300ml) ziemniaki(250g) potrawka z ozorów</p>	<p>Sałatka z kurczakiem, ryżem i ananase z</p>	<p>ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g)</p>	<p>Energia: 2154,63 kcal białko: 110,0g tłuszcze: 65,69g węglowodany: 285,43 g</p>

	<p>pieczywo pszenno-żytnie(70g)  pieczywo razowe(30g)  masło 82% tł,(20g)  ,szynka z piersi indyka(50g)  sałata (10g),kefir(200g)  pomidor (80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>gotowanych z marchewką i  cukinią,jabłko(150g)  woda mineralna,  (250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>jogurtem  greckim (150g)  ,herbata b/c  250ml  Alergeny:7</p>	<p>,masło(82% tł) (20g)  połudwica sopocka parzona(50g)  ogórek świeży(80g)</p> <p>Posiłek nocny:  mus owocowy 100g  wafel ryżowy 1szt,herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:1,7,6</p>	<p>kw. tł. nasycone: 36,21 g  cukry proste: 32,12 g  błonnik: 24,48g  sód:987,1 mg</p>
<p><b>Z ograniczeniem  łatwo  przyswajalnych  węglowodanów</b></p>	<p>Zupa mleczna z  makaronem(250ml)  kawa zbożowa z  mlekiem(250ml)  pieczywo razowe(90g)  masło 82% tł,(20g)  jajko gotowane(60g),szynka z  piersi indyka(20g)  sałata (10g)  pomidor (80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,3</p>	<p>kasza manna na  rosole(300ml)  ziemniaki(250g)  ozór wołowy  gotowany(130g),sos  grecki(150g),jabłko(150g)  woda mineralna,  (250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>Salatka z  kurczakiem,  ryżem i  ananasem z  jogurtem  greckim(150g)  ,herbata b  /c 250ml  Alergeny:7</p>	<p>ryż na mleku(250ml)  kawa zbożowa z mlekiem(250ml)  Pieczywo pszenno-żytnie(70g)  pieczywo razowe(30g)  ,masło(82% tł) (20g)  połudwica sopocka  parzona((25g),schab B enedykta 25g  ogórek świeży 80g,pomidor 50g</p> <p>Posiłek nocny:  jogurt naturalny,(150g)  wafel ryżowy 1sztherbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:1,7,6</p>	<p>Energia: 2130,51 kcal  białko: 103,67g  tłuszcze: 71,26g  węglowodany: 271,6 g  kw. tł. nasycone: 35,85 g  cukry proste: 24,69 g  błonnik: 30,39g  sód:1001,3 mg</p>
<p><b>Dieta papkowata -  potrawy mielone  miksowane  ,blendowane</b></p>	<p>Zupa mleczna z  makaronem(250ml)  kawa zbożowa z  mlekiem(250ml)  pieczywo pszenno-żytnie(70g)  pieczywo razowe(30g)  masło 82% tł,(20g)  ,szynka z piersi indyka(50g)  sałata (10g),kefir(200g)  pomidor (80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>kasza manna na  rosole(300ml)  ziemniaki(250g)  schab gotowany(130g),sos  grecki(150g),jabłko  pieczone(150g)  woda mineralna,  (250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p>	<p>kefir  200g,herbata b/c  250ml  Alergeny:7</p>	<p>ryż na mleku(250ml)  kawa zbożowa z mlekiem(250ml)  Pieczywo pszenno-żytnie(70g)  pieczywo razowe(30g)  ,masło(82% tł) (20g)  połudwica sopocka parzona(50g)  ogórek świeży(80g)</p> <p>Posiłek nocny:  jogurt naturalny,(150g)  wafel ryżowy 1szt,herbata b/c</p> <p>Alergeny:1,7,6</p>	<p>Energia: 2004,63 kcal  białko: 89,0g  tłuszcze: 62,1 g  węglowodany: 278,43 g  kw. tł. nasycone: 35,21 g  cukry proste: 30,12 g  błonnik: 21,48g  sód:977,1 mg</p>

**Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne**

18.06.2026					
dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
<b>Podstawowa</b>	<p>Płatki owsiane na mleku(mleko2%)(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g), serek wiejski(200g)połędwica drobiowa(20g),sałata(10g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem zabieleną śmietaną 18% (300ml),ziemniaki(250g) zraziki duszone z łopatki wieprzowej mielonej(80g),sos pieczeniowy(100g),sałata z jogurtem 100g woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7,</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem(120g), herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:1,3,7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszką manną mleko2%(250ml) kawa zbożowa z mlekiem2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) ,pasta z makreli w sosie pomidorowym z jajkiem i szczypiorkiem(60g),wędlina szynkowa wieprzowa(25g),ogórek kiszony(60g)</p> <p>Posilek nocny:jogurt brzoskwiniowy(150g) herbata( b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9,4,3,6,10</p>	<p>Energia: 2413,51 kcal białko:100,28g Tłuszcze: 86,71g węglowodany: 318,12g kw. tł. nasycone:45,86 g cukry proste:49,64 g błonnik: 44,87g sód:1103,2 mg</p>
<b>Łatwostrawna</b>	<p>Płatki owsiane na mleku(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g), serek wiejski(200g)połędwica drobiowa(20g),sałata(10g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem zabieleną śmietaną 18% (300ml),ziemniaki(250g) zraziki duszone z łopatki wieprzowej mielonej(80g),sos pieczeniowy(100g)sałata z jogurtem(100g) woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7,</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem(120g) herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:1,3,7</p>	<p>Zupa mleczna z kaszką manną mleko2%(250ml) kawa zbożowa z mlekiem2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) ,pasta z makreli w sosie pomidorowym z jajkiem i koperkiem(60g),wędlina szynkowa wieprzowa(25g),ogórek kiszony(60g)</p> <p>Posilek nocny:jogurt brzoskwiniowy(150g) herbata( b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9,4,3,6,10</p>	<p>Energia: 2413,51 kcal białko:100,28g Tłuszcze: 86,71g węglowodany: 318,12g kw. tł. nasycone:45,86 g cukry proste:49,64 g błonnik: 44,87g sód 1103,2 mg</p>

<p><b>Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu</b></p>	<p>Płatki owsiane na mleku(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g), serek wiejski(200g)połędwica drobiowa(20g),sałata(10g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem b/śmietany (300ml),ziemniaki(250g) klops gotowany(80g),sos koperkowy(100g)sałata z jogurtem(100g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,</p>	<p>jabłko(150g),wa fel ryżowy1szt, herbata b/c 250ml</p>	<p>Zupa mleczna z kaszką manną mleko2%(250ml) kawa zbożowa z mlekiem2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) „wędlina szynkowa wieprzowa(50g),ogórek kiszony(60g)</p> <p>Posiłek nocny:kefir(200g) herbata( b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9,,6,10</p>	<p>Energia: 2028,92kcal białko:94,28g Tłuszcz: 68,08 g węglowodany: 266,24g kw. tł. nasycone:40,17 g cukry proste:24,46g błonnik: 43,4g sód:1001,3 mg</p>
<p><b>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></p>	<p>Płatki owsiane na mleku(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło 82% tł.(20g), serek wiejski(200g)połędwica drobiowa(20g),sałata(10g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem zabieleną śmietaną 18% (300ml),ziemniaki(250g) zraziki duszone z łopatki wieprzowej mielonej(80g),sos pieczeniowy(100g)sałata z jogurtem(100g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,</p>	<p>jabłko(150g),wa fel ryżowy1szt ,herbata b/c 250ml</p>	<p>Zupa mleczna z kaszką manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) ,pasta z makreli w sosie pomidorowym z jajkiem i koperkiem(60g),wędlina szynkowa wieprzowa(25g),ogórek kiszony(60g) Posiłek nocny:kefir (200g) herbata( b/c)(250ml) Alergeny:1,7,9,4,3,6,10</p>	<p>Energia: 2184,32kcal białko:96,9g Tłuszcz: 84,71 g węglowodany: 263,55g kw. tł. nasycone:43,93 g cukry proste:25,33g błonnik: 47,5g sód:996,89 mg</p>
<p><b>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</b></p>	<p>Płatki owsiane na mleku(mleko2%)(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(mleko2%)(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł.(20g), serek wiejski(200g)połędwica drobiowa(20g),sałata z pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem b/śmietany (300ml),ziemniaki(250g) klops gotowany(80g),sos koperkowy(100g),marchewka gotowana 150g woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,</p>	<p>jabłko pieczone(150g) herbata b/c 250ml</p>	<p>Zupa mleczna z kaszką manną mleko2%(250ml) kawa zbożowa z mlekiem2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) „wędlina szynkowa wieprzowa(50g),ogórek kiszony(60g)</p> <p>Posiłek nocny:kefir(200g) herbata( b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9,,6,10</p>	<p>Energia: 2008,92kcal białko:92,28g Tłuszcz: 67,08 g węglowodany: 261,24g kw. tł. nasycone:38,,17 g cukry proste:22,46g błonnik: 41,4g sód:997,3 mg</p>

**Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 tubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne**

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
<b>Podstawowa</b>	<p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),wędlina kociewska(50),serek topiony(2szt),sałatka z sałaty lodowej,ogórka i ,pomidora (80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,10</p>	<p>Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),ryba pieczona,miruna filet(150g) surówka z kapusty kiszonej(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,4</p>	<p>budyń niskosłodzony 150g<truskawki 150g,herbata="" 250ml<br="" b="" c=""></truskawki>Alergeny: 1,7,</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,pasta z mięsa drobiowego i warzyw(70g),połędwica sopocka parzona(25g) ogórek kiszony(60g)</p> <p>Posilek nocny:jogurt naturalny(100g),wafel ryżowy 1 szt</p> <p>herbata( b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p>	<p>Energia: 2379,59 kcal białko:98,1g Tłuszcze: 98,1g węglowodany: 281,25g kw. tł. nasycone:48,69g cukry proste:29,04g błonnik: 20,96g sód:1231,2 mg</p>
<b>Łatwostrawna</b>	<p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),schab Benedykta(30g),serek topiony(2szt),ogórek świeży 40g,pomidor 40g Alergeny:1,7,6,10</p>	<p>Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),ryba gotowana,miruna filet(130g),sos grecki(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4</p>	<p>budyń niskosłodzony (150g) truskawki 150g,herbata b/c 250ml Alergeny1,:7,</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,pasta z mięsa drobiowego i warzyw(60g),połędwica sopocka parzona(25g) ogórek kiszony(60g)</p> <p>Posilek nocny:jogurt naturalny(100g),wafel ryzowy 1szt herbata( b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,</p>	<p>Energia:2172,34kcal białko92,73 g tłuszcze:76,26g węglowodany: 255,75g kw. tł. nasycone: 47,67g cukry proste: 32,44 g błonnik: 19,63g sód:1167,9 mg</p>

<p><b>Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b></p>	<p>Zupa mleczna z makronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),schab benedykta(50),ogórek świeży 40g,pomidor 40g,kefir (200g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),ryba gotowana,miruna filet(130g),sos grecki(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4</p>	<p>budyń niskosłodzony waniliowy z miksowaną truskawką(200g),herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,pasta z mięsa drobiowego i warzyw(60g),połędwica sopocka parzona(25g) ogórek kiszony(60g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(100g),wafel ryżowy 1 szt herbata( b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,</p>	<p>Energia:2082,13 kcal białko:97,36g tłuszcze:72,65 g węglowodany: 262,9g kw. tł. nasycone: 40,46g cukry proste:42,16 g błonnik: 19,63g sód:999,56 mg</p>
<p><b>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></p>	<p>Zupa mleczna z makronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło 82% tł,(20g),schab benedykta(30)serek topiony(2szt 35g),ogórek świeży 50g,pomidor 50g)kefir (200g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),ryba gotowana,miruna filet(130g),sos grecki(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4</p>	<p>budyń niskosłodzony (150g), truskawki 100g,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło(82% tł) ,pasta z mięsa drobiowego i warzyw(60g),połędwica sopocka parzona(25g) ogórek kiszony(60g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata( b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,</p>	<p>Energia:2124,43 kcal białko:96,93g tłuszcze:82,59g węglowodany: 249,09g kw. tł. nasycone: 46,24g cukry proste:41,64 g błonnik:23,71 g sód:1008,99 mg</p>
<p><b>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</b></p>	<p>Zupa mleczna z makronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),schab benedykta(50),ogórek świeży 40g,pomidor 40g,kefir (200g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p>	<p>Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),ryba gotowana,miruna filet(130g),sos grecki(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4</p>	<p>budyń niskosłodzony z miksowaną truskawką(200g), herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,pasta z mięsa drobiowego i warzyw(60g),połędwica sopocka parzona(25g) ogórek kiszony(60g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata( b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,</p>	<p>Energia:2082,13 kcal białko:97,36g tłuszcze:72,65 g węglowodany: 262,9g kw. tł. nasycone: 40,46g cukry proste:42,16 g błonnik: 19,63g sód:999,56 mg</p>

**Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy , 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne**