

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g),szynka drobiowa(50g),sałatka z sałaty lodowej ,papryki i pomidora(100g) Alergeny:1,7,6,9	zupa grochowa z ziemniakami(300ml) ,makaron z twarogiem (300g),sos truskawkowy(100g) kompot niskosłodzony ,wieloowocowy(250ml) ,jabłko 150g Alergeny:1,6,9,7,	czereśnie 200g,kefir 200g Alergeny:7	zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) ,paprykarz(ryba gotowana,ryż,warzywa)(60g),szynka gotowana(25g),ogórek kiszony(60g) Posilek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,,9,4	Energia: 2351,04 kcal białko:98,73g Tłuszcze: 87,61 g węglowodany: 328,35g kw. tł. nasycone:43,31 g cukry proste:44,49 g błonnik: 22,49g sód:1167,88 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g),szynka drobiowa(50g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa marchwianka z ziemniakami zabieleną śmietaną 18%(300ml) ,makaron z twarogiem (300g),sos truskawkowy(100g) kompot niskosłodzony ,wieloowocowy(250ml) ,jabłko 150g Alergeny:1,6,9,7,	arbuz 200g,kefir 200g Alergeny:7	zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) ,paprykarz(ryba gotowana,ryż,warzywa)(60g),szynka gotowana(25g),ogórek kiszony(60g) Posilek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,,9,4	Energia: 2363,15 kcal białko:96,73 g tłuszcze:81,6g węglowodany: 315,18 g kw. tł. nasycone: 39,16g cukry proste: 32,93 g błonnik: 21,55g sód :1121,44 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g),szynka drobiowa(50g),sałatka z pomidora z koperkiem (100g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa marchwianka z ziemniakami b/śm(300ml) ,makaron z twarogiem chudym(300g),sos truskawkowy(100g) kompot niskosłodzony ,wieloowocowy(250ml) , jabłko 150g Alergeny:1,6,9,7,	arbuz 200g,kefir 200g Alergeny:7	zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) ,paprykarz(ryba gotowana,ryż,warzywa)(60g),szynka gotowana(25g),ogórek kiszony(60g) Posilek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,,9,4	Energia: 2348,08 kcal białko:96,53 g tłuszcze:80,14g węglowodany: 314,89 g kw. tł. nasycone: 38,19g cukry proste: 32,93 g błonnik: 21,55g sód:999,76 mg

Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł.(20g),szynka drobiowa(50g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa marchwianka z ziemniakami b/śm(300ml) ,makaron z twarogiem chudym (300g),sos truskawkowy(100g) kompot niskosłodzony , wielooowocowy(250ml), jabłko 150g Alergeny:1,6,9,7,	pomarańcza 200g,kefir 200g Alergeny:7	zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo z razowe(90g) masło(82% tł) ,paprykarz(ryba gotowana,ryż,warzywa)(60g),szynka gotowana(25g),ogórek kiszony(60g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,,9,4	Energia: 2291,82 kcal białko:94,32 g tłuszcze:82,83g węglowodany: 292,48 g kw. tł. nasycone: 38,39g cukry proste: 30,2 g błonnik: 25,47g sód:1001,34 mg
Dieta papkowata -potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) moczone w kawie z mlekiem masło 82% tł.(20g),szynka drobiowa zmielona(50g),pomidor50g zblendowany,ogórek świeży zblendowany (100g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa marchwianka z ziemniakami miksowana(300ml) ,makaron z twarogiem zmielony(180g),sos truskawkowy zmiksowany(100g) kompot niskosłodzony , wielooowocowy zmiksowany(250ml) Alergeny:1,6,9,7,	Mus malin,jagoda,ba nan(100g)	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną zmiksowana(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) masło(82% tł) ,paprykarz(ryba gotowana,ryż,warzywa)(60g),schab benedykta(25g) zmielone,ogórek kiszony zblendowany(60g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,,9,4	Energia: 1869,77 kcal białko:76,41 g tłuszcze:66,24g węglowodany: 228,39g kw. tł. nasycone: 35,06g cukry proste: 26,98g błonnik: 21,56g sód 956,98 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	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),wędlina śląska na gorąco (90g)sałatka z pomidora z koperkiem(100g),ketchup(15g) Alergeny:1,7,9,10	Zupa pomorska zabieleną śmietaną 18%(300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(70g),jabłko(150g) ,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Jogurt truskawkowy (150g),wafel ryżowy (1szt) Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata (10g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2256,44kcal białko:104,97g tłuszcze: 94,62g węglowodany: 251,29g kw. tł. Nasycone: 51,85g cukry proste: 31,6 g błonnik: 40,61g sód:867,02 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),szynka śniadaniowa (50g),serek topiony 17gsałatka z pomidora z koperkiem(100g), Alergeny:1,7,9	Zupa pomorska zabieleną śmietaną 18% (300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(70g),jabłko(150g) ,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Jogurt truskawkowy (150g),wafel ryżowy (1szt) Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata (10g),ogórek kiszony(80g) Posilek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6,10	Energia:2156,23 kcal białko:104,97g tłuszcze: 94,62g węglowodany: 251,29g kw. tł. Nasycone: 51,85g cukry proste: 31,6 g błonnik: 40,61g sód: 1151,34,mg
Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20g),szynka śniadaniowa 50g sałatka z pomidora z koperkiem(100g), Alergeny:1,7,9,6	Zupa pomorska (300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(70g),jabłko(150g) ,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,3	Jogurt naturalny- (150g),wafel ryżowy 1szt Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata (10g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2106,44kcal białko:101,02,97g tłuszcze: 84,62g węglowodany: 248,29g kw. tł. Nasycone: 50,85g cukry proste: 31,6 g błonnik: 40,61g sód:998,01 mg

Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g),szynka śniadaniowa 50g,serek topiony 17gsałatka z pomidora z koperkiem(100g), Alergeny:1,7,9	Zupa pomorska (300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(70g),jabłko(150g) ,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,3	Jogurt naturalny (150g),wafel ryżowy (1szt) Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata (10g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2232,14 kcal białko: 106,46g tłuszcze: 95,30g węglowodany: 235,5 g kw. tł. Nasycone: 52,45g cukry proste 13,6g błonnik:37,46g sód:966,01 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z makaronem miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie zmiękczone kawą(70g) masło 82% tł,(20g),wędlina drobiowa miks(90g)sałatka z pomidora z koperkiem- zblendowana(100g),ketchup(15g) Alergeny:1,7,9	Zupa pomorska - miks(300ml),ziemniaki- miks(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej zmiksowany(70g),jabłko(150g) ,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Jogurt truskawkowy (150g),miks Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem-miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie namoczone w kawie(70g) masło(82% tł) (20g),ogonówka zmielona(50g),,ogórek świeży zblendowany(80g) Posiłek nocny :serek wiejski- miks(200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2049,34kcal białko:91,63g tłuszcze: 89,42g węglowodany: 211,29g kw. tł. Nasycone: 48,25g cukry proste: 12,1g błonnik: 38,61g sód:898,56 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 łubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

12.07..2026					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą manną(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł.(20g)szynka gotowana(30g),szynka z piersi indyka (30g)sałata(10g),ogórek świeży(40g),pomidor 40g Alergeny:1,7,6,9,10	Rosół z makaronem(300ml), ziemniaki(250g)udko pieczone(180g)surówka z ogórka kiszzonego i marchewki z olejem i musztardą150g ,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,10	Galaretka z tartym jabłkiem 150g,jogurt naturalny 100g ,herbata b/c 250mlAlergeny: 7	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 (1szt 17g),schab Boryny(50g)pomidor(80g) Posilek nocny:jogurt z owsianką truskawkowy 180g sok z pomarańczy z jabłkiem (300 ml) Alergeny:1,7,6,	Energia: 2306,73 kcal białko:99,19g tłuszcze:87,6g węglowodany: 285,61g kw. tł. nasycone:45,99g cukry proste: 60,81 g błonnik: 18,08g sód 1342,12 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą manną(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł.(20g)szynka gotowana(30g),szynka z piersi indyka (30g)sałata(10g),ogórek świeży(40g),pomidor 40g Alergeny:1,7,6,9,10	Rosół z makaronem(300ml) ,ziemniaki(250g)udko pieczone(180g),marchewka mini gotowana (150g) ,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Galaretka z tartym jabłkiem 150g,jogurt naturalny 100g,herbata b/c 250ml Alergeny:7	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 (1szt 17g),schab Boryny(50g)pomidor(80g) Posilek nocny:jogurt z owsianką truskawkowy 180g sok z pomarańczy z jabłkiem (300 ml) Alergeny:1,7,6,	Energia:2285,17kcal białko:97,67 g tłuszcze:86,61g węglowodany: 283,46 g kw. tł. nasycone:44,66g cukry proste:58,21 g błonnik: 17,68g sód:1288,09 mg
Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą manną(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20g)szynka gotowana(30g),szynka z piersi indyka (30g)sałata(10g),ogórek świeży(40g),pomidor 40g Alergeny:1,7,6,9,10	Rosół z makaronem(300ml) ,ziemniaki(250g)udko gotowane(180g)marchewka mini gotowana (150g) ,sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Galaretka z tartym jabłkiem 150g,jogurt naturalny 100g,herbata b/c 250ml Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło(82% tł) (20g),schab Boryny(50g)pomidor(80g) Posilek nocny: kefir 200g sok z pomarańczy z jabłkiem (300 ml)	Energia:2330,75kcal białko:109,9 g tłuszcze84,96g węglowodany: 286,2 g kw. tł. nasycone:43,35g cukry proste: 57,98 g błonnik: 17,95g sód:1209,34 mg

				Alergeny:1,7,6,	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z kaszą manną(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren (90g) masło 82% tł,(20g)szynka gotowana(30g),szynka z piersi indyka (30g)sałata(10g),ogórek świeży(40g),pomidor 40g Alergeny:1,7,6,9,10	Rosół z makaronem(300ml), ziemniaki(250g)udko gotowane(180g),cukinia gotowana na parze(150g) ,sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Galaretka z tartym jabłkiem 150g,jogurt naturalny 100g,herbata b/c 250ml Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) (20g),serek twarogowy deliser(1szt 17g)schab Boryny(50g)pomidor(80g) Posiłek nocny:kefir 200g sok z pomarańczy z jabłkiem (300 ml) Alergeny:1,7,6,	Energia:2281,61kcal białko:109,99 g tłuszcze:92,65g węglowodany: 257,47 g kw. tł. nasycone:46,98g cukry proste:58,16 g błonnik: 21,13g sód:1267,88 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z ryżem(250ml) miksowana,kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie (70g),moczzone w kawie masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(50g),zmielona, ogórek(80g)zblendowany Alergeny:1,7,6,9,10	Rosół z makaronem miks(300ml),ziemniaki miks(250g)udko gotowane zmielone(180g),marchewka mini gotowana zmiksowana (150g) ,sos koperkowy zmiksowany(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Jogurt naturalny 150g,tarte jabłko 150g zblendowane Alergeny: 7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) miks kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) moczzone w kawie masło(82% tł) (20g),schab Boryny parz.mielona(50g),pomidor zblendowany(80g) Posiłek nocny: owsianka z truskawką-miks (100g),herbata b/c(250ml) Alergeny:1,7,6,	Energia: 1959,94 kcal białko:84,86g tłuszcze:71,15g węglowodany: 227,1g kw. tł. nasycone:33,92 g cukry proste:21,31g błonnik:21,02g sód 1157,98 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	Śniadanie	obiad	podwieczorek	Kolacja +posilek nocny	Wartości odżywcze
Podstawowa	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) Alergeny:1,7,6,9,3	zupa jarzynowa z ziemniakami(300ml) ziemniaki(250g)schab gotowany(130g)sos chrzanowy(150g),marchewka gotowana z groszkiem(150g),banan 200g woda mineralna, (250ml) Alergeny:1,6,9,7	kefir(200g),,arbuz 200g herbata b/c 250ml Alergeny:7	ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) ,masło(82% tł) (20g) południca sopocka parzona(25g),schab Benedykta 25g ogórek kiszony 40g,pomidor 50g Posiłek nocny: jogurt naturalny,(100g) wafel ryżowy 1szt,herbata b/c,(250ml) Alergeny:1,7,6	Energia: 2110,66 kcal białko: 102,02 g tłuszcze: 69,93 g węglowodany: 301,92 g kw. tł. nasycone: 40,90 g cukry proste: 29,48 g błonnik: 26,08 g sód:1163,91 mg
Łatwostrawna	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) Alergeny:1,7,6,93	kasza manna na rosole(300ml) ziemniaki(250g) schab gotowany(130g),sos grecki(150g),banan 200g woda mineralna, (250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir (200g),,arbuz 200g herbata b/c 250ml Alergeny:7	ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) ,masło(82% tł) (20g) południca sopocka parzona(25g),schab Benedykta 25g ogórek świeży 80g Posiłek nocny: jogurt naturalny,(100g) wafel ryżowy 1szt herbata b/c Alergeny:1,7,6	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
Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20g) ,szynka z piersi indyka(50g) sałata (10g),kefir(200g) pomidor (80g)	kasza manna na rosole(300ml) ziemniaki(250g) schab gotowany(130g),sos grecki(150g),banan200g woda mineralna, (250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir (200g),,arbuz 200g herbata b/c 250ml Alergeny:7	ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(100g) ,masło(82% tł) (20g) południca sopocka parzona(50g) ogórek świeży(80g) Posiłek nocny: jogurt naturalny,(100g) wafel ryżowy 1szt,herbata b/c	Energia: 2154,63 kcal białko: 110,0g tłuszcze: 65,69g węglowodany: 285,43 g kw. tł. nasycone: 36,21 g cukry proste: 32,12 g błonnik: 24,48g sód:987,1 mg

	Alergeny:1,7,6,9			Alergeny:1,7,6	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	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) Alergeny:1,7,6,9,3	kasza manna na rosole(300ml) ziemniaki(250g) schab gotowany(130g),sos grecki(150g),jabłko(150g) woda mineralna, (250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir (200g),,pomarańcza 200g herbata b/c 250ml Alergeny:7	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,pomidor 50g Posiłek nocny: jogurt naturalny,(100g) wafel gryczany 10g herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6	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
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	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) Alergeny:1,7,6,9	kasza manna na rosole(300ml) ziemniaki(250g) schab gotowany(130g),sos grecki(150g),jabłko pieczone(150g) woda mineralna, (250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir 200g,herbata b/c 250ml Alergeny:7	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) Posiłek nocny: jogurt naturalny,(150g) wafel ryżowy 1szt,herbata b/c Alergeny:1,7,6	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

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
Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20),serek fromage 40g,półdewica drobiowa 25g,sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,	Zupa brokułowa zabieleną śmietaną 18%(300ml) ziemniaki(250g),pieczeń rzymska pieczona z łopatki wieprzowej warzywami(80g),sos pieczeniowy(100g),surówka wiosenna z kapusty białej,rzodkiewki ogórka świeżego i koperku z olejem150g woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7	bułka grahamka 1/2 z masłem i dżemem niskosłodzonym ,mandarynka 150g,herbata b/c 250ml Alergeny:7,1,	płatki żytnie na mleku(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g),pasta mięsna drobiowa z warzywami(70g),ogonówka parzona(25g),papryka 40g ,ogórek kiszony 40g Posilek nocny: kefir(200g),herbata b/c 250ml) Alergeny:1,7,6,,9	Energia: 2181,80 kcal białko: 98,59 g tłuszcze:87,35g węglowodany: 292,63 g kw. tł.45,87 g cukry proste:32,58 g błonnik: 46,79g sód::1071,19 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20),serek fromage 40g,półdewica drobiowa(25g) ,sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa brokułowa z makaronem b/śm(300ml) ,ziemniaki(250g),pieczeń rzymska z łopatki wieprzowej warzywami(80g),sos pieczeniowy(100g),,buraczki (150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3	bułka grahamka 1/2 z masłem i dżemem niskosłodzonym ,mandarynka 150g,herbata b/c 250ml Alergeny:7,1,	płatki żytnie na mleku(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g),pasta mięsna drobiowa z warzywami(70g),ogonówka parzona(25g),,pomidor 40g,ogórek kiszony 40g Posilek nocny: kefir(200g),herbata b/c 250ml) Alergeny:1,7,6,,9	Energia: 2100,89 kcal białko: 100,91g tłuszcze: 75,09 g węglowodany: 257,98g kw. tł. nasycone:44,23 g cukry proste:19,56 g błonnik: 46,32g sód:1180,16 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20),serek wiejski(200g),półdewica drobiowa(25g) ,sałatka z	Manna na rosół(300ml) ,ziemniaki(250g),klops gotowany(70g),sos koperkowy(100g)buraczki(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3	bułka grahamka 1/2 z masłem i dżemem niskosłodzonym ,mandarynka 150g,herbata b/c 250ml Alergeny:7,1,	płatki żytnie na mleku(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),pasta mięsna z mięsa drobiowego z warzywami(70g),ogonówka parzona(25g),,pomidor 40g,ogórek kiszony 40g	Energia: 2058,65 kcal białko: 100,01g tłuszcze: 70,71 g węglowodany: 256,6g kw. tł. nasycone:42,33g cukry proste:21,8 g błonnik: 42,69 g sód:1168,67 mg

	pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9			Posiłek nocny: kefir(200g),herbata b/c 250ml) Alergeny:1,7,6,,9	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł.(20),serek fromage 40g),polędwica drobiowa(25g) ,sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa brokułowa z makaronem b/śm(300ml) ziemniaki(250g),pieczeń rzymska z łopatki wieprzowej warzywami(80g),sos pieczeniowy(100g),surówka wiosenna z kapusty białej,rzodkiewki ogórka świeżego i koperku z olejem woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3	bułka grahamka 1/2 z masłem i szynką,mandarynka 150g,herbata b/c 250ml Alergeny:7,1,6,9,10	płatki żytnie na mleku(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo z razowe(90g) masło(82% tł) (20g),pasta mięsna z mięsa drobiowego z warzywami(70g),ogonówka parzona(25g),ogórek świeży(40g)/pomidor 50g Posiłek nocny: kefir(200g),herbata b/c 250ml) Alergeny:1,7,6,,9	Energia: 2176,35 kcal białko: 102,17 g tłuszcze: 86,31 g węglowodany: 269,89 g kw. tł. nasycone:44,59 g cukry proste:22,42g błonnik: 51,59g sód:1122,07 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20),serek wiejski(200g),polędwica drobiowa(25g) ,sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9	Manna na rosole(300ml) ,ziemniaki(250g),klops gotowany(70g),sos koperkowy(100g)buraczki(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3	kefir 200g,herbata b/c 250ml Alergeny:7,	płatki żytnie na mleku(250ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),pasta mięsna z mięsa drobiowego z warzywami(70g),ogonówka parzona(25g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:jabłko pieczone(200g), kefir(200g),herbata b/c 250ml) Alergeny:1,7,6,,9	Energia: 2083,12 kcal białko: 102,22g tłuszcze: 70,33g węglowodany: 271,39 g kw. tł. nasycone:42,49 g cukry proste:24,65g błonnik: 44,25g sód:1167,63 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	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + posiłek nocny	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą jaglaną(250 ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z ziarnem(30g) masło 82% tł.(20g),twarożek z rzodkiewką(120g),szynka z piersi indyka(25g),pomidor(80g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa z fasolki szparagowej(300ml) ziemniaki(250g),ryba smażona 130g,sos warzywno-owcowy(150g),(Marchewka, ananas,papryka,cebula) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7.3,4	Budyń waniliowy niskosłodzony z miksowaną truskawką(200g) Alergeny:7,1	Zacierka na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z ziarnem(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),sałatka z papryki,ogórka i pomidora(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2401,34 kcal białko:123,08g tłuszcze: 89,74 g węglowodany: 291,55 g kw. tł. nasycone: 44,31g cukry proste: 14,83g błonnik: 24,04g sód:1420,55 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą jaglaną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z ziarnem(30g) masło 82% tł.(20g),twarożek półtłusty(120g),dżem niskosłodzony(25g),pomidor (80g) Alergeny:1,7,	Rosół z makaronem(300ml) ziemniaki(250g),kurczak gotowany(180g), marchewka mini gotowana(150g),sos koperkowy(100g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Budyń waniliowy niskosłodzony z miksowaną truskawką (200g) Alergeny:7,1	Zacierka na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z ziarnem(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6	Energia: 2225,54 kcal białko:113,18g tłuszcze: 77,6g węglowodany: 274,12 g kw. tł. nasycone:43,8 g cukry proste: 17,74 g błonnik: 16,88g sód:1133,34 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z ziarnem(30g) masło 82% tł.(20g),szynka z piersią indyka(50g,dżem niskosłodzony(25g),pomidor (80g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem(300ml) ziemniaki(250g),kurczak gotowany(180g), marchewka gotowana mini(150g),sos koperkowy(100g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Budyń waniliowy niskosłodzony z miksowaną truskawką(200g) ,banan150g Alergeny:7,1	Zacierka na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z ziarnem(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2164,93 kcal białko:95,76g tłuszcze: 71,03g węglowodany: 301,55 g kw. tł. nasycone:39,34 g cukry proste: 25,69 g błonnik: 18,33g sód:998,11 mg

Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z kaszą jaglaną(250 ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(40g) pieczywo z ziarnem(60g) masło 82% tł.(20g),,szynka z piersią indyka(50g),serek topiony 17g,pomidor(80g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem(300ml) ziemniaki(250g),kurczak gotowany(180g), brokuł gotowany na parze(150g),sos koperkowy(100g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Budyń waniliowy niskosłodzony z miksowaną truskawką (200g) Alergeny:7,1	Zacierka na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(40g) pieczywo z ziarnem(60g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),sałatka z papryki,ogórka i pomidora(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2149,49kcal białko: 97,67g tłuszcze: 81,31 g węglowodany: 261,22 g kw. tł. nasycone:42,75 g cukry proste: 9,46 g błonnik: 19,53g sód:999,12 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z kaszą manną(250 ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło 82% tł.(20g),twarożek (80g)miks,szynka z piersi indyka(25g)miks,pomidor(100g) zblendowany Alergeny:1,7,6,	Rosół z makaronem(300ml)miks ziemniaki(250g)miks,kurczak gotowany(180g), miks marchewka gotowana(150g)miks,sos koperkowy(100g)miks woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Budyń waniliowy niskosłodzony z miksowanym ananasem (200g) roszredzony Alergeny:7,1	Zacierka na mleku(250ml),miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g)miks,ogórek świeży(80g)zblendowany Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6	Energia: 2100,3 kcal białko: 94,31 g tłuszcze: 73,13g węglowodany: 210,5 g kw. tł. nasycone: 38,09g cukry proste: 15,03g błonnik:18,61 g sód:944,01 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	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g),masło 82% tłuszczu(20g),ser gouda (30g),polędwica drobiowa(20g),pomidor(80g),sałata(10g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa kalafiorowa z ziemniakami(300g),makaron (200g),,sos meksykański z mięsem mielonym wieprzowym(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	bułka graham(1/2) z masłem i szynką,herbata miętowa 250ml,arbuz 200g Alergeny:7,1	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),wędlina szynkowa(50g),sałatka z ogórka świeżego(80g) Posilek nocny: mus owocowy 100g,wafel ryżowy herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2141,28kcal białko:90,19g tłuszcze: 72,68g węglowodany: 283,82g kw. tł. nasycone: 40,93 g cukry proste: 29,38g błonnik: 32,37g sód:1223,11 mg
Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g),masło 82% tłuszczu(20g),ser gouda(30g),polędwica drobiowa(20g),pomidor(80g),sałata(10g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa ziemniaczana z zacierką(300g),makaron (200g),sos z mięsa mielonego gotowanego z warzywami i koncentratem pomidorowym(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	bułka graham(1/2) z masłem i szynką,herbata miętowa 250ml,arbuz 200g Alergeny:7,1	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g), szynkowa(50g),pomidor(80g) Posilek nocny: mus owocowy 100g,wafel ryżowy 1 szt herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2176,92kcal białko:89,03g tłuszcze: 67,34g węglowodany: 299,17g kw. tł. nasycone: 38,97 g cukry proste:32,00g błonnik: 29,01g sód:1101,2 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie(100g),masło 82% tłuszczu(20g),,polędwica drobiowa(50g),pomidor(80g), sałata(10g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa ziemniaczana z zacierką(300g),makaron (200g),sos z mięsa mielonego gotowanego z warzywami i koncentratem pomidorowym(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	bułka graham(1/2) z masłem i szynką,herbata miętowa 250ml,arbuz 200g Alergeny:7,1	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło(82% tł) (20g),wędlina szynkowa(50g),pomidor (80g) Posilek nocny: mus owocowy 100g,wafel ryżowy 1 szt herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2115,36 kcal białko:84,96g tłuszcze: 61,86g węglowodany: 300,25 g kw. tł. nasycone:35,04g cukry proste:32,36g błonnik: 29,01 g sód: 898,44 mg

Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g),masło 82% tłuszczu(20g),,połędwica drobiowa(50g),pomidor(80g) sałata(20g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa ziemniaczana z zacierką(300g),makaron (200g),sos z mięsa mielonego gotowanego z warzywami i koncentratem pomidorowym(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	bułka graham(1/2) z masłem i szynką,herbata miętowa 250ml,pomarańc za 200g Alergeny:7,1	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),wędlina szynkowa(50g),sałatka z ogórka świeżego(80g) Posiłek nocny: mus owocowy 100g,wafel gryczany herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2115,36 kcal białko:84,96g tłuszcze: 61,86g węglowodany: 300,25 g kw. tł. nasycone:35,04g cukry proste:32,36g błonnik: 29,01 g sód:1012,01 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Płatki owsiane na mleku-miks(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie moczone w kawie(70g) ,masło 82% tłuszczu(20g),ser gouda-miks(30g),połędwica drobiowa mielona(20g),pomidor zblendowany(80g), Alergeny:1,7,6,9	Zupa ziemniaczana z zacierką-miks(300g),makaron-miks (200g),sos z mięsa mielonego gotowanego z warzywami i koncentratem pomidorowym - miks(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Mus malina,jabłko,ba nan(100g)Jogurt naturalny(150g),) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą manna-miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie moczone w kawie(70g) masło(82% tł) (20g), szynkowa zmielona(50g), ogórek świeży zblendowany(80g) Posiłek nocny: budyń pitny z miksowaną truskawką(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2043,92kcal białko:86,13g tłuszcze: 65,44g węglowodany: 286,16g kw. tł. nasycone: 37,87 g cukry proste:31,50g błonnik: 27,31g sód:879,99 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 łubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posiłek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g) sałata(10g) rzodkiewka(50g)ogórek św(50g) serek fromage 40g,półdwica dr(20g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa wiśniowa z makaronem b/j(300g),ziemniaki(250g),jajko gotowane(2szt)sos musztardowy(150g)marchewka gotowana z groszkiem(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,10	Serek homogenizowany naturalny(150g), wafelek ryżowy 1 szt Alergeny:7	Kasza jaglana na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g) ryba gotowana(100g) sos grecki(60g),wędlna wieprzowa zielonogórska(25g),pomidor 80g Posiłek nocny:jogurt z owsianką truskawkowy(180g) herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,6,4,9	Energia: 2384,41 kcal białko:102,89 g tłuszcze: 92,38g węglowodany: 295,93 g kw. tł. Nasycone: 51,9g cukry proste: 45,49 g błonnik: 20,59g sód:768,26 mg
Łatwostrawna	zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g) sałata(10g) jogórek św(100g) serek fromage 40g,półdwica dr(20g) Alergeny:1,7,6,9	Marchwianka zabeliana śmietaną 18%(300ml)pierogi z twarogiem gotowane(300g),arbuz 200g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Serek homogenizowany naturalny(150g), wafelek ryżowy 1 szt Alergeny:7	Kasza jaglana na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g) ryba gotowana(100g) sos grecki(60g),wędlna wieprzowa zielonogórska(25g),pomidor 80g Posiłek nocny:jogurt z owsianką truskawkowy(180g) herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,6,4,9	Energia:2472,26 kcal białko: 99,61 g tłuszcze: 85,7g węglowodany:318,13 g kw. tł. Nasycone: 47,32 g cukry proste 39,18g błonnik: 16,89 g sód:422,41 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł.(20g) sałata(10g) ogórek św(100g) półdwica dr(50g) Alergeny:1,7,6,9	Marchwianka bez śmietany(300ml)pierogi z twarogiem gotowane(300g),arbuz 200g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Serek homogenizowany naturalny(150g), wafelek ryżowy 1 szt Alergeny:7	Kasza manna na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g) ryba gotowana(100g) sos grecki(60g),wędlna wieprzowa zielonogórska(25g),pomidor 80g Posiłek nocny:jogurt z owsianką truskawkowy(180g) herbata(b/c) 250ml	Energia: 2307,53 kcal białko: 98,73 g tłuszcze: 72,3 g węglowodany: 320,47 g kw. tł. Nasycone: 42,6 g cukry proste 39,56g błonnik:14,58 g sód:360,18 mg

				Alergeny:1,7,6,4,9	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł,(20g) sałata(10g) ogórek św(100g) polędwica dr(20g),serek fromage 40g Alergeny:1,7,6,9	Marchwianka b/m(300ml)pierogi z twarogiem gotowane(300g),pomarańcza(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Serek homogenizowany naturalny(150g), wafelek ryżowy 1 szt Alergeny:7	Kasza jaglana na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło(82% tł) (20g) ryba gotowana(100g) sos grecki(60g),wędlina wieprzowa zielonogórska(25g),pomidor 80g Posiłek nocny:jogurt naturalny 150g herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,6,4,9	Energia: 2326,27 kcal białko: 97,87 g tłuszcze: 87,89 g węglowodany: 285,3 g kw. tł. Nasycone: 47,27 g cukry proste 29,17 g błonnik:21,81 g sód:361,95 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g) ogórek św(100) polędwica dr(50g) Alergeny:1,7,6,9	Marchwianka bez śmietany(300ml)ryż zapiekany z musem jabłkowym i cynamonem(300g),arbuz 200g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Serek homogenizowany naturalny(150g), wafelek ryżowy 1 szt Alergeny:7	Kasza manna na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g) ryba gotowana(100g) sos grecki(60g),wędlina wieprzowa zielonogórska(25g),pomidor 80g Posiłek nocny:jogurt z owsianką truskawkowy(180g) herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,6,4,9	Energia: 2416,69 kcal białko: 96,29 g tłuszcze: 76,08g węglowodany: 339,56 g kw. tł. Nasycone: 45,34g cukry proste 55,33g błonnik:26,29g sód:355,78 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 łubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

18.07.2026					
dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),serek wiejski (200g)szynka z piersi indyka 20g,sałatka z pomidora z koperkiem (100g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa szpinakowa z ziemniakami(300g),makaron b/j 200g,klops gotowany80g,sos pomidorowy(150g)sałata z jogurtem 100g woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,3,7	jogurt naturalny(150g) ,banan 150gAlergeny:7	Kasza jęczmienna na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny:,herbata b/c(250ml), mus owocowy 100g),wafel ryżowy 1szt Alergeny: 1,7.6,9,10	Energia: 2196,63kcal białko: 102,10g tłuszcze: 68,59g węglowodany 284,95 g kw. tł. nasycone: 39,35 g cukry proste:17,27 g błonnik: 49,72g sód 1172,72mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),serek wiejski (200g)szynka z piersi indyka 20g,sałatka z pomidora z koperkiem (100g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa marchwianka zabieleną śmietaną 18%(300g),makaron b/j (200g),sos pomidorowy 150g,klops gotowany 80g,sałata z jogurtem 100g woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7	jogurt naturalny(150g) ,banan 150gAlergeny:7	Kasza jęczmienna na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),ogórek kiszony(80g) Posilek nocny:mus owocowy 100g),herbata b/c(250ml),wafel ryżowy 1szt Alergeny: 1,7.6,9,10	Energia: 2086,2kcal białko: 91,21g tłuszcze: 65,45g węglowodany 282,08 g kw. tł. nasycone: 38,57 g cukry proste:26,65 g błonnik: 42,5g sód: 1319,6 mg

Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło 82% tł.(20g),szynka z piersi indyka 60g,sałatka z pomidora z koperkiem (100g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa marchwianka bez śmietany(300g),makaron b/j (200g),sos pomidorowy 150g,klops gotowany 80g ,sałata z jogurtem 100g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7	jogurt naturalny(150g) ,banan 150gAlergeny:7	Kasza jęczmienna na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g)Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g),herbata b/c(250ml)mus owocowy 100g Alergeny: 1,7.6,9,10	Energia: 1976,33kcal białko: 88,87g tłuszcze: 62,81g węglowodany 259,65 g kw. tł. nasycone: 37,54 g cukry proste:26,63 g błonnik: 39,54g sód: 1240,49 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło 82% tł.(20g),szynka z piersi indyka(20g serek wiejski(200g),sałatka z pomidora z koperkiem (100g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa marchwianka zabieleną śmietaną 18%(300g),makaron b/j (200g),sos pomidorowy 150g,klops gotowany 80g ,sałata z jogurtem 100gwoda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7	Jogurt naturalny 150g,jabłko (150g) Alergeny:7	Kasza jęczmienna na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:mus owocowy 100g,herbata b/c(250ml),wafel ryżowy 1szt Alergeny: 1,7.6,9,10	Energia: 1983,33kcal białko: 86,27g tłuszcze: 66,45,81g węglowodany 257,65 g kw. tł. nasycone: 37,79 g cukry proste:24,73 g błonnik: 46,83g sód: 886,3mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z ryżem(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g),moczone w kawie słonecznikiem(30g) masło 82% tł.(20g),szynka z piersi indyka(50g)zmiksowana,,pomidor zblendowany (100g) Alergeny:1,7,	Zupa marchwianka-miks(300g),ziemniaki gotowane 250g (200g),klops gotowany 80g,sos pomidorowy 150g,marchewka gotowana 150gwoda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Jogurt naturalny 150g,jabłko pieczone(150g) Alergeny:7	Kasza jęczmienna na mleku(250g)miks,kawa zbożowa z mlekiem(250ml)Pieczywo pszenno-żytnie(100g),moczone w kawie masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa(50g) zmiksowana,,ogórek świeży zblendowany(80g) Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9,10	Energia: 1858,84 kcal białko: 80,94g tłuszcze: 61,45g węglowodany: 256,39g kw. tł. nasycone:36,98g cukry proste:25,00 g błonnik: 41,14g sól: 820,47mg

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
Podstawowa	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 drobiowa(30g) sałata (10g) pomidor (80g) Alergeny:1,7,6,9,3	ryż na rosole(300ml) ziemniaki(250g) schab pieczony ze śliwką(130g),mizeria(ogórek świeży,śmietana 18%,maślanka ,jogurt naturalny)(150g) woda mineralna, (250ml) Alergeny:1,6,9,7	Galaretka z tartym jabłkiem(150g), kefir 200g Alergeny:7	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) ,masło(82% tł) (20g) wędlna sopocka parzona(50g),serek deliser 17,5 g sałatka z sałaty lodowej,ogórka kiszzonego i pomidora(100g) Posilek nocny: jogurt naturalny,(150g),wafel ryżowy 1 szt,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2108,85 kcal białko: 101,44 g tłuszcze: 83,43 g węglowodany: 234,55 g kw. tł. nasycone: 43,09g cukry proste: 32,89 g błonnik: 25,06g sód: 739,04 mg
Łatwostrawna	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 drobiowa(30g) sałata (10g) pomidor (80g) Alergeny:1,7,6,9	Ryż na rosole(300ml) ziemniaki(250g) schab gotowany(120g),,sos koperkowy(100ml)buraczki(150g) woda mineralna, (250ml) Alergeny:1,6,9,	Galaretka z tartym jabłkiem(150g), kefir 200g Alergeny:7	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) ,masło(82% tł) (20g) wędlna sopocka parzona(50g),serek deliser 17,5g,ogórek kiszony 40g,pomidor 40g Posilek nocny: jogurt naturalny,(150g),,wafel ryżowy 1 szt herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 1891,74 kcal białko: 98,16g tłuszcze: 66,85g węglowodany: 213,96 g kw. tł. nasycone: 40,83 g cukry proste: 31,94 g błonnik: 27,18g sód:1047,58mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml)	Ryż na rosole(300ml) ziemniaki(250g) schab gotowany(120g),,sos koperkowy(100ml)buraczki(	Galaretka z tartym jabłkiem(150g), kefir 200g	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g)	Energia 1870,99 kcal białko: 111,9g tłuszcze: 59,48 g węglowodany: 216,37 g

	pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) ,szynka drobiowa(50g) sałata (10g) pomidor (80g) Alergeny:1,7,6,9	150g) woda mineralna, (250ml) Alergeny:1,6,9,	Alergeny:7	,masło(82% tł) (20g) wędlina sopocka parzona(50g) ogórek kiszony 40g,pomidor 40g Posiłek nocny: jogurt naturalny,(150g), wafel ryżowy 1szt,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6	kw. tł. nasycone: 36,20 g cukry proste: 31,5 g błonnik: 24,54g sól: 1018,23mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł,(20g) jajko gotowane(60g),szynka drobiowa(30g) sałata (10g) pomidor (80g) Alergeny:1,7,6,9	Ryż na rosole(300ml) ziemniaki(250g) schab gotowany(120g),,sos koperkowy(100ml,kalafior gotowany na parze200g woda mineralna, (250ml) Alergeny:1,6,9,	Galaretka z tartym jabłkiem(150g), kefir 200g Alergeny:7	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) ,masło(82% tł) (20g) wędlina sopocka parzona(50g),serek deliser 17,5g sałatka z sałaty lodowej,ogórka kiszzonego i pomidora(100g) Posiłek nocny: jogurt naturalny,(150g), wafel ryżowy 1sztherbata b/c,250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 1908,63 kcal białko: 106,81g tłuszcze: 76,85g węglowodany: 189,14 g kw. tł. nasycone: 41,59g cukry proste: 34,54 g błonnik: 28,73g sód: 970,74mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z makaronem(250ml)zmiksowan a kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno- żytnie(100g),moczone w kawie z mlekiem masło 82% tł,(20g) szynka z piersi indyka(50g),zmielone pomidor zblendowany (80g) Alergeny:1,7,6,9	Ryż na rosole(300ml)zmiksowana ziemniaki(250g)zmiksowane schab gotowany mielony(120g),buraczki zmielone(150g) woda mineralna, (250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	jabłko zblendowane(15 0g)	Płatki owsiane na mleku(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno- żytnie(100g)moczone w kawie z mlekiem ,masło(82% tł) (20g) wędlina sopocka parzona zmielona(50g) pomidor(100g)zblendowany Posiłek nocny: jogurt naturalny,(150g) ,herbata b/c Alergeny:1,7,6	Energia: 1973,4 kcal białko: 89,88 g tłuszcze: 69,3g węglowodany: 176,68g kw. tł. nasycone:29,54 g cukry proste: 12,95 g błonnik: 22,34 g sód:981,23 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 łubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne