

09.08.2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z makaronem(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),wędlina kociowska(50),ogonówka parzona30g,sałatka z sałaty lodowej,ogórka i ,pomidora (80g) Alergeny:1,7,6,10	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250 g),kotlet schabowy smażony(130)fasolka szparagowa z maselkiem i bułką tartą,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,	Biskopki3szt, nektarynka (150g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7,1,3	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,szynka gotowana(50g),serek deliser 1szt,(17g)sałata(10g),sałatka z pomidora z koperkiem (80g) Posilek nocny:serek wiejski(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia: 2272,19 kcal białko:99,14g Tłuszcze: 96,36g węglowodany: 263,38g kw. tł. nasycone:48,61g cukry proste:23,24g błonnik: 25,43g sód:1021,4 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),ogonówka parzona(50g),,ogórek sw 40g,pomidor 40g Alergeny:1,7,6,10	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250 g),schab gotowany(130g),sos jarzynowy(100g),sałata z jogurtem(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,	Biskopki2szt, nektarynka (150g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7,1,3	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,szynka gotowana(50g),serek deliser 17g,sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Posilek nocny:serek wiejski(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,10	Energia:2058,59 kcal białko98,02 g tłuszcze:79,61g węglowodany: 242,01g kw. tł. nasycone: 41,97g cukry proste: 21,07 g błonnik: 20,81g sód:1003,01 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło 82% tł,(20g),ogonówka parzona(50), ,pomidor (80g),	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250 g),schab gotowany(130g),sos jarzynowy(100g),sałata z jogurtem(100g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,	Jogurt naturalny(150g, nektarynka(150 g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7,	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) ,szynka gotowana(50g)sałatka z pomidora z	Energia:2119,74kcal białko:102,58g tłuszcze:83,41g węglowodany: 244,15g kw. tł. nasycone: 44,86g cukry proste:18,25 g błonnik: 20,65g

	Alergeny:1,7,6,			koperkiem(80g) Posiłek nocny:serek wiejski(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,910	sód:1001,34 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło 82% tł,(20g),ogonówka parzona(50g),sałatka z sałaty lodowej,ogórka i ,pomidora (80g) Alergeny:1,7,6,	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),schab gotowany(130g),sos jarzynowy(100g),sałata z jogurtem(100g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,	Jogurt naturalny(150g, nektarynka(150g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7,	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło(82% tł) ,szynka gotowana(50g),serek deliser 17g,sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Posiłek nocny:serek wiejski(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,910	Energia:2087,37kcal białko:100,66g tłuszcze:86,15g węglowodany: 229,03g kw. tł. nasycone:45,05g cukry proste:18,04 g błonnik:24,73 g sód:998,92 mg
Dieta papkowata -potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno _żytnie 100g masło 82% tł,(20g),ogonówka parzona(50g), ,pomidor (100g) Alergeny:1,7,6,	Ryż na rosole(300ml),ziemniaki(250g),schab gotowany(130g),sos jarzynowy(100g),marchewka gotowana (150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,	Jogurt naturalny(150g, pomarańcza(150g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7,	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie 100g masło(82% tł) ,szynka gotowana(50g),serek deliser 17g,sałatka z pomidora z koperkiem(80g) Posiłek nocny:serek wiejski(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,910	Energia1956,33 kcal białko:97,66g tłuszcze:84,15g węglowodany: 20503g kw. tł. nasycone:43,05g cukry proste:16,04 g błonnik:23,73 g sód:986,03 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

10.08..2026

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) szynka śniadaniowa (25g),szynka z piersi indyka (25g) sałatka z sałaty lodowej i ogórka(100g) Alergeny:1,7,6,9	barszcz ukraiński(300g)ziemniaki(250g)kurczak gotowany(180g, sos pieczarkowy(100g)sałatka wiosenna(kapusta biała,ogórek świeży,rzodkiewka z olejem)(150g)kompot niskosłodzony ,wieloowocowy (250ml) Alergeny:1,6,9,	bułka graham 1/2 z masłem 82%,i polędwicą drobiową,jabłko 150g,maślanka 250ml Alergeny:.,7,1,6,9	płatki żytnie na mleku(250ml)herbata(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło(82% tł) ,serek topiony 34g,polędwica sopocka parzona(30g) ,pomidor(80g) Posilek nocny:kefir(200g) herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,6,9,	Energia: 2334,84 kcal białko: 103,23g tłuszcze: 91,06 g węglowodany: 274,71g kw. tł. nasycone: 40,85g cukry proste: 20,0 g błonnik: 25,75 g sód:1112,04 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) szynka śniadaniowa(25g),szynka z piersi indyka(25g),ogórek świeżego(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem b/j(300g)ziemniaki(250g)kurczak gotowany(180g, sos koperkowy(100g),buraczki(150g)kompot niskosłodzony ,wieloowocowy (250ml) Alergeny:1,6,9,	bułka graham 1/2 z masłem 82%,i polędwicą drobiową,jabłko 150g,maślanka 250ml Alergeny:.,7,1,6,9	płatki żytnie na mleku(250ml)herbata(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło(82% tł) ,serek topiony 34g,polędwica sopocka parzona(30g) ,pomidor(80g) Posilek nocny:kefir(200g) herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,6,9,	Energia: 2179,07kcal białko: 101,0g tłuszcze: 74,71 g węglowodany 274,41g kw. tł. nasycone: 39,29 g cukry proste:21,64g błonnik 23,87g sód:989,05 mg

Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g) szynka śniadaniowa(25g),szynka z piersi indyka(25g),ogórek świeży(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem b/j(300g)ziemniaki(250g)kur czak gotowany(180g, sos koperkowy(100g),buraczki(1 50g)kompot niskosłodzony ,wieloowocowy (250ml) Alergeny:1,6,9,	bułka graham 1/2 z masłem 82%,i polędwicą drobiową,jabłko 150g,maślanka 250ml Alergeny:.,7,1,6, 9	płatki żytnie na mleku(250ml)herbata(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło(82% tł) „polędwica sopocka parzona(50g) ,pomidor(80g) Posiłek nocny:kefir(200g) herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,6,9,	Energia: 2179,07kcal białko: 101,0g tłuszcze: 74,71 g węglowodany 274,41g kw. tł. nasycone: 39,29 g cukry proste:21,64g błonnik 23,87g sód:976,03 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł.(20g) szynka śniadaniowa(25g),szynka z piersi indyka(25g),sałatka z sałaty lodowej i ogórka świeżego(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem b/j(300g)ziemniaki(250g)kur czak gotowany(180g, sos koperkowy(100g)sałatka wiosenna(kapust biała,ogórek świeży,rzodkiewka z olejem)(150g)kompot niskosłodzony ,wieloowocowy (250ml) Alergeny:1,6,9,	bułka graham 1/2 z masłem 82%,i polędwicą drobiową,jabłko 150g,maślanka 250ml Alergeny:.,7,1,6, 9	płatki żytnie na mleku(250ml)herbata(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe (30g) masło(82% tł) ,serek topiony 34g,polędwica sopocka parzona(30g) ,pomidor(80g) Posiłek nocny:kefir(200g) herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,6,9,	Energia: 2203,16kcal białko: 99,16g tłuszcze: 83,82 g węglowodany 261,72g kw. tł. nasycone: 39,56 g cukry proste:19,97g błonnik 28,07g sód:1118,01 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z ryżem(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno- żytnie(70g),moczone w kawie masło 82% tł.(20g) szynka z piersi indyka25g,szynka śniadaniowa25gzmiksowan,ogó rek świeży 100g zblendowany Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem b/j(300ml) miks,ziemniaki250g miks,kurczak gotowanymiks sos koperkowy miks marchewka gotowana miks,kompot niskosłodzony ,wieloowocowy (250ml)miks Alergeny:1,6,9	Sok multiwitamina (300ml,jogurt naturalny(150g) Alergeny:.,7,	płatki żytnie na mleku(250ml) miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) moczone w kawie masło(82% tł) ,polędwica sopocka parzona(30g) miks, serek fromage (40g),mikspomidor(80g)zblendowan y Posiłek nocny:kefir(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,	Energia: 2124,83 kcal białko:98,06g tłuszcze:70,85 g węglowodany280,13 g kw. tł. nasycone: 39,04 g cukry proste: 46,06 g błonnik: 19,22g sód:1002,01 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 łubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł.(20g)serek fromage(40g),ogonówka parzona(20g),sałata(10g),papryka(40g),,ogórek świeży(40g) Alergeny:1,7,6	zupa fasolowa(300 ml,)kasza gryczana(200g)gulasz mięsno-jarzynowy,(włoszczyzna +łopatka wieprzowa)(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (200g)	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),,połędwica drobiowa(30g),wędlina kociewska 50g,ogórek kiszony(60g) Posilek nocny:mus jabłko,arbuz,aronia(100g),kefir 200g Alergeny:1,7,6,9,	Energia: 2404,09kcal białko:97,75g tłuszcze:88,54g węglowodany:294,96 g kw. tł. nasycone:41,76g cukry proste: 31,94 g błonnik: 33,58g sód:1123,40 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł.(20g)serek fromage(40g),ogonówka parzona(20g)sałata (10g),pomidor(80g) Alergeny:1,7,6	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml)kasza jęczmienna(200g),gulasz mięsno-jarzynowy,(włoszczyzna +łopatka wieprzowa)(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (200g)	Zupa mleczna z kaszą manną250mlkawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),połędwica drobiowa(50g),ogórek kiszony(60g) Posilek nocny:mus jabłko,arbuz,aronia(100g),kefir 200g Alergeny:1,7,6,9,	Energia:2256,3kcal białko:82,,09g tłuszcze:80,25g węglowodany: 297,45g kw. tł. nasycone:38,98 g cukry proste:28,81g błonnik: 21,51g sód :1024,7 mg
Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł.(20g),ogonówka parzona(50g),sałata(10g),pomidor(80g) Alergeny:1,7,6	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml)kasza jęczmienna(200g),gulasz mięsno-jarzynowy gotowany,(włoszczyzna +łopatka wieprzowa)(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (200g)	Zupa mleczna z kaszą manną250mlkawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),połędwica drobiowa(50g),ogórek kiszony(60g) Posilek nocny:mus jabłko,arbuz,aronia(100g),,kefir 200g Alergeny:1,7,6,9,	Energia:2169kcal białko:82,36 g tłuszcze:71,25g węglowodany: 296,28 g kw. tł. nasycone:35,75g cukry proste: 28,67 g błonnik: 21,51g sód:1002,3 mg

Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo żytnio-pszenne(40g) pieczywo razowe 6 ziaren (60g) masło 82% tł.(20g),,serek fromage(40g),ogonówka parzona(20g),sałata(10g),,ogórek świeży(40g),pomidor 40g Alergeny:1,7,6,	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml)kasza gryczana(200g)gulasz mięsno-jarzynowy,(włoszczyzna +łopatka wieprzowa)(300g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony (200g)	Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi250mlkawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(40g) pieczywo graham ze słonecznikiem(60g) masło(82% tł) (20g),,połędwica drobiowa(50g),ogórek kiszony(60g) Posiłek nocny:mus jabłko,arbuz,aronia(100g),kefir 200g Alergeny:1,7,6,9,	Energia:2259,81kcal białko:87,03g tłuszcze:81,65g węglowodany: 289,62 g kw. tł. nasycone:39,24g cukry proste: 28,61 g błonnik: 23,52g sód:1011,34 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z ryżem(250ml),miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło 82% tł.(20g) ,ogonówka parzona(50g),miks,,ogórek świeży(80g)zblendowany Alergeny:1,7,6	Zupa ziemniaczana z zacierką miks(300ml)ziemniaki(250) miks,gulasz mięsno-jarzynowy,(włoszczyzna +łopatka wieprzowa)(200g) miks woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Kisiel z jabłkiem niskosłodzony,r ozrzedzony zmiksowany (200g)	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło(82% tł) (20g), poldwica drobiowa(50g),miksogórek kiszony(60g)zblendowany Posiłek nocny:mus jabłko,arbuz,aronia(100g),kefir200g Alergeny:1,7,6,9,	Energia: 2105,64 kcal białko:73,11g tłuszcze:63,05g węglowodany: 285,4g kw. tł. nasycone:31,54g cukry proste:22,27g błonnik:26,42g sód:986,67 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 łubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

12.08..2026					
dieta	Śniadanie	obiad	podwieczorek	Kolacja +posilek nocny	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z makaronem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g)serek topiony 17g,schab Boryny 50gsałata 10grzodkiewka 40g,ogórek św 40g Alergeny:1,7,6,9,10,	zupa jarzynowa (300ml),ziemniaki(250g),kotlety drobiowe pieczone siekane z piersi kurczaka z cukinią i papryką(150g),buraczki 150g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Salatka z kalafiora ,jajka i pomidora z koperkiem i jogurtem (150g),herbata b/c 250ml,wafel ryżowy 1 szt Alergeny:3,7	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) Posilek nocny:jogurt naturalny 100g, herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6,	Energia: 2125,27 kcal białko:111,39 g tłuszcze:84,19g węglowodany: 247,19 g kw. tł. nasycone:43,69 g cukry proste: 12,31 g błonnik: 48,78 g sód:790,36 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z makaronem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g)serek topiony 17g,schab Boryny 50gsałata 10gpomidor 40g,ogórek kisz 40g Alergeny:1,7,6,9,10,	Rosół z makaronem b/j(300ml),ziemniaki(250g), pierś z kurczaka gotowana(130g),buraczki(150g),(sos koperkowy(100g),)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Salatka z kalafiora ,jajka i pomidora z koperkiem i jogurtem (150g),herbata b/c 250ml ,wafel ryżowy 1 sztAlergeny:3,7	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 wiejski(200g)wędlina wieprzowa zielonogórska(25g),sałatka z pomidora(80g) Posilek nocny:jogurt naturalny 100g herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6,	Energia:2136,36kcal białko:119,8 g tłuszcze:75,72 g węglowodany: 252,88 g kw. tł. nasycone:42,02 g cukry proste:6,91 g błonnik: 44,74 g sód:1174,99
Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g)twarożek	Rosół z makaronem b/j(300ml),ziemniaki(250g), pierś z kurczaka gotowana(130g),buraczki(150g),(sos koperkowy(100g),woda	Salatka z kalafiora , białka jaja i pomidora z koperkiem i jogurtem (150g),herbata	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlina wieprzowa	Energia 2153,48:kcal białko:129,04 g tłuszcze:65,34 g węglowodany: 257,66 g kw. tł. nasycone:42,14 g cukry proste:6,65 g

	chudy 80g,schab Boryny 50gsałata 10gpomidor 40g,ogórek kisz 40g Alergeny:1,7,6,9,10,	mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	b/c 250ml,wafel ryżowy 1 szt Alergeny:3,7	zielonogórska(25g),sałatka z pomidora(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny 100g),herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6,	błonnik: 42,43 g sód:1204,58 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z makaronem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren (90g) masło 82% tł,(20g)serek topiony 17g,schab Boryny 50g sałata 10gpomidor 40g,ogórek kisz 40g 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,gryczany 1szt Alergeny:3,7	kasza jęczmienna 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,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6,	Energia:2119,14 kcal białko:118,73 g tłuszcze:78,75 g węglowodany: 243,44 g kw. tł. nasycone:45,21g cukry proste:16,59 g błonnik: 50,32 g sód:1120,36 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z makaronem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł,(20g)serek topiony 17g,schab Boryny50gpomidor 100g, Alergeny:1,7,6,9,10,	Rosół z makaronem b/j(300ml)miks,ziemniaki(250g),pierś z kurczaka gotowana(130g)miks,buraczki(150g) mikswoda mineralna(250ml) ,kefir(200g) Alergeny:1,6,9,7	jogurt z owsianką truskawkowy 180g Alergeny:;,7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g)moczone w kawie masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)mikswędlna wieprzowa zielonogórska(25g),miks, pomidor(80g)zblendowany Posiłek nocny:jogurt naturalny Alergeny:1,7,6,	Energia: 2169,11 kcal białko:117,82g tłuszcze:71,13 g węglowodany: 272,04 g kw. tł. nasycone:45,27 g cukry proste:20,28g błonnik:25,61 g sód:811,32 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

13.08..2026

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),szynka z piersi indyka(20g),pomidor(80g),sałata(10g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami zabieleną śmietaną 18%(300ml) makaron z patelni (300g) (łopatka mielona papryka,kukurydza konserwowa,koncentrat pomidorowy,) kompot niskosłodzony(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Galaretka z truskawką(100g)),wafelek ryżowy(1 szt),herbata b/c 250ml	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g), szynkowa(20g),pasta z tuńczyka z jajkiem i jogurtem greckim 80g,sałatka z ogórka kiszzonego(80g) Posilek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10,4,3	Energia: 2419,57 kcal białko: 107,00 g tłuszcze: 91,03 g węglowodany: 303,66g kw. tł. nasycone: 48,58g cukry proste:29,39 g błonnik: 25,91 g sód:1628,84 mg
Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g),masło 82% tłuszczu(20g),serek deliser (17g)),szynka z piersi indyka(50g),pomidor(80g),sałata(10g) Alergeny:1,7,6,9	manna na rosole 300ml,ziemniaki 250g,schab gotowany 130g,sos pomidorowo-jarzynowy100g,kalafior gotowany na parze150g,kompot niskosłodzony(250ml) Alergeny:1,6,9,	Galaretka z truskawką(100g)),wafelek ryżowy(1 szt),herbata b/c 250ml	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g), szynkowa(20g),pasta z tuńczyka z jajkiem i jogurtem greckim 80g,sałatka z ogórka kiszzonego(80g) Posilek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,6,10,3,4	Energia: 2081,86 kcal białko:106,66 g tłuszcze: 79,15 g węglowodany: 237,5 g kw. tł. nasycone: 47,67 g cukry proste:17,67 g błonnik: 18,63 g sód:1515,13 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie(100g),masło 82% tłuszczu(20g),szynka z piersi	manna na rosole 300ml,ziemniaki 250g,schab gotowany 130g,sos koperkowy 100g,marchewka gotowana 150g,kompot niskosłodzony(250ml)	Galaretka z truskawką(100g)),wafelek ryżowy(1 szt),herbata b/c 250ml	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),wędlina szynkowa(50g),ogórek kiszony(80g) Posilek nocny:	Energia: 1959,3 kcal białko:108,44 g tłuszcze: 64,17 g węglowodany: 241,76 g kw. tł. nasycone:40,52 g cukry proste:13,00 g

	indyka(50g),pomidor(80g), sałata(10g) Alergeny:1,7,6,9	Alergeny:1,6,9,		serek wiejski(150g) herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,6,10	błonnik: 38,27 g sód:1276,69 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g),masło 82% tłuszczu(20g),,szynka z piersi indyka(50g),serek deliser 17g,pomidor(80g) sałata(10g) Alergeny:1,7,6,9	manna na rosole 300ml,ziemniaki 250g,schab gotowany 130g,sos pomidorowo- jarzynowy100g,kalafior gotowany na parze 150g,kompot niskosłodzony(250ml) Alergeny:1,6,9,	Galaretka z truskawką(100g)),wafelek ryżowy(1 szt),he rbata b/c 250ml	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) (20g),wędlina szynkowa(20g),,pasta z tuńczyka i jajka z jogurtem greckim 80gsałatka z ogórka kiszzonego(80g) Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml), Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2122,22 kcal białko:113,77 g tłuszcze: 82,64 g węglowodany: 236,26 g kw. tł. nasycone:48,22 g cukry proste:26,14 g błonnik: 24,86 g sód:1628,26 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Płatki owsiane na mleku- miks(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie moczone w kawie(100g) ,masło 82% tłuszczu(20g),,szynka z piersi indyka mielona(60g),pomidor zblendowany(80g), Alergeny:1,7,6,9	manna na rosole- miks(300g),ziemniaki 250g- miks (200g),schab gotowany 130g -miks(300g) kalafior 150g,zblendowanewany,sos pomidorowo -jarzynowy 100g mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	truskawka miksowana(100 g)Jogurt naturalny(150g),) Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem-miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie moczone w kawie(100g) masło(82% tł) (20g), szynkowa zmielona(50g), ogórek kiszony zblendowany(80g) Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	Energia: 2018,37 kcal białko:106,34 g tłuszcze: 70,49 g węglowodany: 247,46 g kw. tł. nasycone: 43,78 g cukry proste:25,33 g błonnik: 18,03 g sód:1341 90 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

14.08.2026					
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),połędwica drobiowa(25g),pomidor(80g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa szpinakowa z makaronem zabieleną śmietaną 18%(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 wiśnią(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,	Zupa pomidorowa z makaronem b/śm(300ml),ziemniaki (250g), ryba pieczona (130g),sos grecki(,150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4	Budyń waniliowy niskosłodzony z wiśnią (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),twarożek chudy 120g,dżem niskosłodzony(25g),pomidor (80g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa pomidorowa z makaronem b/śm(300ml),ziemniaki (250g), ryba gotowana (130g),sos grecki(,150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,4	Budyń waniliowy niskosłodzony z (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),,połędwica drobiowa(25g),twarożek chudy 120g,pomidor(80g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa pomidorowa z makaronem b/śm(300ml),ziemniaki (250g), ryba pieczona (130g),s0s grecki(,150g), woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4	Budyń waniliowy niskosłodzony z wiśnią (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,	Zupa pomidorowa z makaronemmiks(300ml),ziemniaki-miks (250g), ryba gotowana-miks (130g),sos grecki-miks(,150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,4	Budyń waniliowy niskosłodzony z miksowanym ananasem (200g) rosrzedzony 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

15.08.2026

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	mus owocowy 100g(),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) wędlina sopocka parzona(50g),serek deliser 17,5 g sałatka z sałaty lodowej,ogórka kiszzonego i pomidora(100g) Posilek nocny: serek wiejski 200g,,wafel ryżowy 1szt,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,	mus owocowy 100g),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) wędlina sopocka parzona(50g),serek deliser 17,5g,ogórek kiszony 40g,pomidor 40g Posilek nocny: serek wiejski 200g,,wafel ryżowy 1szt 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) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g) ,szynka drobiowa(50g) 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,	mus owocowy 100g,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) ogórek kiszony 40g,pomidor 40g Posiłek nocny:serek wiejski 200g wafel ryżowy 1szt,herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6	Energia 1870,99 kcal białko: 111,9g tłuszcze: 59,48 g węglowodany: 216,37 g 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,	mus owocowy 100g,kefir 200g Alergeny:7	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) ,masło(82% tł) (20g) wędlna sopocka parzona(50g),serek deliser 17,5g sałatka z sałaty lodowej,ogórka kiszonego i pomidora(100g) Posiłek nocny:serek wiejski 200g, 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)zmiksowana 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(150g),kefir 200g Alergeny :7	Płatki owsiane na mleku(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(100g)moczone w kawie z mlekiem ,masło(82% tł) (20g) wędlna 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 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

16.08.2026					
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 topiony (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 topiony (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 naturalny100g,h erbata 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 topiony(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 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) Posiłek nocny: kefir 200g sok z pomarańczy z jabłkiem (300 ml) Alergeny:1,7,6,	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 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 + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Makaron b/j na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) ,krakowska drobiowa parzona(50g),dżem niskosłodzony25g,sałatka z sałaty lodowej,ogórka i papryki(100g) Alergeny:1,7,6,9,10	krupnik 300ml,pyzy z mięsem gotowane z okrasą z cebuli300g,surówka z kapusty białej 150g,kompot niskosłodzony250ml Alergeny:1,6,9,3	bułka grahamka z masłem i szynką 1/2 szt,jabłko 150g,herbata b/c 250ml Alergeny:.,7,1,9,10,6	kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g),pomidor(80g),wędlina,szynko wa (50g),serek deliser 17g Posilek nocny:jogurt naturalny(150g), herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10	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
Łatwostrawna	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 50g,dżem niskosłodzony 25g, ogórek świeży (100g) Alergeny:1,7,6,10	krupnik 300ml,pyzy z mięsem gotowane300g,bukiet warzyw gotowany na parze 150g,kompot niskosłodzony250ml Alergeny:1,6,9,3	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),pomidor(80g) ,wędlina szynkowa (50g),serek deliser 17g Posilek nocny:jogurt naturalny(` 150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10,	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

Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Makaron b/j na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) ogonówka parzona(50g),ogórek świeży(100g) Alergeny:1,7,6,	krupnik 300ml,pyzy z mięsem gotowane300g,bukiet warzyw gotowany na parze 150g,kompot niskosłodzony250ml Alergeny:1,6,9,3	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) wędlna 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
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Makaron b/j na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł,(20g) ogonówka parzona(50g),ogórek świeży(100g),twarożek chudy 80g Alergeny:1,7,6,	krupnik 300ml,pyzy z mięsem gotowane300g,bukiet warzyw gotowany na parze 150g,kompot niskosłodzony250ml Alergeny:1,6,9,3	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 z razowe(90g) masło(82% tł) (20g),pomidor(80g) ,wędlna 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
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	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,	krupnik 300ml,pyzy z mięsem gotowane300g,bukiet warzyw gotowany na parze 150g,kompot niskosłodzony250ml Alergeny:1,6,9,3	bułka grahamka z masłem i szynką 1/2 szt,jabłko pieczone 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(100g) masło(82% tł) (20g) twarożek(100g),pomidor(80g) wędlna 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 tubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

18.08..2026					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą jaglaną(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło82% tłuszczu(20g)serek fromage(40g),połędwica drobiowa(20g),sałatka z sałaty lodowej, papryki i ogórka świeżego(80g) Alergeny:1,7,,9,6	zupa grochowa(300ml),risotto(ryż, warzywa,mięso z piersi kurczaka)(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir(200g),herbata b/c 250ml Alergeny:7,	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),pomidor(40g) ,ogórek świeży(40g) Posilek nocny:mus jabłko,gruszka,dynia(100g) sok z buraczka i jabłka(300ml), Alergeny:1,7,6	Energia: 2355,91 kcal białko:91,01g tłuszcze:93,81 g węglowodany:301,53 g kw. tł. nasycone:32,62g cukry proste:65,02g błonnik: 28,20g sód:976,99 mg
Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą jaglaną(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło82% tłuszczu(20g)serek fromage(40g),połędwica drobiowa(20g),pomidor 100g Alergeny:1,7,,9,6	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),risotto(ryż, warzywa,mięso z piersi kurczaka)(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir(200g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7,	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),pomidor(40g) ,ogórek kiszony(40g) Posilek nocny:mus jabłko ,gruszka dynia(100g) sok z buraczka i jabłka(300ml), Alergeny:1,7,6	Energia: 2336,34 kcal białko:93,02g tłuszcze: 81,87g węglowodany: 323,37g kw. tł. nasycone:37,52 g cukry proste: 60,7g błonnik: 26,92g sód:1101,02 mg
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą manną(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml)	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),risotto(ryż, warzywa,mięso z piersi	kefir(200g) ,herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-	Energia: 2219,62 kcal białko:92,17g tłuszcze: 69,98g

	pieczywo pszenno-żytnie(100g))masło82% tłuszczu(20g),połędwica drobiowa(50g),sałata(10g), pomidor 100g Alergeny:1,7,,9,6	kurczaka)(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Alergeny:7,	żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),pomidor(40g) ,ogórek świeży(40g) Posiłek nocny:mus jabłko gruszka ,dynia(100g) sok z buraczka i jabłka(300ml), Alergeny:1,7,6	węglowodany: 321,86g kw. tł. nasycone:33,79 g cukry proste: 61,18g błonnik: 26,92g sód:943,22 mg
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z kaszą jaglaną(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło82% tłuszczu(20g)serek fromage(40g),połędwica drobiowa(20g),sałatka z sałaty lodowej, pomidora i ogórka świeżego(80g) Alergeny:1,7,,9,6	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),risotto(ryż, warzywa,mięso z piersi kurczaka)(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir(200g),herbata b/c 250ml Alergeny:7,	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),pomidor(40g) ,ogórek świeży(40g) Posiłek nocny:mus jabłko,gruszka,dynia(150g) herbata b/c 250ml, Alergeny:1,7,6	Energia: 2336,34 kcal białko:93,02g tłuszcze: 81,87g węglowodany: 323,37g kw. tł. nasycone:37,52 g cukry proste: 50,1g błonnik: 26,92g sód:932,44 mg
Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane	Zupa mleczna z kaszą manną(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie namoczone w mleku(70g) masło82% tłuszczu(20g)serek fromage(40g),połędwica drobiowa zmielona, ogórek zblendowany(80g) Alergeny:1,7,,9,6	Zupa ziemniaczana z zacierką zmielowana(300ml),risotto(ryż,warzywa,mięso z piersi kurczaka) zmielone rozcieńczone zupą(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko przetarte(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir(200g) Alergeny:7,	Płatki owsiane na mleku zmielowane(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie namoczone w mleku(70g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta zmielony,pomidor zblendowany(40g) ogórek świeży zblendowany(40g) Posiłek nocny:mus jabłko,gruszka ,dynia(100g) sok z buraczka i jabłka(300ml), Alergeny:1,7,6	Energia: 2012,34 kcal białko:85,02g tłuszcze:79,4,87g węglowodany:293,30g kw. tł. nasycone:31,32 g cukry proste: 52,3g błonnik: 24,82g sód:934,01 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 łubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne