

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Płatki owsiane na mleku (250 ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g),serek topiony(50g),wędlna szynkowa(20g),sałatka z papryki ,ogórka i pomidora100g Alergeny:1,7,6,10	Barszcz makaronem zabieleny śmietaną 30%(300ml),ziemniaki250g, klops smażony (80g),mizeria 150g(ze śmietaną 18%,maślanką i jogurtem naturalnym) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7	Kisiel niskosłodzony z brzoskwinia (150g),,kefir 200g Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),sałatka z ogórka świeżego(80g), Posilek nocny: jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2242,9 kcal białko:81,55g tłuszcze: 89,67 g węglowodany:283,8 g kw. tł. nasycone: 46,84g cukry proste: 21,65g błonnik: 21,88g sól:7,81g
Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku (250 ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g),serek topiony(50g),wędlna szynkowa(20g),pomidor(100g) Alergeny:1,7,6,10	Manna na rosole(300ml),ziemniaki250g ,klops gotowany (80g),sos pomidorowy(100g)marchewka mini gotowana 150g,banan(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7	Kisiel niskosłodzony z brzoskwinia (150g),,kefir 200g Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),sałatka z ogórka świeżego(80g) Posilek nocny: jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2182,09 kcal białko:82,67g tłuszcze: 76,47g węglowodany: 304,63 g kw. tł. nasycone:45,06 g cukry proste: 48,81g błonnik: 21,65g sól: 6,66g
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Płatki owsiane na mleku (250 ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g),,wędlna szynkowa(50g),pomidor(100g),jabłko 150g Alergeny:1,7,6,10	Manna na rosole(300ml),ziemniaki250g ,klops gotowany (80g),sos pomidorowy(100g)marchewka mini gotowana 150g woda mineralna(250ml),banan (150g) Alergeny:1,6,9,3,7	Kisiel niskosłodzony z brzoskwinia (150g),,kefir 200g Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),sałatka z ogórka świeżego(80g) Posilek nocny: jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata(b/c)250ml	Energia: 2117,88 kcal białko:81,06g tłuszcze: 66,14g węglowodany: 316,53 g kw. tł. nasycone:36,86 g cukry proste: 56,18 g błonnik: 23,84g sól: 5,66g

				Alergeny:1,7,6	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku (250 ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł,(20g),serek topiony(50g),wędlina szynkowa(20g),sałatka z papryki ,ogórka i pomidora100g, Alergeny:1,7,6,10	Manna na rosole(300ml),ziemniaki250g ,klops gotowany (80g),sos pomidorowy(100g)marchew ka mini gotowana 150g woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,7	Kisiel niskosłodzony (150g),kefir 200g , pomarańcza 150g Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham(90g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),sałatka z ogórka świeżego(80g) Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g herbata(b/c)250ml,jabłko 150g Alergeny:1,7,6	Energia: 2134,52 kcal białko: 80,93 g tłuszcze: 85,88g węglowodany: 269,75g kw. tł. nasycone: 46,27g cukry proste: 32,23g błonnik:27,52 g sól: 6,39 g
Płynna wzmocniona	Płatki owsiane na mleku(250 ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno- żytnie(70g),moczone w kawie masło 82% tł,(20g),wędlina szynkowa(50g))miks,pomidor(10 0g) zblendowany Alergeny:1,7,6,10	Manna na rosole(300ml)miks,ziemniaki (250g)mi ks,sos pomidorowy(100g)miks,klop s gotowany(80g)miks marchewka gotowana(150g),miks woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,3	Kisiel niskosłodzony z brzoskwinia (150g),miks	Zupa mleczna z ryżem(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:1894,92 kcal białko: 76,54 g tłuszcze: 62,29g węglowodany: 264,99g kw. tł. nasycone: 36,11g cukry proste: 51,26g błonnik:19,33 g sól: 4,73 g

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	Zacierka 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(30g),pomidor(80g),sałata(10g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa pomidorowa z makaronem zabieleną śmietaną 18%(300g),ziemniaki gotowane(250g),schab gotowany(130g),sos chrzanowy(150g) ,buraczki(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,	Mus ,jabłko,gruszka, dynia (100g)Jogurt naturalny(150g), wafelek ryżowy(1szt) 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),zielonogórska(50g),ogórek świeży (80g),serek deliser 17,5g Posilek nocny: surówka z marchwi i jabłka(150g),kefir 200g herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,	Energia: 2180,96kcal białko:108,14g tłuszcz: 73,66g węglowodany: 279,53g kw. tł. nasycone: 45,79 g cukry proste: 32,63g błonnik: 30,46g sól: 6,25g
Łatwostrawna	zacierka 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(30g),pomidor(80g),sałata(10g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa pomidorowa z makaronem zabieleną śmietaną 18%(300g),ziemniaki gotowane(250g),schab gotowany(130g),sos koperkowy(150g) ,buraczki(150g),jabłko(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,	Mus,jabłko ,gruszka dynia(100g)Jogurt naturalny(150g), wafelek ryżowy(1szt) 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), wędlina zielonogórska(50g),sałatka z ogórka świeżego(80g),serek deliser 17,5g Posilek nocny: surówka z marchwi i jabłka(150g) herbata(b/c)(250ml),kefir 200g Alergeny:1,7,6,	Energia: 2168,49kcal białko:107,08g tłuszcz: 69,07g węglowodany:288,34g kw. tł. nasycone: 42,37 g cukry proste:39,93g błonnik: 29,73g sól: 6,25g

Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	zacierka na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml)pieczywo pszenno -żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g),masło 82% tłuszczu(20g),,polędwica drobiowa(50g), ser twarogowy chudy(50g)pomidor(80g), sałata(10g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa pomidorowa z makaronem bez śmietany(300g),ziemniaki gotowane(250g),schab gotowany(130g),sos koperkowy(150g) ,buraczki(150g) jabłko(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Mus jabłko,gruszka, dynia(100g) Jogurt naturalny(150g), wafelek ryżowy(1szt) 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),wędlina zielonogórska(50g),sałatka z ogórka świeżego(80g) Posiłek nocny: surówka z marchwi i jabłka(150g) herbata(b/c)(250ml),kefir 200g Alergeny:1,7,6,	Energia: 2142,93 kcal białko:110,76g tłuszcze: 63,58g węglowodany: 290,63 g kw. tł. nasycone:38,52g cukry proste:40,175g błonnik: 29,73 g sól: 5,63g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	zacierka na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g),masło 82% tłuszczu(20g),,polędwica drobiowa(50g), ser twarogowy chudy(50g)pomidor(80g) sałata(20g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa pomidorowa z makaronem bez śmietany(300g),ziemniaki gotowane(250g),schab gotowany(130g),sos koperkowy(150g) ,buraczki(150g) jabłko (150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Mus,jabłko, gruszka,dynia(100g)Jogurt naturalny(150g), wafelek ryżowy(1szt),pomarańcza(150g) Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) (20g),wędlina zielonogórska(50g),sałatka z ogórka świeżego(80g),serek deliser 17,5g Posiłek nocny: surówka z marchwi i jabłka(150g),kefir 200g herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,	Energia: 2149,19 kcal białko:109,71g tłuszcze: 66,51g węglowodany: 288,2 g kw. tł. nasycone:38,74g cukry proste:45,36g błonnik: 35,86g sól: 5,27g
Płynna wzmocniona	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),polędwica drobiowa(20g),pomidor zblendowany(80g),kefir (200g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa pomidorowa z makronem -miks(300g)ziemniaki-miks (200g),schab gotowany(130g)miks,sos koperkowy(150g)miks,buraczki(150g)miks brzoskwinia(150g) zblendowana,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Mus jabłko,gruszka ,dynia(100g) Jogurt naturalny(150g), Alergeny:7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie moczone w kawie(70g)masło(82% tł) (20g), wędlina zielonogórska zmielona(50g), ogórek świeży zblendowany(80g)Posiłek nocny: budyń pitny z miksowaną truskawką(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,	Energia: 2111,54kcal białko:101,88g tłuszcze: 64,43g węglowodany: 287,67g kw. tł. nasycone: 38,33 g cukry proste:33,96g błonnik: 23,87g sól: 4,9 g

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

28.05.2025					
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 z ziarnem(30g) masło 82% tł,(20g),twarożek z rzodkiewką(120g),szynka z piersi indyka(25g),pomidor(80g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa jarzynowa(300ml) ziemniaki(250g),wątróbka drobiowa duszona z cebulką(200g),sałatka z ogórka kiszzonego z olejem i musztardą (150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7.10	Budyń waniliowy niskosłodzony z miksowanym ananase(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) Posilek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2420,34 kcal białko:123,08g tłuszcze: 89,74 g węglowodany: 291,55 g kw. tł. nasycone: 44,31g cukry proste: 14,83g błonnik: 24,04g sól:8,02g
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 gotowana(150g),sos koperkowy(100g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Budyń waniliowy niskosłodzony z miksowanym ananase(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) Posilek 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 sól: 5,5g
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(150g),sos koperkowy(100g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Budyń waniliowy niskosłodzony z miksowanym ananase(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) Posilek 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 sól: 5,52g

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), marchewka gotowana(150g),sos koperkowy(100g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Budyń waniliowy niskosłodzony z pomarańczą(200 g) 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 sól: 6,05g
Płynna wzmocniona	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 buraczki(150g)miks,sos koperkowy(100g)miks woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Budyń waniliowy niskosłodzony z miksowanym ananasem (200g) roszczędzony 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 sól: 2,92 g

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

29.05.2025					
dieta	Śniadanie	obiad	podwieczorek	Kolacja +posilek nocny	Wartości odżywcze
Podstawowa	ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),wędlna kociewska(60g),serek topiony(2szt),sałatka z sałaty lodowej,ogórka i ,pomidora (80g), Alergeny:1,7,6,10	Zupa szpinakowa z ziemniakami zabelana śmietaną 18%(300ml),,,kasza jęczmienna(200g),zraziki z łopatki wieprzowej mielonej(80g),sos pieczeniowy(150g),sałata z jogurtem (100g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,	Deser mleczny z ryżem i jabłkiem (150g) Alergeny:7,	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,sałatka szwabska(szynka drobiowa,ser,ogórki konserwowe,majonez ,musztarda)(160g) Posilek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,310	Energia: 2411,35 kcal białko:104,,7g Tłuszcze: 98,44g węglowodany: 313,62g kw. tł. nasycone:56,42g cukry proste:9,78g błonnik: 57,94g sól:7,2g
Łatwostrawna	ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),połędwica sopocka parzona(40g),serek topiony(2szt),sałatka z sałaty lodowej,ogórka i ,pomidora (80g), Alergeny:1,7,6,10	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),,,kasza jęczmienna(200g),zraziki z łopatki wieprzowej mielonej(80g),sos pieczeniowy(150g),sałata z jogurtem (100g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,	Deser mleczny z ryżem i jabłkiem(150g) Alergeny:7,	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,ogonówka parzona(50g),pomidor 80g Posilek nocny:jogurt naturalny(150g), herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9	Energia:2235,56kcal białko 92,97 g tłuszcze:85,54g węglowodany: 335,4g kw. tł. nasycone: 44,24g cukry proste:10,69 g błonnik: 57,68g sól:5,91g
Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),połędwica sopocka parzona(50),sałatka z	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),,,kasza jęczmienna(200g),klops gotowany z łopatki wieprzowej mielonej(80g),sos pomidorowy(150g),sałata z jogurtem (100g)woda	Deser mleczny z ryżem i jabłkiem (150g) Alergeny:7,	,Zupa mleczna z kaszką manną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,ogonówka parzona(50g),pomidor 80g	Energia:2137,11 kcal białko:87,48g tłuszcze:73,0g węglowodany: 354,59g kw. tł. nasycone: 37,58g cukry proste:21,53 g błonnik: 59,5g sól:5,67g

	sałaty lodowej,ogórka i ,pomidora (80g), Alergeny:1,7,6,	mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,		Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g),banan 150g herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło 82% tł,(20g),połędwica sopocka parzona(40g)serek topiony(2szt 35g),sałatka z sałaty lodowej,ogórka i ,pomidora (80g) Alergeny:1,7,6,	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),,,kasza jęczmienna(200g),klops gotowany z łopatki wieprzowej mielonej(80g),sos pomidorowy(150g),sałata z jogurtem (100g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3,	Kefir200g,poma rańcza 150g Alergeny:7,	,Zupa mleczna z kaszką manną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,ogonówka parzona(50g),pomidor 80g Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g),jabłko 150g herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9	Energia:2290,74 kcal białko:89,06g tłuszcze:85,56g węglowodany: 292,19g kw. tł. nasycone: 44,25g cukry proste:29,88 g błonnik:30,22 g sól:6,06g
Płynna wzmocniona	ryż na mleku(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno żytnie(70g),moczone w chlebie masło 82% tł,(20g),sopocka(50)miks,pomidor100g zblendowany (80g),kefir200ml Alergeny:1,7,6,	Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml)kasza jęczmienna (200g)miks,klops gotowany(80g)miks,sos pomidorowy miks(150g) marchewka gotowana(150g)miks,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,3	Deser mleczny z ryżem i jabłkiem (150g) miks Alergeny:7,	Zupa mleczna z kaszką manną(250ml)miks,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło(82% tł) ,ogonówka(50g),miks pomidor(100g)zblendowany Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,	Energia: 1968,22 kcal białko:87,27g tłuszcze68,31g węglowodany: 313,05g kw. tł. nasycone: 39,46g cukry proste: 26,94g błonnik: 55,46g sól: 4,39g

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

30.05.2025					
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)szynka gotowana(30g),galaretka z szynki drobiowej konserwowej i cukinii(80g) sałata(10g),pomidor 80g Alergeny:1,7,6,9,10	Zupa grochowa(300ml),ziemniaki(250g),jajko gotowane(60g) w sosie musztardowym(150g) ,buraczki(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7 10	Drożdżówka z jabłkiem(120g) Alergeny:1,3,7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),paprykarz(60g) ryba gotowana ryż włoszczyzna ,koncentrat pomidorowy),szynka śniadaniowa wieprzowa(30g),ogórek kiszony(80g) Posilek nocny: jogurt naturalny(150g),herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,9,4	Energia: 2349,64 kcal białko:93,8g tłuszcze:75,12g węglowodany: 329,44 g kw. tł. nasycone:42,38g cukry proste: 30,94 g błonnik: 31,73g sól: 7,16 g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł.(20g)szynka gotowana(30g),galaretka z szynki drobiowej konserwowej i cukinii(80g) sałata(10g),pomidor 80g Alergeny:1,7,6,9,10	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 18%(300ml),makaron z twarogiem miksowaną truskawką 300g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Drożdżówka z jabłkiem(120g) Alergeny:1,3,7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),paprykarz(60g) ryba gotowana ryż włoszczyzna ,koncentrat pomidorowy),szynka śniadaniowa wieprzowa(30g),ogórek kiszony(80g) Posilek nocny: jogurt naturalny(150g) herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,9,4	Energia:2208,11kcal białko:97,52 g tłuszcze:53,86g węglowodany: 300,47 g kw. tł. nasycone:37,21g cukry proste:21,13g błonnik: 23,12g sól:7,08 g
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)szynka gotowana(30g),galaretka z szynki drobiowej konserwowej i cukinii(80g) sałata(10g),pomidor 80g	Zupa koperkowa z ziemniakami(300ml),makaron z twarogiem chudym i miksowaną truskawką 300g ,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Jabłko150g ,wafel ryżowy 1 szt	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),paprykarz(60g) ryba gotowana ryż włoszczyzna ,koncentrat pomidorowy),szynka śniadaniowa wieprzowa(30g),ogórek kiszony(80g)	Energia:2184,51kcal białko:98,7 g tłuszcze78,14g węglowodany: 288,81 g kw. tł. nasycone:35,84g cukry proste: 52,31 g błonnik: 22,86g sól:6,19 g

	Alergeny:1,7,6,9,10			Posiłek nocny: jogurt naturalny(150g),herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,9,4	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł.(20g)szynka gotowana(30g),galaretka z szynki drobiowej konserwowej i cukinii(80g) sałata(10g),pomidor 80g Alergeny:1,7,6,9,10	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana śmietaną 18%(300ml),makaron z twarogiem i miksowaną truskawką 300g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Jabłko150g ,wafel ryżowy 1 szt	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),paprykarz(60g) ryba gotowana ryż włoszczyzna ,koncentrat pomidorowy),szynka śniadaniowa wieprzowa(30g),ogórek kiszony(80g) Posiłek nocny: jogurt naturalny(150g) herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,9,4	Energia:2168,96kcal białko:95,6 g tłuszcze:70,67g węglowodany: 285,35 g kw. tł. nasycone:37,41g cukry proste:21,13 g błonnik: 27,21g sól:7,02 g
Płynna wzmocniona	Zupa mleczna z ryżem(250ml) miksowana,kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie (70g),moczone w kawie masło 82% tł.(20g),szynka gotowana(50g),zmielona, pomidor(80g)zblendowany Alergeny:1,7,6,9,10	Zupa ziemniaczana z zacierką miks(300ml),makaron miks(250g)gulasz mięsno- jarzynowy zmiksowany woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Jabłko zblendowane (300g)	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) miks kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) moczone w kawie masło(82% tł) (20g),szynka śniadaniowa mielona(50g),ogórek kisz(80g) Posiłek nocny: jogurt naturalny(150g),herbata b/c(250ml) Alergeny:1,7,6,	Energia: 1937,47 kcal białko:81,77g tłuszcze:67,33g węglowodany: 254,75g kw. tł. nasycone:38,45 g cukry proste:18,85g błonnik:17,55g sól:5,72 g

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

31.05.2025					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + posiłek nocny	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zupa mleczna z makaronem b/j(250 ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g),serek topiony(50g),połędwica drobiowa(20g),pomidor(80g) Alergeny:1,7,6,9	Zupa fasolowa z ziemniakami zabelana śmietaną 18%(300ml),ziemniaki 250g)klops gotowany z łopatki wieprzowej mielonej(80g),sos pomidorowy(150g) buraczki (150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3	Jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) Alergeny:7,	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),sałatka z papryki,ogórka i pomidora(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g),jabłko 150g herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2299,74 kcal białko:103,31g tłuszcze: 81,06 g węglowodany: 347,42 g kw. tł. nasycone: 46,69g cukry proste: 17,59g błonnik: 65,61g sól:7,34g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z makaronem b/j(250 ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g),serek topiony(50g),połędwica drobiowa(20g),pomidor(80g) Alergeny:1,7,6,9	Manna na rosole(300ml),ziemniaki 250gklops gotowany z łopatki wieprzowej mielonej(80g),sos pomidorowy(150g) buraczki (150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) Alergeny:7,	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g),jabłko 150g herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2107,08 kcal białko:90,94g tłuszcze: 73,21g węglowodany: 339,71 g kw. tł. nasycone:45,66 g cukry proste: 26,14g błonnik: 58,51g sól: 6,48g

Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z makaronem b/j(250 ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z ziarnem(30g) masło 82% tł.(20g),,polędwica drobiowa(50g),pomidor(80g),twaróg chudy(120g) Alergeny:1,7,6,9	Manna na rosole(300ml),ziemniaki 250g)klops gotowany z łopatki wieprzowej mielonej(80g),sos pomidorowy(150g) buraczki (150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir(200g) Alergeny:7,	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g),jabłko 150g herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2079,61 kcal białko:109,28g tłuszcze: 60,84g węglowodany: 342,28 g kw. tł. nasycone:36,71 g cukry proste: 25,75 g błonnik: 58,51g sól: 5,32g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z makaronem b/j(250 ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł.(20g),serek topiony(50g),polędwica drobiowa(20g),pomidor(80g) Alergeny:1,7,6,9	Manna na rosole(300ml),ziemniaki 250g)klops gotowany z łopatki wieprzowej mielonej(80g),sos pomidorowy(150g) buraczki (150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Kefir 200g,pomarańcz a 150g Alergeny:7,	Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham(90g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),sałatka z papryki,ogórka i pomidora(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g),jabłko 150g herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2157,79kcal białko: 92,36g tłuszcze: 61,36 g węglowodany: 327,02 g kw. tł. nasycone:46,41 g cukry proste: 29,86 g błonnik: 64,61g sól: 6,27g
Płynna wzmocniona	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 (100g)miks,polędwica drobiowa(25g)miks,pomidor(100g) zblendowany Alergeny:1,7,6,	Manna na rosole(300ml)miks,ziemniaki 250g miks klops gotowany z łopatki wieprzowej mielonej(80g)mi ks,sospomidorowy(150g)miksburaczki (150g),miks woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Deser mleczny z ryżem i jabłkiem(150g), miks Alergeny:7,	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(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: 1901,85 kcal białko: 102,16 g tłuszcze: 59,55g węglowodany: 302,68g kw. tł. nasycone: 37,25g cukry proste: 20,1g błonnik:54,26 g sól: 4,63 g

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 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),wędlna podwawelska na gorąco(90g),ketchup(15g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki(250g),udko pieczone(180g),mizéria ze śmietaną 18% i maślaną(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Surówka z marchwi i jabłka (150g),jogurt naturalny 150g Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g),serek deliser 17g Posilek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia:2267,53kcal białko:94,13g tłuszcze: 98,09g węglowodany: 259,76g kw. tł. Nasycone:44,83g cukry proste: 30,54 g błonnik: 21,22g sól:6,0 g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),wędlna podwawelska na gorąco(90g),ketchup(15g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki(250g),udko gotowane(180g),sałata z jogurtem 100g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Surówka z marchwi i jabłka (150g),jogurt naturalny 150g Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g),serek deliser 17g Posilek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2357,94 kcal białko:108,03 g tłuszcze: 96,41g węglowodany: 265,21 g kw. tł. Nasycone: 45,07g cukry proste 30,88g błonnik:24,49g sól: 6,36g
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(50g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g)	Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki(250g),udko gotowane(180g),sos koperkowy (100g),sałata z jogurtem (100g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Surówka z marchwi i jabłka (150g),jogurt naturalny 150g Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny :jogurt z owsianką o smaku truskawkowym(180g)	Energia: 2193,26 kcal białko: 104,06g tłuszcze: 84,42g węglowodany: 262,74 g kw. tł. Nasycone: 41,26g cukry proste 31,24g błonnik:24,01g sól: 6,0g

	Alergeny:1,7,6,9,10			herbata(b/c),250ml Alergeny:1,7,6	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(40g) pieczywo razowe 6 ziaren(60g) masło 82% tł,(20g),wędlina podwawelska na gorąco(90g),ketchup(15g),sałatk a z pomidora z koperkiem(100g) Alergeny:1,7,6,9	Rosół z makaronem(300ml),ziemniaki(250g),udko gotowane(180g) sos koperkowy (100g),sałata z jogurtem (100g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Surówka z marchwi i jabłka (150g),jogurt naturalny 150g Alergeny:7	Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(30g) pieczywo graham(60g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata(10g),ogórek świeży(80g),serek deliser 17g) Posiłek nocny :kefir 200g herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 2341,45 kcal białko: 107,84g tłuszcze: 96,9g węglowodany: 262,24g kw. tł. Nasycone:45,2g cukry proste 30,98g błonnik:30,98g sól: 6,33g
Płynna wzmocniona	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno- żytnie(70g),moczone w kawie masło 82%tł(20g)szynka gotowana(50g)zmiksowana,pomi dor100g zblędowany Alergeny:1,7,6,9,10	Rosół z makaronem(300ml)(miks),zie mniakimiks(200g),udko gotowane zmiksowane z sosem(180g),sos koperkowy (100g)buraczki zmiksowane(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	kefir(200g) Alergeny:7	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)zblędowany Posiłek nocny :jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6	Energia: 1871,8kcal białko: 109,03g tłuszcze:56,66g węglowodany: 240,26g kw. tł. Nasycone: 23,82g cukry proste 31,07g błonnik:16,62g sól: 5,8g

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

02.06.2025					
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja + (posilek nocny)	Wartości odżywcze
Podstawowa	Zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20),serek topiony(50g)dżem wiśniowy- szt 1 (25g),pomidor 100g Alergeny:1,7,	Zupa pomorska zabieleną śmietaną 18%(300ml) ziemniaki(250g) klops gotowany(80g) jabłko(150g),jogurt naturalny(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Kefir 200g,truskawki 150gwafel ryżowy 1szt Alergeny:7	Kaszka manna na mleku(250ml), kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) szynka śniadaniowa(50g),ogórek świeży(50g) Posilek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml) Alergeny:1,7,6	Energia: 2170,80 kcal białko: 101,3 g tłuszcze: 87,6 g węglowodany: 336,76 g kw. tł. nasycone:56,55 g cukry proste:50,96g błonnik: 55,98g sól: 7,26g
Łatwostrawna	Zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20),serek topiony(50g)dżem wiśniowy- 1szt (25g),pomidor(100g) Alergeny:1,7,	Zupa pomorska zabieleną śmietaną 18%(300ml) ziemniaki(250g) klops gotowany(80g) jabłko(150g),jogurt naturalny(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Kefir 200g,truskawki 150gwafel ryżowy 1szt Alergeny:7	Kaszka manna na mleku(250ml), kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) szynka śniadaniowa(50g),ogórek świeży(50g) Posilek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml) Alergeny:1,7,6	Energia: 2170,80 kcal białko: 101,3 g tłuszcze: 87,6 g węglowodany: 336,76 g kw. tł. nasycone:56,55 g cukry proste:50,96g błonnik: 55,98g sól: 7,26g
Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20)wędlina zielonogórska(50g)dżem wiśniowy-1szt (25g),pomidor(100g) Alergeny:1,7,6	Zupa pomorska bez śmietany(300ml) ziemniaki(250g) klops gotowany(80g) jabłko(150g),jogurt naturalny woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Kefir 200gwafel ryżowy 1szt Alergeny:7	Kaszka manna na mleku(250ml), kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) szynka śniadaniowa(50g),ogórek świeży(50g) Posilek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml) Alergeny:1,7,6	Energia: 2026,72 kcal białko: 99,36g tłuszcze: 74,06 g węglowodany: 333,91g kw. tł. nasycone:46,70g cukry proste:52,18g błonnik:55,81g sól:6,21g

Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g)wędlina zielonogórska(50g),serek wiejski(200g),pomidor(100g) Alergeny:1,7,6	Zupa pomorska zabieleną śmietaną 18%(300ml) ziemniaki(250g) klops gotowany(80g) jabłko(150g),jogurt naturalny(150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Kefir 200g, truskawki (150g), wafel ryżowy 1szt Alergeny:7	Kasza manna na mleku(250ml), kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) szynka śniadaniowa(50g),ogórek świeży(50g) Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml) Alergeny:1,7,6	Energia: 2140,21 kcal białko: 116,20g tłuszcze: 84,77g węglowodany: 319,96 g kw. tł. nasycone: 53,38 g cukry proste: 46,78 g błonnik: 82,55g sól: 7,31g
Płynna wzmocniona	Zacierka na mleku(250ml)(miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno- żytnie(70g),moczone w kawie masło 82% tł.(20g)twarożek półtłusty100g zmiksowany,zielonogórska20g ,zmielone18%(120g),pomidor (100g)zblendowany Alergeny:1,7,6	Zupa pomorska(300ml)zmiksowa- ne ziemniaki(250g),zmiksowane klops gotowany(80g) zmiksowany jabłko(150g),zblendowane woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3	Deser mleczny z ryżem i jabłkiem (150g),zmiksow- any Alergeny:7	Kasza manna na mleku(250ml),miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) moczone w kawie masło(82% tł) (20g) szynka śniadaniowa(50g) zmiksowana,ogórek świeży(50g),zblendowany Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml) Alergeny:1,7,6	Energia: 2020,05 kcal białko: 111,25g tłuszcze: 78,85g węglowodany: 310,66 g kw. tł. nasycone: 51,15 g cukry proste: 52,22 g błonnik: 51,72 g sól: 5,39g

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

03.06.2025

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(30g) masło 82% tł.(20g),jajko gotowane 60g,wędlina szynkowa(25g),sałata 10g,,ogórek świeży 80g Alergeny:1,7,6,10,3	Zupa koperkowa z ryżem zabieleną śmietaną 18% (300ml), ziemniaki (250g),schab pieczony ze śliwką(130g),bukiet warzyw gotowany z bułką tartą i masłem(150g)(kalafior,br okuły,marchewka) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,7	Drożdżówka z serem(120g) Alergeny:3,7,1	Zupa mleczna z makaronem b/j(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),sałatka kurczaka z ryżem i ananasem z majonezem 100g,wędlina zielonogórska(25g),,pomidor 80gPosilek nocny mus brzoskwinia,jabłko,dynia(100g), wafelek ryżowy1szt herbata(b/c) 250ml Alergeny:1,7,6,3,,10	Energia 2236,,32 kcal białko95,56 g tłuszcze:74,5 g węglowodany303,13 g kw. tł. nasycone: 41,0 g cukry proste: 36,09g błonnik 24,36g sól:5,41 g
Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),jajko gotowane 60g,wędlina szynkowa(25g),sałata 10g,,ogórek świeży 80g Alergeny:1,7,6,10,3	Zupa koperkowa z ryżem zabieleną śmietaną 18%(300ml),ziemniaki (250g),schab gotowany (130g), sos pietruszkowy(100g)marchewka mini gotowana (150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	Drożdżówka z serem(120g) Alergeny:3,7,1	Zupa mleczna z makaronem b/j(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),sałatka kurczaka z ryżem i ananasem z majonezem 100g,wędlina zielonogórska(25g),,pomidor 80gPosilek nocny mus brzoskwinia,jabłko,dynia(100g), wafelek ryżowy1szt herbata(b/c) Alergeny:1,7,6,3,,10	Energia:2196,3 kcal białko: 104,14 g tłuszcze: 67,76 g węglowodany: 300,9g kw. tł. nasycone: 36,78g cukry proste: 36,17 g błonnik: 22,23g sól: 5,78g

Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł.(20g),,wędlina szynkowa(50g),sałata 10g,,ogórek świeży 80g,banan150g Alergeny:1,7,6,10	Zupa koperkowa z ryżem bez śmietany (300ml),ziemniaki (250g),schab gotowany(130g),sos pietruszkowy(100g),marchewka mini gotowana (150g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	pomarańcza (150g),jogurt naturalny(150g), Alergeny:7	Zupa mleczna z makaronem b/j(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g)wędlina zielonogórska(50g),pomidor(80g) Posiłek nocny mus brzoskwinia,jabłko,dynia(100g),wafelek ryżowy1szt,serek wiejski 200g herbata(b/c) Alergeny:1,7,6	Energia:2112,92 kcal białko: 111,45g tłuszcze: 68,49 g węglowodany: 280,94 g kw. tł. nasycone: 41,72g cukry proste: 25,71g błonnik: 44,24g sól: 6,9g
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło 82% tł.(20g),jajko gotowane 60g,wędlina szynkowa(25g),sałata 10g,,ogórek świeży 80g,jabłko 150g Alergeny:1,7,6,10,3	Zupa koperkowa z ryżem bez śmietany (300ml),ziemniaki (250g),schab gotowany(130g)sos pietruszkowy(100g),marchewka mini gotowana (150g),brokuł gotowany 150g woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7	pomarańcza (150g),jogurt naturalny(150g), Alergeny:7	Zupa mleczna z makaronem b/j(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe(90g) masło(82% tł) (20g),wędlina zielonogórska(50g),pomidor(80g) Posiłek nocny mus brzoskwinia,jabłko,dynia(100g),wafelek ryżowy1szt,serek wiejski 200g herbata(b/c) Alergeny:1,7,6	Energia: 2122,94 kcal białko: 112,91g tłuszcze: 74,03 g węglowodany: 266,77 g kw. tł. nasycone: 43,13g cukry proste: 26,89g błonnik: 51,85g sól: 6,73g
Płynna wzmocniona	Płatki owsiane na mleku(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),rozmoczone w kawie,masło 82% tł,(20g) pierś z kurczaka gotowana100g ,zmielona wędlina szynkowa30g)zmielona,pomidor zblendowany(100g), Alergeny:1,7,6,10	Zupa koperkowa z ryżem b/śm(300ml) zmiksowany,ziemniaki(250g) zmiksowane,schab gotowany130g gotowany zmiksowany(80g) sos jarzynowy zmiksowany (100g),marchewka gotowana zmiksowana(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,	Brzoskwinie zblendowane 200g	Zupa mleczna z makaronem b/j(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) ,rozmoczone w kawie masło(82% tł) (20g) wędlina zielonogórska(50g),zmielona,ogórek świeży zblendowany100g Posiłek nocny:mus 100g,sok z buraczka i jabłka300ml Alergeny:1,7,6,9,10	Energia: 2052,98 kcal białko:108,37 g tłuszcze:68,14 g węglowodany 263,73 g kw. tł. nasycone: 41,43 g cukry proste: 24,11 g błonnik: 27,38g sól:5,53 g

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 ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł.(20g)ryba w galarecie(80g)wędlna szynkowa(25g),sałata(10g),pomidor (80g) Alergeny:1,7,6,9,10,4	Kapuśniak z kapusty białej(300ml),ziemniaki(250g),kotlety drobiowe siekane z piersi kurczaka z cukinią i papryką(150g),mizeria(150g) (z maślanką śmietaną18% i jogurtem naturalnym)woda mineralna(250ml) ,truskawki 150g Alergeny:1,6,9,7	Salatka z kalafiora ,jajka i pomidora z koperkiem i jogurtem (150g) Alergeny:3,7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlna wieprzowa zielonogórska(25g),sałatka z pomidora(80g) Posilek nocny:jogurt naturalny(150g) Alergeny:1,7,6,	Energia: 2189,09 kcal białko:120,2g tłuszcze:84,01g węglowodany: 248,16 g kw. tł. nasycone:43,99g cukry proste: 16,97 g błonnik: 46,77g sól: 6,77 g
Łatwostrawna	Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren (30g) masło 82% tł.(20g)ryba w galarecie(80g)wędlna szynkowa(25g),sałata(10g),pomidor (80g) Alergeny:1,7,6,9,10,4	Manna na rosole(300ml),ziemniaki(250g),pierś z kurczaka gotowana(130g),buraczki(150g),(sos koperkowy(100g),jogurt z owsianką truskawkowy(180g)woda mineralna(250ml) ,truskawki 150g Alergeny:1,6,9,7	Salatka z kalafiora ,jajka i pomidora z koperkiem i jogurtem (150g) Alergeny: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)wędlna wieprzowa zielonogórska(25g),sałatka z pomidora(80g) Posilek nocny:jogurt naturalny(150g) Alergeny:1,7,6,	Energia:2143,33kcal białko:120,91 g tłuszcze:69,57g węglowodany: 264,69 g kw. tł. nasycone:42,77g cukry proste:28,45 g błonnik: 46,19g sól:7,02 g
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)ryba w galarecie(80g)wędlna szynkowa(25g),sałata(10g),pomidor (80g) Alergeny:1,7,6,9,10,4	Manna na rosole(300ml),ziemniaki(250g),pierś z kurczaka gotowana(130g),buraczki(150g),sos koperkowy(100g),woda mineralna(250ml) ,truskawki 150g Alergeny:1,6,9,7	Salatka z kalafiora ,jajka i pomidora z koperkiem i jogurtem (150g) Alergeny: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)wędlna wieprzowa zielonogórska(25g),sałatka z pomidora(80g) Posilek nocny:jogurt naturalny(150g) Alergeny:1,7,6,	Energia:2143,33kcal białko:120,91 g tłuszcze:69,57g węglowodany: 264,69 g kw. tł. nasycone:42,77g cukry proste:28,45 g błonnik: 46,19g sól:7,02 g

Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa mleczna z ryżem(250g) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren (90g) masło 82% tł.(20g)ryba w galarecie(80g)wędlna szynkowa(25g),sałata(10g),po midor (80g) Alergeny:1,7,6,9,10,4	Manna na rosole(300ml),ziemniaki(250 g),pierś z kurczaka gotowana(130g),buraczki(15 0g),(sos koperkowy(100g)woda mineralna(250ml) ,kefir(200g) ,truskawki 150g Alergeny:1,6,9,7	Salatka z kalafiora ,jajka i pomidora z koperkiem i jogurtem (150g), Alergeny:3,7	Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski(200g)wędlna wieprzowa zielonogórska(25g),sałatka z pomidora(80g) Posiłek nocny:jogurt naturalny Alergeny:1,7,6,	Energia:2112,55kcal białko:121,11 g tłuszcze:72,9g węglowodany: 248,55 g kw. tł. nasycone:43,03g cukry proste:20,16g błonnik: 51,85g sól:6,63 g
Płynna wzmocniona	Zupa mleczna z ryżem(250ml) miksowana,kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie (70g),moczone w kawie masło 82% tł.(20g),ryba gotowana(100g)wędlna szynkowa(50g)zmiksowana,po midor(80g)zblendowany Alergeny:1,7,6,9,10,4	Manna na rosole(300ml)miks,ziemniaki (250g),pierś z kurczaka gotowana(130g)miks,buracz ki(150g) mikswoda mineralna(250ml) ,kefir(200g) Alergeny:1,6,9,7	Salatka z kalafiora ,jajka i pomidora z koperkiem i jogurtem (150g),zmiksow ana rozrzedzona Alergeny:3,7	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno- żytnie(70g)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: 1993,74 kcal białko:125,16g tłuszcze:69,44g węglowodany: 225,53g kw. tł. nasycone:42,86 g cukry proste:16,28g błonnik:41,08g sól:6,39 g

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