

<b>Dzień</b>	<b>Posilek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji – papkowata (miksowana/przecierana)</b>	<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>01.05 2026r</b>	śniadanie	<b>Kasza jęczmienna na mleku 300ml 1(jęczmień),7 Pieczywo mieszane pszenno – żytnie 120g – 1(pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 25g – 7 Szynka drobiowa 30g – 1(pszenica),6,7, ser żółty 20g-7 Twarożek ze szczypiorkiem i jogurtem naturalnym 50g – 7 Pomidor 30g /sałata 30g,Ogórek świeży 50g Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>	Kasza jęczmienna na mleku 300ml – 1(jęczmień),7 Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 25g – 7 Szynka dr (pszenica)1,6,7-30g, Mielonka śniadaniowa 20g – 1,4,7 Twarożek z jogurtem naturalnym 50g-7 Roszponka 20g/sałata 30g Sok warzywny 200g - 9 Herbata 250ml z cukrem(5g)	Kasza jęczmienna na mleku,przecierana 300ml – 1(jęczmień),7 Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 25g – 7 Mielonka śniadaniowa 20g – 1,4,7 Pasta z sera z zieleniną i jogurtem naturalnym 30g – 7 - Sok warzywny 200g - 9Herbata 250ml z cukrem(5g)	Jogurt naturalny150g – 7 Pieczywo razowe 120g – (pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 25g – 7 Szynka dr30g – 1(pszenica),6,7, ser żółty 20g-7 Twarożek ze szczypiorkiem i jogurtem naturalnym 50g – 7 Pomidor 30g /sałata 30g,Ogórek świeży 50g Herbata 250ml II śniadanie: Budyń b/c 200ml – 1(pszenica),7
	obiad	<b>Zupa jarzynowa z makaronem i natką pietruszki350ml – 1(pszenica),9 Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g Potrawka z kurczaka 100g/80ml– 1(pszenica),7 Surówka buraczki tarte z jabłkiem i olejem100g Kompot z/c (5g) 200 ml</b>	Zupa jarzynowa z makaronem i natką pietruszki 350ml – 1(pszenica),9 Ziemniaki gotowane z koperkiem250g Potrawka z kurczaka 100g/80ml -1,7 Buraczki tarte z olejem 100g Kompot z/c (5g) 200 ml	Zupa jarzynowa z makaronem i natką pietruszki, przecierany 350ml –1(pszenica),9 Ziemniaki puree 250g Potrawka z kurczaka (100g/80ml) miksowana – 1(pszenica),7 Puree z buraczków gotowanych z olejem 100g Kompot z/c (5g) 200 ml	Zupa jarzynowa z makaronem i natką pietruszki 350ml – 1(pszenica),9 Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g Potrawka z kurczaka100/80ml1,7 sałatka z ogórka kiszzonego z marchwią, cebula i olejem 100g Kompot b/c (5g) 200 ml
	kolacja	<b>Pieczywo mieszane pszenno - żytnie 120g – 1(pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 25g – 7 Szynk dr z indykiem 30g- 1,6,7 Serek fromage z chrzanem szczypiorkiem i cebulą 50g-,7, ser żółty--20g-7 Pomidor 50g Salata masłowa 20g/ogórek 30g Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>	Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 25g – 7,szynka dr z indykiem 30g,- 1(pszenica),6,7 Serek fromage miksowany z jogurtem i zieleniną (koperek, natka pietruszki) 50g -7 Pomidor bez skórki 50g Salata masłowa 20g/roszponka 30g Herbata 250ml z cukrem(5g)	Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 25g – 7,szynka 30g,szynka z indykiem30g z pomidorem bez skórki (30g), miksowana – 1(pszenica),6,7 Pasta z serka fromage miksowanego z jogurtem i zieleniną (koperek, natka pietruszki) 50g – 7 Mus marchwiowo- jabłkowy 100ml Herbata 250ml z cukrem (5g)	<b>Pieczywo razowe 120g – 1(pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 25g – 7 Szynka dr z indykiem 30g – 1(pszenica),6,7, ser żółty 20g-7 Serek fromage z chrzanem szczypiorkiem i cebulą 50g-,7 Pomidor 50g Salata masłowa 30g/ogórek 30g Herbata b/cukru 250ml</b>
	II kolacja				Maślanka naturalna 150gz otrębami 5g – 1(pszenica),7,8,11

Suma wartości odżywczych:	<p>Energia (kcal): 2035.6  białko (g): 86.2  tłuszcze (g): 62.4  węglowodany ogółem (g): 297.3  błonnik (g): 29.7  sód (mg): 1692.3  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 16.6  % energii z białka: 17.4  % energii z tłuszczu: 27.8  % energii z węglowodanów: 54.8</p>	<p>Energia (kcal): 2078.5  białko (g): 91.3  tłuszcze (g): 57.1  węglowodany ogółem (g): 310.7  błonnik (g): 21.2  sód (mg): 1885.4  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 16.3  % energii z białka: 17.8  % energii z tłuszczu: 24.7  % energii z węglowodanów: 57.5</p>	<p>Energia (kcal): 2064.7  białko (g): 90.3  tłuszcze (g): 56.6  węglowodany ogółem (g): 309.3  błonnik (g): 21.2  sód (mg): 1870.9  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 16.0  % energii z białka: 17.7  % energii z tłuszczu: 24.7  % energii z węglowodanów: 57.6</p>	<p>Energia (kcal): 2035.7  białko (g): 87.3  tłuszcze (g): 60.7  węglowodany ogółem (g): 300.7  błonnik (g): 32.0  sód (mg): 1905.4  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 15.9  % energii z białka: 17.5  % energii z tłuszczu: 27.1  % energii z węglowodanów: 55.4</p>
---------------------------	--	--	--	--

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji – papkowata (miksowana/przecierana)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
02.05 2026r	śniadanie	<b>Kasza kukurydziana na mleku 300ml - 7</b> <b>Pieczywo mieszane pszenno - żytnie 90g – 1 (pszenica, żyto) Pieczywo razowe 30g – 1(pszenica, żyto)</b> <b>Mix tłuszczowy 15g – 7</b> <b>Szynka wp 30g – 1(pszenica),6,7</b> <b>Pasta z sera twarogowego i zielonej pietruszki 50g- 7</b> <b>Ser żółty 20g-7</b> <b>Ogórek zielony 50g</b> <b>Salata 20g/pomidor 30g</b> <b>Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>	Kasza kukurydziana na mleku 300ml – 7 Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 15g – 7 Szynka z indyka prasowana 30g – 1(pszenica),6,7 Pasta z sera twarogowego i zielonej pietruszki 50g – 7 Salata 20g/rozponka30g Pomidor bez skórki 50g Herbata 250ml z cukrem(5g)	Kasza kukurydziana na mleku 300ml – 7 Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 15g – 7 (30g), Pasta z sera twarogowego i pomidora bez skórki (50g) Pasta z szynki prasowanej z indyka 30g - 1(pszenica),6,7 Herbata 250ml z cukrem(5g)	<b>Jogurt naturalny 150g – 7 Pieczywo razowe 120g – 1(pszenica, żyto)</b> <b>Mix tłuszczowy 15g – 7</b> <b>Szynka wp 30g – 1(pszenica),6,7</b> <b>Ser żółty 20g-7</b> <b>Pasta z sera twarogowego i zielonej pietruszki 50g- 7</b> <b>Ogórek zielony 50g</b> <b>salata 20g/ pomidor 30g</b> <b>Herbata b/cukru 250ml</b>  <b>II śniadanie:</b> Jabłko, sztuka
	obiad	<b>Zupa kalafiorowa zabelana na wywarze drobiowym z natką pietruszki – 350ml – 9,7</b> <b>Pierogi ruskie 300g z duszoną cebulką 50g-1, 3</b> <b>Surówka z białej kapusty z marchewką i zieleniną , przyprawy ,olej-100g</b> <b>Kompot 200ml</b>	<b>Zupa kalafiorowa na wywarze drobiowym z natką pietruszki – 350ml – 9,7</b> <b>Pierogi ruskie 300g z jogurtem 30ml- 7,1, 3</b> Marchew oprószana 100g Kompot 200ml	Zupa kalafiorowa na wywarze drobiowym z natką pietruszki –350g– 9,7 Ziemniaki gotowane puree –150g Ser biały /miksowany 150g-7 Puree z marchwi gotowanej z olejem 100g Kompot 200ml	<b>Zupa kalafiorowa zabelana drobiowym z natką pietruszki – 350ml – 9,7</b> <b>Pierogi ruskie 300g z duszoną cebulką 50g-1, 3</b> <b>Surówka z białej kapusty z marchewką i zieleniną , przyprawy ,olej-100g</b> <b>Kompot b/c 200ml</b>
	kolacja	<b>Pieczywo mieszane pszenno – żytnie 90g – 1(pszenica, żyto) Pieczywo razowe 30g – 1(pszenica, żyto)</b> <b>Mix tłuszczowy 15g – 7</b> <b>Pasztet zapiekany 30g – 9,</b> <b>ser żółty 20g-7</b> <b>Twaróg półtłusty krajanka 50g – 7</b> <b>Ogórek konserwowy 50g</b> <b>Salata masłowa 20g/ pomidor 30g</b> <b>Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>	Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasta mięsno-jarzynowa 50g – 9 Twaróg półtłusty krajanka 50g – 7 Pomidor bez skórki 50g Salata masłowa 20g /rukola 30g Herbata 250ml z cukrem(5g)	Pieczywo pszenne 120g – 1 (pszenica) Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasta mięsno-jarzynowa 50g – 9 Twaróg z jogurtem i koperkiem zmiksowany 50g – 7 Sok pomidorowy 200ml Herbata 250ml z cukrem(5g)	<b>Pieczywo razowe 120g – 1(pszenica, żyto)</b> <b>Mix tłuszczowy 15g – 7</b> <b>Pasztet zapiekany 30g – 9,</b> <b>ser żółty 20g-7</b> <b>Twaróg półtłusty krajanka 30g – 7</b> <b>Ogórek konserwowy 50g</b> <b>Salata masłowa 20g/pomidor 30g</b> <b>Herbata b/cukru 250ml</b>
	II kolacja				Maślanka naturalna 150g z siemieniem lnianym 5g – 7,8,11

Suma wartości odżywczych:	<p>Energia (kcal): 2042.8  białko (g): 79.5  tłuszcze (g): 61.2  węglowodany ogółem (g): 310.3  błonnik (g): 34.5  sód (mg): 2095.3  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 17.9  % energii z białka: 17.4  % energii z tłuszczu: 26.9  % energii z węglowodanów: 57.0</p>	<p>Energia (kcal): 2048.7  białko (g): 82.6  tłuszcze (g): 50.8  węglowodany ogółem (g): 329.3  błonnik (g): 25.5  sód (mg): 2071.5  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 13.0  % energii z białka: 16.5  % energii z tłuszczu: 22.1  % energii z węglowodanów: 61.4</p>	<p>Energia (kcal): 2044.5  białko (g): 82.2  tłuszcze (g): 50.7  węglowodany ogółem (g): 328.6  błonnik (g): 25.5  sód (mg): 2071.5  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 13.0  % energii z białka: 16.4  % energii z tłuszczu: 22.1  % energii z węglowodanów: 61.4</p>	<p>Energia (kcal): 2033.1  białko (g): 71.3  tłuszcze (g): 66.5  węglowodany ogółem (g): 305.9  błonnik (g): 37.0  sód (mg): 2119.5  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 15.5  % energii z białka: 14.5  % energii z tłuszczu: 29.5  % energii z węglowodanów: 56.0</p>

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji – papkowata (miksowana/przecierana)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
03.05 2026r	śniadanie	<b>Ryż na mleku 300ml- 7</b> <b>Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 120g – 1(pszenica, żyto),</b> <b>Mix tłuszczowy 25g - 7</b> <b>Filet złocisty 30g – 1(pszenica),6,7</b> <b>Salatka jarzynowa z brokułem 50g</b> <b>Ser żółty 20g -7</b> <b>Pomidor 50g,Ogórek 30g</b> <b>salata 20g</b> <b>Herbata 250ml</b> <b>z cukrem(5g)</b>	Ryż na mleku 300ml – 7 Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 25 – 7 Salatka jarzynowa z brokułem 50g Ser biały krajanka 20 g -7 Filet złocisty 30 g- 1(pszenica),6,7 Mix salat 20g/ roszonek 30g Jabłko pieczone- 1szt Herbata 250ml z cukrem(5g)	Ryż na mleku, przecierany 300ml – 7 Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 25g – 7 Pasta z sera twarogowego krajanka 50 g -1 Pasta z fileta złocistego(20) z pomidorem bez skórki (50) – 1(pszenica,.)6,7 Mus z banana i jabłka pieczonego bez skórki 100g Herbata 250ml z cukrem(5g)	Jogurt naturalny 150g – 7 Pieczywo razowe 120g – 1(pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 25g – 7 Filet złocisty 30g – 1(pszenica, żyto),6,7 Ser żółty 20g -7 Salatka jarzynowa z brokułem 50g Pomidor 50g Mix salat 20g/ roszonek 30g Herbata 250ml b/cukru  II śniadanie: Jabłko 1szt
	obiad	Rosół z makaronem 350ml –1, 9 Filet z piersi kurczaka panierowany 100g- 1,3,4 Ziemniaki 250g Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką i olejem 100g Kompot z/c 200ml	Krem z białych warzyw na wywarze drobiowym z dodatkiem jogurtu naturalnego 350ml – 7,9 Ziemniaki 250g filet z piersi kurczaka na parze 100g-4 Brokuł gotowany z olejem 100g Kompot z/c 200 ml	Krem z białych warzyw na wywarze drobiowym z dodatkiem jogurtu naturalnego 350ml – 7,9- miksowany Ziemniaki gotowane puree 250g Filet z piersi kurczaka na parze(100g) w sosie koperkowym (100ml), miksowane – 9 Puree z gotowanego brokuła z olejem 100g Kompot z/c 200 ml	Rosół z makaronem - 350ml-1,9 Filet z piersi kurczaka panierowany 100g-1,3,4 Ziemniaki 250g. Surówka z kiszzonej kapusty z olejem -100g Kompot b/c 200ml
	kolacja	<b>Pieczywo mieszane pszenno – żytnie 120g – 1(pszenica, żyto)</b> <b>Mix tłuszczowy 25g – 7</b> <b>Szynka dr-30g – 1(pszenica),6,7</b> <b>Pasta serowa z szczypiorkiem 50g -7 ,</b> <b>Ser żółty 20g – 7</b> <b>Ogórek kiszony 30g</b> <b>Salata masłowa 20g/ pomidor 50g</b> <b>Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>	Pieczywo pszenne 120g – 1 (pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 15g – 7 Szynka dr 30g – 1(pszenica),6,7, Pasta serowa z koperkiem -50g - ,7 Szynka kon. 20g-1,6,7 Pomidor bez skórki 50g Sałata masłowa 20g/ roszonek 30g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g – 1 (pszenica) Mix tłuszczowy 15g – 7 Szynka dr 50g – 1(pszenica),6,7-miksowana Pasta serowa z koperkiem 50g-7 Sok warzywny 200g	Pieczywo razowe 120g – 1(pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 15g – 7 szynka dr 30g – 1(pszenica),6,7 Pasta serowa z szczypiorkiem 50g – 7 Ser żółty 20g-7 Ogórek kiszony 50g Sałata masłowa 20g/ roszonek 30g Herbata b/cukru 250ml
	II kolacja				Jogurt naturalny 150g z nasionami słonecznika 5g – 7,8,11

Suma wartości odżywczych:	<p>Energia (kcal): 2205.0  białko (g): 68.9  tłuszcze (g): 52.1  węglowodany ogółem (g): 385.6  błonnik (g): 39.1  sód (mg): 1951.0  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 14.3  % energii z białka: 13.0  %energii z tłuszczu: 21.4  % energii z węglowodanów: 65.7</p>	<p>Energia (kcal): 2170.1  białko (g): 69.4  tłuszcze (g): 53.3  węglowodany ogółem (g): 365.0  błonnik (g): 22.7  sód (mg): 2012.8  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 15.2  % energii z białka: 12.9  %energii z tłuszczu: 22.2  % energii z węglowodanów: 64.9</p>	<p>Energia (kcal): 2225.8  białko (g): 71.3  tłuszcze (g): 50.0  węglowodany ogółem (g): 385.9  błonnik (g): 25.5  sód (mg): 1918.7  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g):14.9  % energii z białka: 12.9  %energii z tłuszczu: 20.3  % energii z węglowodanów: 66.8</p>	<p>Energia (kcal): 2207.3  białko (g): 65.4  tłuszcze (g): 54.7  węglowodany ogółem (g): 384.1  błonnik (g): 41.2  sód (mg): 2078.1  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 15.0  % energii z białka: 12.2  %energii z tłuszczu: 22.5  % energii z węglowodanów: 65.3</p>
---------------------------	---	---	--	---

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna o zmiennej konsystencji – papkowata (miksowana/przecierana)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
04.05 2026r	śniadanie	<b>Ryż na mleku 300ml- 7</b> <b>Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 120g – 1(pszenica, żyto), Mix tłuszczowy 25g - 7</b> <b>Filet złocisty 30g – 1(pszenica),6,7</b> <b>Salatka brokułowa 50g-3</b> <b>Ser żółty 20g -7</b> <b>Pomidor 50g</b> <b>Ogórek 30g</b> <b>salata 30g</b> <b>Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>	Ryż na mleku 300ml – 7 Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 25 – 7 Ser biały krajanka 30 g -7 Filet złocisty 20 g- 1(pszenica),6,7 Salatka brokułowa -50g-3 Mix salat 20g/ roszonek 30g Jabłko pieczone- 1szt Herbata 250ml z cukrem(5g)	Ryż na mleku, przecierany 300ml – 7 Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 25g – 7 Pasta z sera twarogowego krajanka 30 g -1 Pasta z fileta złocistego(20) z pomidorem bez skórki (50) – 1(pszenica,),6,7 Mus z banana i jabłka pieczonego bez skórki 100g Herbata 250ml z cukrem(5g)	Jogurt naturalny 150g – 7 Pieczywo razowe 120g – 1(pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 25g – 7 Filet złocisty 30g – 1(pszenica, żyto),6,7 Ser żółty 20g -7 Salatka brokułowa -3 Pomidor 50g Mix salat 20g/ roszonek 30g Herbata 250ml b/cukru  II śniadanie: Jabłko 1szt
	obiad	<b>Zupa szczawiowa z ryżem i jajkiem na wywarze drobiowym, 350ml –1,7, 9</b> <b>Karkówka z grilla 100g-</b> <b>Ziemniaki 250g</b> <b>Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g-9</b> <b>Kompot z/c 200ml</b>	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze drobiowym 350ml –1, 7,9 Spaghetti (makaron 170g) z sosem Bolońskim (80ml) z mięsem mielonym wp/dr (100g) -1(pszenica),9 Brokuł gotowany z olejem 100g Kompot z/c 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze drobiowym 350ml –1, 7,9-miksowany Ziemniaki gotowane puree 250g Mięso mielone wp/dr duszone (100g) w sosie Bolońskim (80ml), miksowane – 9 Puree z gotowanego brokuła z olejem 100g Kompot z/c 200 ml	Zupa szczawiowa z ryżem i jajkiem na wywarze drobiowym, 350ml –1,7, 9 Karkówka z grilla 100g Ziemniaki 250g Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g-9 Kompot b/c 200ml
	kolacja	<b>Pieczywo mieszane pszenno – żytnie 120g – 1(pszenica, żyto)</b> <b>Mix tłuszczowy 15g – 7</b> <b>Kielbasa słoneczna dr-30g – 1(pszenica),6,7</b> <b>Pasta serowa z ziołami 50g -7 ,Ser żółty 20g – 7</b> <b>Ogórek kiszony 30g</b> <b>Salata masłowa 20g/ pomidor 50g</b> <b>Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>	Pieczywo pszenne 120g – 1 (pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 15g – 7 Kielbasa słoneczna dr 30g – 1(pszenica),6,7, Paszet dr 20, Pasta serowa z koperkiem -50g - ,7 Pomidor bez skórki 50g Salata masłowa 20g/ roszonek 30g Herbata 250ml z cukrem(5g)	Pieczywo pszenne 120g – 1 (pszenica) Mix tłuszczowy 15g – 7 Kielbasa słoneczna dr 50g – 1(pszenica),6,7 Pasta serowa z koperkiem 30g - , 7 Sok warzywny 200ml Herbata 250ml z cukrem(5g)	Pieczywo razowe 120g – 1(pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 15g – 7 Kielbasa słoneczna dr 30g – 1(pszenica),6,7 Pasta serowa z ziołami 50g – 7 Ser żółty 20g-7 Ogórek kiszony 50g Salata masłowa 20g/ roszonek 30g Herbata b/cukru 250ml
	II kolacja				Jogurt naturalny 150g z nasionami słonecznika 5g – 7,8,11

Suma wartości odżywczych:	<p>Energia (kcal): 2205.0  białko (g): 68.9  tłuszcze (g): 52.1  węglowodany ogółem (g): 385.6  błonnik (g): 39.1  sód (mg): 1951.0  kw. tłuszczowe nasycone ogółem (g): 14.3  % energii z białka: 13.0  % energii z tłuszczu: 21.4  % energii z węglowodanów: 65.7</p>	<p>Energia (kcal): 2170.1  białko (g): 69.4  tłuszcze (g): 53.3  węglowodany ogółem (g): 365.0  błonnik (g): 22.7  sód (mg): 2012.8  kw. tłuszczowe nasycone ogółem (g): 15.2  % energii z białka: 12.9  % energii z tłuszczu: 22.2  % energii z węglowodanów: 64.9</p>	<p>Energia (kcal): 2225.8  białko (g): 71.3  tłuszcze (g): 50.0  węglowodany ogółem (g): 385.9  błonnik (g): 25.5  sód (mg): 1918.7  kw. tłuszczowe nasycone ogółem (g): 14.9  % energii z białka: 12.9  % energii z tłuszczu: 20.3  % energii z węglowodanów: 66.8</p>	<p>Energia (kcal): 2207.3  białko (g): 65.4  tłuszcze (g): 54.7  węglowodany ogółem (g): 384.1  błonnik (g): 41.2  sód (mg): 2078.1  kw. tłuszczowe nasycone ogółem (g): 15.0  % energii z białka: 12.2  % energii z tłuszczu: 22.5  % energii z węglowodanów: 65.3</p>
---------------------------	---	---	---	---

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna o zmiennej konsystencji – papkowata (miksowana)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
05.05 2026r	śniadanie	<b>Makaron na mleku 300ml - 1(pszenica),7</b> <b>Pieczywo mieszane pszenno – żytnie 120g – 1(pszenica, żyto)</b> <b>Mix tłuszczowy 25g – 7</b> <b>Schab tradycyjny 30g – 1(pszenica),6,7</b> <b>Ser żółty 20g-7</b> <b>Twarożek z rzodkiewką 50g-7</b> <b>Ogórek świeży 50g Sałata masłowa 20g /pomidor 30g</b> <b>Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>	Makaron na mleku 300ml-1(pszenica),7 Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 25g – 7 Schab tradycyjny-30g 1(pszenica),6,7 Twarożek z bazylią 50g- ,7 Pomidor bez skórki 50g Sałata masłowa 20g/rozponka 30g Herbata 250ml z cukrem(5g)	Makaron na mleku 300ml, przecierana - 1(pszenica),7 Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 25g – 7 Pasta z mielonki śniadaniowej (30g) – 1(pszenica),6,7 Pasta z jajka gotowanego (sztuka) na miękko z jogurtem naturalnym(25ml), bazylią i pomidorem (70g), miksowana – 3,7 Mus z dyni, marchwi i jabłka z cynamonem 100g Herbata 250ml z cukrem(5g)	<b>Jogurt naturalny 150g – 7</b> <b>Pieczywo razowe 120g – 1 (pszenica, żyto)</b> <b>Mix tłuszczowy25g – 7</b> <b>Mix tłuszczowy 15g – 7</b> <b>Schab tradycyjny30g – 1(pszenica),6,7</b> <b>Ser żółty 20g-7</b> <b>Twarożek z rzodkiewką 50g-7</b> <b>Ogórek świeży 50g Sałata masłowa 20g /pomidor 30g</b> <b>Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>  <b>II śniadanie:</b> <b>Sok pomidorowy-200ml – 9</b>
	obiad	<b>Zupa pomidorowa z makaronem i zieleciną, na wywarze drobiowym– 350ml –1,9,7</b> <b>Ziemniaki 250g</b> <b>Kotlet schabowy 150g -3,1</b> <b>Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, zieleciną , przyprawy olej – 100g</b> <b>Kompot 200 ml</b>	Zupa pomidorowa z makaronem i zieleciną, na wywarze drobiowym– 350ml –1, 9,7 Ziemniaki 250g , udko gotowane 150g w sosie szpinakowym (80ml) – 1(pszenica),7,9 Jarzynka z wody 100g(brokół, kalafior, marchew) Kompot 200 ml	Pomidorowa z makmarone i zieleciną, na wywarze drobiowym, przecierana 350ml – 9,7 ziemniaki 250g mięso drobiowe 150g, miksowane, sos szpinakowym (80ml) – 1(pszenica),7,9 Puree z jarzynki 100g( brokół kalafior, marchew) – 7, Kompot 200 ml	<b>Zupa pomidorowa z makaronem i zieleciną, na wywarze drobiowym– 350ml – 1,9,7</b> <b>Ziemniaki 250g</b> <b>Kotlet schabowy150g -3,1</b> <b>Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, zieleciną , przyprawy olej – 100g</b> <b>Kompot b/c 200ml</b>
	kolacja	<b>Pieczywo mieszane pszenno – żytnie 90g – 1(pszenica, żyto)</b> <b>Pieczywo razowe 30g – 1(pszenica, żyto)</b> <b>Mix tłuszczowy 15g – 7</b> <b>Szynka 30g -1(pszenica),6,7</b> <b>Ser żółty 20g – 7</b> <b>Jajko gotowane 50g-3</b> <b>Ogórek świeży 30g</b> <b>Pomidor 50g</b> <b>Sałata masłowa 30g /</b> <b>Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>	Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 15g – 7 Blok koperkowy 20g - 1(pszenica),6,7 Ser biały krajanka 30g – 7 Sałata masłowa 20g/rukola30g Sok warzywny 200 ml -9 Herbata 250ml z cukrem(5g)	Pieczywo pszenne 120g – 1 (pszenica) Mix tłuszczowy 15g – 7 Blok koperkowy 30g - 1(pszenica),6,7 Pasta z sera białego z koperkiem 50g-7 Sok warzywny 200ml – 9 Herbata 250ml z cukrem(5g)  Z P-O* Zupa mleczna z kaszą manną 250ml -1(pszenica),7 (* Posilek dodatkowy)	Pieczywo razowe 120g – 1(pszenica, żyto) <b>Mix tłuszczowy 15g – 7</b> <b>Szynka 30g -1(pszenica),6,7</b> <b>Serek topiony 30g – 7</b> <b>Ser żółty 20g – 7</b> <b>Jajko gotowane 50g-3</b> <b>Ogórek świeży 30g</b> <b>Pomidor 50g</b> <b>Sałata masłowa 30g /</b> <b>Herbata 250ml</b>
	II kolacja				Kefir naturalny 150g z pestkami dyni 5g - 7, 8,11

Suma wartości odżywczych:	Energia (kcal): 2279.1 białko (g): 76.8 tłuszcze (g): 76.7 węglowodany ogółem (g): 337.3 błonnik (g): 29.8 sód (mg): 2300.7 kw. tłuszczowe nasycone ogółem (g): 21.9 % energii z białka: 13.7 % energii z tłuszczu: 30.4 % energii z węglowodanów: 55.9	Energia (kcal): 2222.6 białko (g): 83.5 tłuszcze (g): 62.0 węglowodany ogółem (g): 346.0 błonnik (g): 24.5 sód (mg): 2747.7 kw. tłuszczowe nasycone ogółem (g): 16.9 % energii z białka: 15.3 % energii z tłuszczu: 25.1 % energii z węglowodanów: 59.6	Energia (kcal): 2237.3 białko (g): 84.6 tłuszcze (g): 62.5 węglowodany ogółem (g): 347.5 błonnik (g): 24.5 sód (mg): 2763.4 kw. tłuszczowe nasycone ogółem (g): 17.2 % energii z białka: 15.4 % energii z tłuszczu: 25.1 % energii z węglowodanów: 59.5	Energia (kcal): 2089.5 białko (g): 74.0 tłuszcze (g): 69.0 węglowodany ogółem (g): 313.8 błonnik (g): 39.2 sód (mg): 2290.9 kw. tłuszczowe nasycone ogółem (g): 19.9 % energii z białka: 14.4 % energii z tłuszczu: 29.8 % energii z węglowodanów: 55.8
---------------------------	--	--	--	--

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji – papkowata (miksowana/przecierana)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
06.05 2026r	śniadanie	<b>Kasza kukurydziana na mleku 300ml -7 Pieczywo mieszane pszenno - żytnie 90g – 1 (pszenica, żyto) Pieczywo razowe 30g – 1(pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 15g – 7 Szynka z indyka prasowana 30 – 1(pszenica),6,7 Pasta z sera twarogowego i zielonej pietruszki 50g- 7 Ser żółty 20g-7 Ogórek zielony 50g Sałata 20g/pomidor 30g Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>	Kasza kukurydziana na mleku 300ml – 7 Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 15g – 7 Szynka z indyka prasowana 50 – 1(pszenica),6,7 Pasta z sera twarogowego i zielonej pietruszki 50g – 7 Sałata 20g/ rozspanka30g Pomidor bez skórki 50g Herbata 250ml z cukrem(5g)	Kasza kukurydziana na mleku 300ml – 7 Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 15g – 7 (30g), Pasta z sera twarogowego i pomidora bez skórki (50g) Pasta z szynki prasowanej z indyka 50g - 1(pszenica),6,7 Herbata 250ml z cukrem(5g)	<b>Jogurt naturalny 150g – 7 Pieczywo razowe 120g – 1(pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 15g – 7 Szynka z indyka prasowana 30 – 1(pszenica),6,7 Ser żółty 20g-7 Pasta z sera twarogowego i zielonej pietruszki 50g- 7 Ogórek zielony 50g sałata 20g/ pomidor 30g Herbata b/cukru 250ml</b>  <b>II śniadanie:</b> Jabłko, sztuka
	obiad	<b>Zupa ogórkowa na wywarze drobiowym z natką pietruszki – 350ml – 1,9,7 Ziemniaki 250g Gulasz wp100/100 ml-1 Surówka z białej kapusty z marchewką i zielenią , przyprawy ,olej-100g Kompot 200ml</b>	Zupa brokułowa z makaronem na wywarze drobiowym z natką pietruszki – 350ml – 1,9,7 Ziemniaki 250g Gulasz wp100/100 ml-1 Marchew oprószana 100g Kompot 200ml	Brokułowa z makaronem na wywarze drobiowym z natką pietruszki –350g– 1,9,7 Ziemniaki gotowane puree –150g Mięso /miksowany 150g-7 Puree z marchwi gotowanej z olejem 100g Kompot 200ml	<b>Zupa ogórkowa na wywarze drobiowym z natką pietruszki – 350ml –1, 9,7 Ziemniaki 250g Gulasz wp100/100 ml-1 Surówka z białej kapusty z marchewką i zielenią , przyprawy ,olej-100g Kompot b/c 200ml</b>
	kolacja	<b>Pieczywo mieszane pszenno – żytnie 90g – 1(pszenica, żyto) Pieczywo razowe 30g – 1(pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 15g – 7 Szynka wp 30g-1,6,7 ser żółty 20g-7 Twaróg półtłusty krajanka 50g – 7 Ogórek konserwowy 50g Sałata masłowa 20g/ rukola 30g Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>	Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasta mięsno-jarzynowa 50g – 9 Twaróg półtłusty krajanka 50g – 7 Pomidor bez skórki 50g Sałata masłowa 20g / rukola 30g Herbata 250ml z cukrem(5g)	Pieczywo pszenne 120g – 1 (pszenica) Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasta mięsno-jarzynowa 50g – 9 Twaróg z jogurtem i koperkiem zmiksowany 30g – 7 Sok pomidorowy 200ml Herbata 250ml z cukrem(5g)	<b>Pieczywo razowe 120g – 1(pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 15g – 7 Szynka wp 30g-1,6,7 ser żółty 20g-7 Twaróg półtłusty krajanka 30g – 7 Ogórek konserwowy 50g Sałata masłowa 20g/pomidor 30g Herbata b/cukru 250ml</b>
	II kolacja				Maślanka naturalna 150g z siemieniem lnianym 5g – 7,8,11

Suma wartości odżywczych:	<p>Energia (kcal): 2042.8  białko (g): 79.5  tłuszcze (g): 61.2  węglowodany ogółem (g):310.3  błonnik (g): 34.5  sód (mg): 2095.3  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g):17.9  % energii z białka:17.4  % energii z tłuszczu: 26.9  % energii z węglowodanów: 57.0</p>	<p>Energia (kcal): 2048.7  białko (g): 82.6  tłuszcze (g): 50.8  węglowodany ogółem (g): 329.3  błonnik (g): 25.5  sód (mg): 2071.5  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 13.0  % energii z białka: 16.5  % energii z tłuszczu: 22.1  % energii z węglowodanów: 61.4</p>	<p>Energia (kcal): 2044.5  białko (g): 82.2  tłuszcze (g): 50.7  węglowodany ogółem (g): 328.6  błonnik (g): 25.5  sód (mg): 2071.5  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 13.0  % energii z białka: 16.4  % energii z tłuszczu: 22.1  % energii z węglowodanów: 61.4</p>	<p>Energia (kcal): 2033.1  białko (g): 71.3  tłuszcze (g): 66.5  węglowodany ogółem (g): 305.9  błonnik (g): 37.0  sód (mg): 2119.5  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g):15.5  % energii z białka: 14.5  % energii z tłuszczu: 29.5  % energii z węglowodanów: 56.0</p>
---------------------------	---	--	--	---

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji – papkowata (miksowana/przecierana)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
07.05 2026r	śniadanie	<b>Kasza jęczmienna na mleku 300ml 1(jęczmień),7</b> <b>Pieczywo mieszane pszenno – żytnie 120g – 1(pszenica, żyto)</b> <b>Mix tłuszczowy 25g – 7</b> <b>Filet z kotła 30g – 1(pszenica),6,7, ser żółty 20g-7</b> <b>Salatka jarzynowa 50g – 3,9</b> <b>Pomidor 30g /salata 30g,Ogórek świeży 50g</b> <b>Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>	Kasza jęczmienna na mleku 300ml – 1(jęczmień),7 Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 25g – 7 Szynka dr (pszenica)1,6,7-30g, Filet z kotła 30g – 1,4,7 <b>Salatka jarzynowa 50g – 3,9</b> Roszponka 20g/salata 30g Sok warzywny 200g - 9 Herbata 250ml z cukrem(5g)	Kasza jęczmienna na mleku, przecierana 300ml – 1(jęczmień),7 Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 25g – 7 Filet z kotła 30g– 1,4,7 Pasta z sera z zieleniną i jogurtem naturalnym 30g – 7 - Sok warzywny 200g - 9 Herbata 250ml z cukrem(5g)	Jogurt naturalny150g – 7 Pieczywo razowe 120g – (pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 25g – 7 Filet z kotła 30g – 1(pszenica),6,7, ser żółty 20g-7 <b>Salatka jarzynowa 50g – 3,9</b> Pomidor 30g /salata 30g,Ogórek świeży 50g Herbata 250ml  II śniadanie: Budyń b/c 200ml – 1(pszenica),7
	obiad	<b>Zupa krupnik na wywarze drobiowym z natką pietruszki zabieleny 350ml – 1(pszenica),7,9</b> <b>Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g</b> <b>Udko z kurczaka 150g</b> <b>Surówka buraczki tarte z jabłkiem i olejem100g</b> <b>Kompot z/c (5g) 200 ml</b>	Krupnik na wywarze drobiowym z natką pietruszki zabieleny 350ml – 1(pszenica),7,9 Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g Potrawka z kurczaka 100g/80ml -1,7 Buraczki tarte z olejem 100g Kompot z/c (5g) 200 ml	Krupnik na wywarze drobiowym z natką pietruszki zabieleny 350ml – 1(pszenica),7,9 Ziemniaki puree 250g Potrawka z kurczaka (100g/80ml) miksowana – 1(pszenica),7 Puree z buraczków gotowanych z olejem 100g Kompot z/c (5g) 200 ml	<b>Zupa krupnik na wywarze drobiowym z natką pietruszki zabieleny 350ml – 1(pszenica),7,9</b> Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g Udko z kurczaka 150g sałatka z ogórka kiszzonego z marchwią, cebula i olejem 100g Kompot b/c (5g) 200 ml
	kolacja	<b>Pieczywo mieszane pszenno - żytnie 120g – 1(pszenica, żyto)</b> <b>Mix tłuszczowy 25g – 7</b> <b>Szynka konserwowa wp 30g – 1(pszenica),6,7</b> <b>Serek fromage z chrzanem szczypiorkiem i cebulą 50g-,7, ser żółty-7-20g</b> <b>Pomidor 50g</b> <b>Salata maslowa 20g/ogórek 30g</b> <b>Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>	Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 25g – 7,szynka konserwowa 20g, Szynka konserwowa 30g – 1(pszenica),6,7 Serek fromage miksowany z jogurtem i zieleniną (koperek, natka pietruszki) 50g -7 Pomidor bez skórki 50g Salata maslowa 20g/roszponka 30g Herbata 250ml z cukrem(5g)	Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 25g – 7,szynka konserwowa 30g z pomidorem bez skórki (30g), miksowana – 1(pszenica),6,7 Pasta z serka fromage miksowanego z jogurtem i zieleniną (koperek, natka pietruszki) 50g – 7 Mus marchwiowo- jabłkowy 100ml Herbata 250ml z cukrem (5g)	<b>Pieczywo razowe 120g – 1(pszenica, żyto)</b> <b>Mix tłuszczowy 25g – 7</b> <b>Szynka konserwowa 30g – 1(pszenica),6,7, ser żółty 20g-7</b> <b>Serek fromage z chrzanem szczypiorkiem i cebulą 50g-,7</b> <b>Pomidor 50g</b> <b>Salata maslowa 30g/ogórek 30g</b> <b>Herbata b/cukru 250ml</b>
	II kolacja				Maślanka naturalna 150g z otrębami 5g – 1(pszenica),7,8,11

Suma wartości odżywczych:	<p>Energia (kcal): 2035.6  białko (g): 86.2  tłuszcze (g): 62.4  węglowodany ogółem (g): 297.3  błonnik (g): 29.7  sód (mg): 1692.3  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 16.6  % energii z białka: 17.4  % energii z tłuszczu: 27.8  % energii z węglowodanów: 54.8</p>	<p>Energia (kcal): 2078.5  białko (g): 91.3  tłuszcze (g): 57.1  węglowodany ogółem (g): 310.7  błonnik (g): 21.2  sód (mg): 1885.4  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 16.3  % energii z białka: 17.8  % energii z tłuszczu: 24.7  % energii z węglowodanów: 57.5</p>	<p>Energia (kcal): 2064.7  białko (g): 90.3  tłuszcze (g): 56.6  węglowodany ogółem (g): 309.3  błonnik (g): 21.2  sód (mg): 1870.9  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 16.0  % energii z białka: 17.7  % energii z tłuszczu: 24.7  % energii z węglowodanów: 57.6</p>	<p>Energia (kcal): 2035.7  białko (g): 87.3  tłuszcze (g): 60.7  węglowodany ogółem (g): 300.7  błonnik (g): 32.0  sód (mg): 1905.4  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 15.9  % energii z białka: 17.5  % energii z tłuszczu: 27.1  % energii z węglowodanów: 55.4</p>

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji – papkowata	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
08.05 2026r	śniadanie	<b>Platki owsiane na mleku 300ml - 1(owies),7</b> <b>Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 120g – 1(pszemica, żyto)</b> <b>Mix tłuszczowy 25g – 7</b> <b>Szynka słoneczna dr/wp 30g – 1(pszemica)6, 7</b> <b>Ser żółty 20g – 7</b> <b>Twarożek z rzodkiewką 50g – 7</b> <b>ogórek zielony 30g</b> <b>Salata masłowa 30g/pomidor50g</b> <b>Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>	Platki owsiane na mleku 300ml - 1(owies), 7 Pieczywo pszenne 70g – 1(pszemica) Bułka pszenna śniadaniowa– 50g – 1(pszemica) Mix tłuszczowy 25g – 7 Szynka słoneczna 30g – 1(pszemica,.)6,7 Twarożek z zieleniną i jogurtem naturalnym 70g – 7, pomidor bez skórki 50g Salata masłowa 20g/roszponka 30g Herbata 250ml z cukrem(5g)	Platki owsiane na mleku, przecierane 300ml - 1(owies), 7 Pieczywo pszenne 120g – 1(pszemica) Mix tłuszczowy-25g-7 Pasta z szynki słonecznej (30g) i pomidora bez skórki (70g) – 1(pszemica),6,7 Twarożek z zieleniną i jogurtem naturalnym, miksowany 70g – 7 7,9 Herbata 250ml z cukrem(5g)	<b>Jogurt naturalny 150g – 7</b> <b>Pieczywo razowe 120g – 1(pszemica, żyto)</b> <b>Mix tłuszczowy 25g – 7</b> <b>Szynka słoneczna dr/wp 30g – 1(pszemica),6,7</b> <b>Twarożek z rzodkiewką 50g – 7</b> <b>ogórek zielony 50g, ser żółty 20g-7</b> <b>Salata masłowa30g/roszponka 20g</b> <b>Herbata bez cukru 250ml</b>  II śniadanie: Sok warzywny 200ml - 9
	obiad	<b>krupnik zabielały z kaszy pęczak 350ml –1, 7,9</b> <b>Filet drobiowy po parysku , 100g – 1(pszemica),3, ziemniaki 250g</b> <b>Surówka z pekińskiej kapusty z olejem 100g</b> <b>Kompot 200 ml</b>	<b>krupnik zabielały z kaszy pęczak 350ml – 1,7,9</b> Filet drobiowy 100g – 1(pszemica),3., ziemniaki 250g Surówka z pekińskiej kapusty z olejem 100g Kompot 200 ml	<b>krupnik zabielały z kaszy pęczak 350ml – przecierana 350ml – 7,9,</b> <b>filet drobiowy zmiksowany 100g</b> Puree z gotowanego ziemniaka, szpinaku 250g/ szpinak 100g Kompot z/c 200ml	<b>krupnik zabielały z kaszy pęczak 350ml – 7,9</b> <b>Filet drobiowy panierowany, 100g – 1(pszemica),3, ziemniaki 250g</b> <b>Surówka z pekińskiej kapusty z olejem 100g</b> <b>Kompot b/c 200m</b>
	kolacja	<b>Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 120g – 1(pszemica, żyto)</b> <b>Mix tłuszczowy 25g – 7</b> <b>Ser żółty 20g-7</b> <b>Szynka konserwowa 30g</b> <b>Ser topiony z ziołami 50g – 7</b> <b>Salata masłowa 20g,pomidor 30g</b> <b>Ogórek konserwowy 50g</b> <b>Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>	Pieczywo pszenne 120g – 1(pszemica) Mix tłuszczowy 25g – 7 Paszтет dr 20g – 9, szynka konserwowa 30g Ser krajanka z ziołami 50g – 7 Salata masłowa 30g,rukola 20g Pomidor bez skórki 50g Herbata 250ml z cukrem(5g)	Pieczywo pszenne 120g – 1(pszemica) Mix tłuszczowy 25g – 7 Pasta mięsno -warzywna z mięsa drobiowego, miksowana 50g - 9 Ser krajanka (50g) z ziołami, miksowany z dodatkiem jogurtu naturalnego i pomidora bez skórki (50g)– 7 Herbata 250ml z cukrem(5g)	<b>Pieczywo razowe 120g – 1(pszemica, żyto)</b> <b>Mix tłuszczowy 15g – 7</b> <b>Ser żółty 20g-7</b> <b>Szynka konserwowa-30g</b> <b>Ser topiony z ziołami 50g – 7</b> <b>Salata masłowa 30g,rukola 20g</b> <b>Ogórek konserwowy 50g</b> <b>Herbata bez cukru 250ml</b>
	II kolacja				Maślanka 150g z mieszkanką ziaren dyni i słonecznika z otrębami 5g - 7, 8,11

Suma wartości odżywczych:	<p>Energia (kcal): 2127.87  białko (g): 84.4  tłuszcze (g): 78.2  węglowodany ogółem (g): 282.9  błonnik (g): 26.3  sód (mg): 2504.7  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 28.1  % energii z białka: 18.1  % energii z tłuszczu: 31.2  % energii z węglowodanów: 50.7</p>	<p>Energia (kcal): 2198.4  białko (g): 94.2  tłuszcze (g): 64.4  węglowodany ogółem (g): 327.0  błonnik (g): 22.3  sód (mg): 2418.6  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 24.2  % energii z białka: 16.5  % energii z tłuszczu: 25.7  % energii z węglowodanów: 57.8</p>	<p>Energia (kcal): 2189.2  białko (g): 92.2  tłuszcze (g): 64.0  węglowodany ogółem (g): 319.0  błonnik (g): 23.3  sód (mg): 2408.5  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 24.2  % energii z białka: 16.3  % energii z tłuszczu: 23.9  % energii z węglowodanów: 59.8</p>	<p>Energia (kcal): 2018.0  białko (g): 76.6  tłuszcze (g): 73.4  węglowodany ogółem (g): 263.9  błonnik (g): 34.8  sód (mg): 3199.3  kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 27.9  % energii z białka: 14.7  % energii z tłuszczu: 30.5  % energii z węglowodanów: 54.8</p>
---------------------------	---	--	--	--

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji – papkowata (miksowana/przecierana)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
09.05 2026r	śniadanie	<b>Makaron na mleku 300ml – 1(pszenica),7 Pieczywo mieszane pszenno - żytnie 120g – 1(pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 25g – 7 Ser żółty 20g – 7 Szynka konserwowa wp. 30g Pasta brokułowa z jajkiem 50g – 3,7 Pomidor 50g Ogórek zielony 30g/sałata 30g Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>	Makaron na mleku 300ml – 1(pszenica),7 Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 25g – 7 Pasta brokułowa z białkiem jaja 30g – 3,7 Dżem niskosłodzony, bezpestkowy 20g Pomidor bez skórki 50g Rukola 20g/ sałata 30g Herbata 250ml z cukrem(5g)	Makaron na mleku 300 ml – 1(pszenica),7 Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 25g – 7 Pasta brokułowa z białkiem jaja, miksowana 30g – 7 Dżem niskosłodzony, bezpestkowy 20g Mus dyniowy z jabłkiem 100g Herbata 250ml z cukrem(5g)	<b>Jogurt naturalny 150g – 7 Pieczywo razowe 120g – 1(pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 15g – 7 Szynka konserwowa 30g Ser żółty 20g – 7 Pasta brokułowa z jajkiem 30g – 3,7 Pomidor 50g Rukola20g/sałata 30g Herbata b/cukru 250ml</b>  <b>II śniadanie: Kanaпка z chleba razowego z mixem tłuszczowym, wędliną rzodkiewką ,sałata 35/5/25/5/5g-1(pszenica, żyto),6,7</b>
	obiad	<b>Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami na wywarze drobiowym, zabieleną – 7,9 z koperkiem 350ml ziemniaki 250g, schab w sosie pieczeniowym 100/100g- 1 Surówka z białej kapusty z olejem 100g Kompot 200 ml</b>	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami na wywarze drobiowym zabieleny 350ml –9 Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g Schab w sosie pieczeniowym100g – 1(pszenica), Jarzynka z wody z olejem 100g Kompot 200 ml	Zupa barszcz biały z jajkiem ,na wywarze drobiowym, przecierany 350ml – 9 Ziemniaki puree 250g Schab duszony , miksowany 100g -1,4 Sos pieczeniowy (80ml) – 1(pszenica),7 Jarzynka z wody z olejem, puree 100g Kompot 200 ml	<b>Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami na wywarze drobiowym, zabieleny 350ml – 7,9 Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g schab w sosie pieczeniowym100g/100ml – 1(pszenica), Surówka z białej kapusty z z olejem 100g Kompot b/c 200ml</b>
	kolacja	<b>Pieczywo mieszane pszenno - żytnie 120g – 1(pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 25g – 7 Połędwica dr 30g-1(pszenica) 6,7 Ser żółty 20g-7 Ser twarogowy krajanka z rzodkiewką50g – 7 Ogórek konserwowy 50g,Sałata 30g/pomidor 30g Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>	Pieczywo pszenne 120g – 1 (pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 25g – 7 Serek biały krajanka 30g -7, Blok śniadaniowy30g-1(pszenica) 6,7 Pomidor bez skórki 50g Sałata 30g/roszponka 20g Sałatka selerowa z ananase i szynką 50g-9,3 Herbata 250ml z cukrem(5g)	Pieczywo pszenne 120g – 1 (pszenica) Mix tłuszczowy 25g – 7 Pasta z sera białego krajanka z jogurtem 50g – 7 Pasta z bloku śniadaniowego 30g-1(pszenica) 6,7 Sok pomidorowy 200ml Herbata 250ml z cukrem(5g)  Z P-O* Zupa mleczna z płatkami owsianymi, zmiksowana 250ml-1 (owies),7 (* Posilek dodatkowy)	<b>Pieczywo razowe 120g – 1 (pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 25g – 7 Połędwica dr 30g-1(pszenica) 6,7 Ser twarogowy krajanka z rzodkiewką 50g – 7 Ser żółty 20g-7 Ogórek konserwowy 50g Sałata 30g/pomidor 30g Herbata b/cukru 250ml</b>
	II kolacja				Jogurt naturalny 150gz sezamem 5g – 7

Suma wartości odżywczych:	Energia (kcal): 2107.9	Energia (kcal): 2107.7	Energia (kcal): 2184.3	Energia (kcal): 2095.5
	białko (g): 79.7	białko (g): 76.7	białko (g): 87.7	białko (g): 82.6
	tłuszcze (g): 72.1	tłuszcze (g): 54.7	tłuszcze (g): 57.0	tłuszcze (g): 71.4
	węglowodany ogółem (g): 301.9	węglowodany ogółem (g): 342.5	węglowodany ogółem (g): 345.5	węglowodany ogółem (g): 298.3
	błonnik (g): 31.7	błonnik (g): 28.6	błonnik (g): 28.6	błonnik (g): 35.1
	sód (mg): 2679.6	sód (mg): 3168.3	sód (mg): 2867.9	sód (mg): 3516.7
	kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 22.	kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 19.1	kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 20.5	kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 23.9
	% energii z białka: 15.6	% energii z białka: 14.8	% energii z białka: 16.4	% energii z białka: 16.2
	% energii z tłuszczu: 30.7	% energii z tłuszczu: 23.4	% energii z tłuszczu: 23.5	% energii z tłuszczu: 30.7
% energii z węglowodanów: 53.7	% energii z węglowodanów: 61.8	% energii z węglowodanów: 60.2	% energii z węglowodanów: 53.1	

<b>Dzień</b>	<b>Posilek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji – papkowata</b>	<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>10.05.2026r</b>	śniadanie	<b>Płatki pszenne na mleku 300ml – 1(pszenica),7</b> <b>Pieczywo mieszane pszenno - żytnie 120g – 1(pszenica, żyto)</b> <b>Mix tłuszczowy 15g – 7</b> <b>Szynka konserwowa 30g – 1(pszenica)-6,7,</b> <b>Ser żółty 20g-7</b> <b>Twarożek z koperkiem 50g -7</b> <b>Ogórek kiszony 50g</b> <b>Salata masłowa 20g/ pomidor 30g</b> <b>Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>	Płatki pszenne na mleku 300ml – 1(pszenica),7 Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica,) Mix tłuszczowy 15g – 7 Szynka konserwowa 30g-1(pszenica),6,7 Dżem bezpestkowy, niskosłodzony 20g, twarożek z koperkiem50g Sałata masłowa 20g Mus jabłkowo-marchwiowo100g Herbata 250ml z cukrem(5g)	Płatki pszenne na mleku 300ml, przecierany – 1(pszenica),7 Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica,) Mix tłuszczowy 15g – 7 Pasta z mielonki śniadaniowej (30g) ipomidora bez skórki (30g) – 1 (pszenica), 6,7 Dżem bezpestkowy, niskosłodzony 20g Twarożek 50g-7 Mus jabłkowo-marchwiowo 100g Herbata 250ml z cukrem(5g)	<b>Jogurt naturalny 150g – 7</b> <b>Pieczywo razowe 120g – 1(pszenica, żyto)</b> <b>Mix tłuszczowy 15g – 7</b> <b>Szynka konserwowa 30g-1(pszenica),6,7</b> <b>Ser żółty 20g-7</b> <b>Twarożek z koperkiem 50g-7,sałata masłowa 20g</b> <b>pomidor 50g ,ogórek kiszony 30g</b> <b>Herbata b/cukru 250ml</b>  <b>II śniadanie:</b> <b>Kisiel b/c 200ml</b>
	obiad	<b>Rosół z makaronem na wywarze drobiowym z zieleniną350ml – 1(jęczmień), 9</b> <b>Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g</b> <b>Kotlet pożarski dr 100g-1,3</b> <b>100g – 1(pszenica),3,</b> <b>Surówka z buraczków 100g</b> <b>Kompot 200 ml</b>	Rosół z makaronem na wywarze drobiowymz zieleniną 350ml – 1(jęczmień),9 Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g <b>Kotlet pożarski 100g-1,3</b> <b>100g – 1(pszenica),3,4 na szpinaku 100-1,7</b> Kompot 200 ml	Rosół z makaronem wywarze drobiowym z zieleniną, 350ml -1(jęczmień), 9 Ziemniaki gotowane puree250g <b>Kotlet pożarski 100g-1,3</b> <b>– 1(pszenica),3,4 na szpinaku 100-1,7–</b> miksowany Kompot 200 ml	<b>Rosół z maronem drobiowym z zieleniną 250ml – 1(jęczmień)-1, 9</b> <b>Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g</b> <b>Kotlet pożarski 100g-1,3,4</b> <b>Surówka z buraczków 100g</b> <b>Kompot b/c 200ml</b>
	Kolacja	<b>Pieczywo mieszane pszenno – żytnie 120g – 1(pszenica, żyto) Mix tłuszczowy 15g – 7</b> <b>Salatka z ryżu, tuńczyka, kukurydzy z ogórkiem z sosem majonezowo-jogurtowym 50g – 3,7,10</b> <b>Szynka konserwowa 30g – 1,6,7</b> <b>Ser żółty 20g-7</b> <b>Ogórek 50g, Sałata masłowa 30g /pomidor 30g</b> <b>Herbata 250ml z cukrem(5g)</b>	Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 15g – 7 Salatka z ryżu, tuńczyka(sos własny) z zieloną pietruszką, jogurtem naturalnym-50g-7 Pasta twarogowo - bazyliowa 30g - 7, Szynka konserwowa 30g – 1,6,7 Sałata masłowa 30g Sok warzywny 200ml Herbata 250ml z cukrem(5g)	Pieczywo pszenne 120g – 1(pszenica) Mix tłuszczowy 15g – 7 Salatka z ryżu, tuńczyka(sos własny) z zieloną pietruszką, jogurtem naturalnym, miksowana 50g-7 Pasta z szynki konserwowej 20g-1,6,7 Sok warzywny 200ml Herbata 250ml z cukrem(5g)	<b>Pieczywo razowe 120g – 1(pszenica, żyto)</b> <b>Mix tłuszczowy 15g –7</b> <b>Salatka z ryżu, tuńczyka, kukurydzy z ogórkiem z sosem majonezowo-jogurtowym 50g – 3,7,10</b> <b>Szynka konserwowa 30g – 1,6,7,ser żółty 20g,</b> <b>Ogórek 50g</b> <b>Salata masłowa 30g/ pomidor 30g</b> <b>Herbata b/cukru 250ml</b>
	II kolacja				Kefir naturalny 150g z nasionami słonecznika 5g -7,8,11

Suma wartości odżywczych:	Energia (kcal): 2051.9 białko (g): 75.2 tłuszcze (g): 54.5 węglowodany ogółem (g): 332.0 błonnik (g): 31.9 sód (mg): 2140.9 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 11.9 % energii z białka: 15.1 % energii z tłuszczu: 23.9 % energii z węglowodanów: 60.9	Energia (kcal): 2088.7 białko (g): 68.3 tłuszcze (g): 63.1 węglowodany ogółem (g): 323.4 błonnik (g): 21.9 sód (mg): 1728.1 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 19.3 % energii z białka: 13.3 % energii z tłuszczu: 27.3 % energii z węglowodanów: 59.4	Energia (kcal): 2088.7 białko (g): 68.3 tłuszcze (g): 63.1 węglowodany ogółem (g): 323.4 błonnik (g): 21.9 sód (mg): 1728.1 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 19.3 % energii z białka: 13.3 % energii z tłuszczu: 27.3 % energii z węglowodanów: 59.4	Energia (kcal): 2154.1 białko (g): 76.6 tłuszcze (g): 62.0 węglowodany ogółem (g): 339.7 błonnik (g): 38.6 sód (mg): 2219.4 kw.tłuszczowe nasycone ogółem (g): 16.7 % energii z białka: 14.7 % energii z tłuszczu: 25.9 % energii z węglowodanów: 59.4
---------------------------	---	---	---	---

Lista alergenów Przepisy Unii Europejskiej dotyczą 14 alergenów. Szczegółowy wykaz znajduje się w Załączniku nr 2 w Rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności. Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) 8. Orzechy: migdały, orzechy włoskie, nerkowca, brazylijskie, pistacje, makadamia i produkty pochodne 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO<sub>2</sub> dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców 13. Łubin i produkty pochodne 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Dostawca cateringu zastrzega sobie możliwość zamiany produktów i dań z przyczyn od niego niezależnych.