

DO1. Dieta PODSTAWOWA

2026-03-23 Poniedziałek				
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. #Mus cukinia kiwi szpinak jabłko banan (100g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Serek homogenizowany naturalny (150g)
2. p# Chleb graham (100g)	2. p# Zupa krupnik (400g)		2. p# Chleb zwykły (100g)	
3. p# Chleb zwykły (100g)	3. p#O Pulpety z indyka duszone (130g)		3. p# Chleb graham (100g)	
4. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	4. Kapusta kiszona z marchewką (200g)		4. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	
5. Warzywa: pomidor, sałata (1) (80g)	5. Kasza bulgur ugotowana z pieczarkami i koprem (200g)		5. Warzywa: rzodkiewka, ogórek kwaszony (9) (80g)	
6. p#w szynka z indyka indykpol*bg (50g)			6. P# Pasta z groszku ze szczypiorkiem (80g)	
7. p# Ser Rycki Edam light (30g)			7. P#w kielbasa żywiecka smaczne wędliny (30g)	

D03. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów. (CUKRZYCA)
D07. Dieta bogatoresztkowa

2026-03-23 Poniedziałek				
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. Gruszka (50g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Jogurt naturalny Fruvita kremowy (200g)
2. p# Chleb graham (150g)	2. p# Zupa krupnik (400g)	2. Jogurt z płatkami owsianymi (150g)	2. p# Chleb graham (150g)	
3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	3. p#O Pulpety z indyka duszone (130g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	
4. Warzywa: pomidor, sałata (1) (80g)	4. Kapusta kiszona z marchewką (200g)		4. Warzywa: rzodkiewka, ogórek kwaszony (9) (80g)	
5. p#w szynka z indyka indykpol*bg (50g)	5. Kasza bulgur ugotowana z pieczarkami i koprem (200g)		5. P# Pasta z groszku ze szczypiorkiem (80g)	
6. p# Pasta twarogowa z koperkiem (80g)			6. P#w kielbasa żywiecka smaczne wędliny (30g)	
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	

DO1. Dieta PODSTAWOWA

2026-03-24 Wtorek				
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. Gruszka (150g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Jogurt naturalny Fruvita kremowy (200g)
2. p# Chleb zwykły (100g)	2. p# Zupa ogórkowa (400g)		2. p# Chleb graham (70g)	
3. p# Chleb graham (100g)	3. #Jaja sadzone (100g)		3. p# Chleb zwykły (70g)	
4. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	4. p# Sos musztardowy (150g)		4. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	
5. Warzywa: ogórek, papryka (8) (80g)	5. #surówka z kapusty, ogórka i papryki (150g)		5. Warzywa: pomidor, rzodkiewka (10) (80g)	
6. #Parówki z szynki (80g)	6. RW Ziemniaki duszone 2 z koprem (200g)		6. p# Pasta z tuńczyka i twarogu (80g)	
7. #Ketchup m (30g)				

D03. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.(CUKRZYCA)
D07. Dieta bogatobiałkowa

2026-03-24 Wtorek				
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. p# Jogurt z nasionami (200g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Jogurt naturalny Fruvita kremowy (200g)
2. p# Chleb graham (150g)	2. p# Zupa ogórkowa (400g)		2. p# Chleb graham (150g)	
3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	3. #surówka z kapusty, ogórka i papryki (200g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (20g)	
4. Warzywa: ogórek, papryka (8) (80g)	4. Jaja gotowane w koszulce (100g)		4. Warzywa: pomidor, rzodkiewka (10) (80g)	
5. #Parówki z szynki (40g)	5. p# Sos musztardowy (150g)		5. p# Pasta z tuńczyka i twarogu (70g)	
6. p#w szynka z indyka indykpol*bg (50g)	6. Ziemniaki gotowane bez soli (200g)			

DO1. Dieta PODSTAWOWA

2026-03-25 Środa				
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. RW Jabłko (200g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Serek wiejski lekki DELIKATE (200g)
2. p# Chleb zwykły (100g)	2. p# Zupa krem kalafiorowa (400g)		2. p# Chleb graham (100g)	
3. p# Chleb graham (100g)	3. #Groszek ptysiowy (5g)		3. p# Chleb zwykły (100g)	
4. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	4. RW Ziemniaki duszone 2 z koprem (200g)		4. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	
5. Warzywa: pomidor, papryka (7) (80g)	5. Udko pieczone (130g)		5. Warzywa: ogórek kwaszony, sałata (5) (80g)	
6. p# Pasta jajeczna na jogurcie (100g)	6. RW Fasolka szparagowa gotowana (150g)		6. p#w Filet Złocisty/polędwica Ani (50g)	
		7. p# Ser Mozzarella light (60g)		

D03. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów. (CUKRZYCA)
D07. Dieta bogatoresztkowa

2026-03-25 Środa				
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. #owsianka z owocami i skyrem (malina, rabarbar)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Serek wiejski lekki DELIKATE (200g)
2. p# Chleb graham (150g)	2. p# Zupa krem kalafiorowa (400g)		2. p# Chleb graham (150g)	
3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora)	3. Udko pieczone (130g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora)	
4. Warzywa: pomidor, papryka (7) (80g)	4. Ziemniaki gotowane bez soli (200g)		4. Warzywa: ogórek kwaszony, sałata (5) (80g)	
5. p# Pasta jajeczna na jogurcie (100g)	5. RW Fasolka szparagowa gotowana (200g)		5. p#w Filet Złocisty/polędwica Ani (50g)	
6. p#w Filet Złocisty/polędwica Ani (50g)			6. p# Ser Mozzarella light (50g)	

DO1. Dieta PODSTAWOWA

2026-03-26 Czwartek				
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. #sok z marchwi i jabłka (300g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Jogurt naturalny Fruvita kremowy (200g)
2. p# Chleb zwykły (100g)	2. P# Zupa gołąbkowa (z mięsem mielonym, ryżem i kapustą) (350g)		2. p# Chleb graham (100g)	
3. p# Chleb graham (100g)	3. RW bitki ze schabu pieczone w piecu, w sosie własnym (200g)		3. p# Chleb zwykły (50g)	
4. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	4. Gnocchi szpinakowe (200g)		4. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	
5. Warzywa: ogórek, sałata (2) (100g)	5. p#o Surówka z kapusty białej z kukurydzą i koprem (200g)		5. Warzywa: pomidor, ogórek kwaszony (11) (80g)	
6. P#w kiełbasa żywiecka smaczne wędliny (30g)			6. P# Sałatka jarzynowa z groszkiem i majonezem (130g)	
7. p# Ser Rycki Edam light (30g)				

D03. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.(CUKRZYCA)
D07. Dieta bogatoresztkowa

2026-03-26 Czwartek				
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. #Sok pomidorowy (300g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Jogurt naturalny Fruvita kremowy (200g)
2. p# Chleb graham (150g)	2. P# Zupa gołąbkowa (z mięsem mielonym, ryżem i kapustą) (400g)		2. p# Chleb graham (150g)	
3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	3. RW Filet z kurczaka pieczony z ziołami (130g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	
4. Warzywa: ogórek, sałata (2) (80g)	4. Kasza gryczana ugotowana z pieczarkami i cebulą (200g)		4. Warzywa: pomidor, ogórek kwaszony (11) (80g)	
5. P#w kiełbasa żywiecka smaczne wędliny (50g)	5. p#o Surówka z kapusty białej z kukurydzą i koprem (200g)		5. RW Sałatka jarzynowa NA JOGURCIE (150g)	
6. #Serek homogenizowany naturalny chudy (60g)	6. p# Sos chrzanowy (150g)		6. p#w Połędwica sopocka ARO*bg (50g)	

DO1. Dieta PODSTAWOWA

2026-03-27 Piątek				
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. #Fit Ciasteczka Zbożowe z Morelą Bez Dodatku Cukru (50g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Serek wiejski lekki DELIKATE (200g)
2. p# Chleb zwykły (100g)	2. P# Zupa szpinakowa zabieleną z białą fasolką (400g)		2. p# Chleb graham (100g)	
3. p# Chleb graham (100g)	3. Ryba zapiekana z serem (130g)		3. p# Chleb zwykły (50g)	
4. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	4. Ziemniaki gotowane bez soli (200g)		4. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	
5. Warzywa: rzodkiewka, sałata (3) (80g)	5. p# Sos koperkowy (150g)		5. Warzywa: pomidor, ogórek (6) (80g)	
6. p# Ser twarogowy półtłusty (50g)	6. Surówka z marchwi (220g)		6. RW Pasta z dorsza, ała paprykarz (80g)	
7. Miód pszczeli (25g)				

D03. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów. (CUKRZYCA)
D07. Dieta bogatoresztkowa

2026-03-27 Piątek				
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. #Fit Ciasteczka Zbożowe z Morelą Bez Dodatku Cukru (50g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Serek wiejski lekki DELIKATE (200g)
2. p# Chleb graham (150g)	2. P# Zupa szpinakowa zabieleną z białą fasolką (400g)		2. p# Chleb graham (150g)	
3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	3. Ryba zapiekana z serem (130g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	
4. Warzywa: rzodkiewka, sałata (3) (80g)	4. Ziemniaki gotowane bez soli (200g)		4. Warzywa: pomidor, ogórek (6) (80g)	
5. p# Ser twarogowy chudy (50g)	5. p# Sos koperkowy (150g)		5. RW Pasta z dorsza, ała paprykarz (80g)	
6. #Jaja gotowane (50g)	6. Surówka z marchwi (220g)			

DO1. Dieta PODSTAWOWA

2026-03-28 Sobota				
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. Banan (120g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. #Serek homogenizowany waniliowy (150g)
2. p# Chleb zwykły (100g)	2. P# Zupa brokułowa + (350g)		2. p# Chleb graham (100g)	
3. p# Chleb graham (100g)	3. Kasza bulgur ugotowana do zupy (100g)		3. p# Chleb zwykły (50g)	
4. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	4. P#o Kurczak w sosie ala curry (250g)		4. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	
5. Warzywa: papryka, sałata (4) (80g)	5. Ryż biały ugotowany (250g)		5. Warzywa: ogórek, rzodkiewka (12) (80g)	
6. p#w szynka z indyka indykpol*bg (30g)			6. RW Galaretka z kurczakiem i brokułami (150g)	
7. #pasztet (kurczak+indyk) (50g)			7. p# Ser Rycki Edam light (15g)	

D03. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.(CUKRZYCA)
D07. Dieta bogatobiałkowa

2026-03-28 Sobota				
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. p# Serek wiejski lekki (150g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. #Serek homogenizowany naturalny chudy (150g)
2. p# Chleb graham (150g)	2. P# Zupa brokułowa + (300g)	2. Marchew pokrojona w słupki (100g)	2. p# Chleb graham (150g)	
3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	3. Kasza bulgur ugotowana do zupy (130g)	3. Dynia pestki (10g)	3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	
4. Warzywa: papryka, sałata (4) (80g)	4. P#o Kurczak w sosie ala curry (250g)		4. Warzywa: ogórek, rzodkiewka (12) (80g)	
5. p#w szynka z indyka indykpol*bg (50g)	5. Ryż brązowy ugotowany (250g)		5. RW Galaretka z kurczakiem i brokułami (200g)	
6. #pasztet (kurczak+indyk) (50g)				

DO1. Dieta PODSTAWOWA

2026-03-29 Niedziela				
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. Ciasto drożdżowe z kruszonką (50g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. #Sok pomidorowy (300g)
2. p# Chleb zwykły (100g)	2. p# Rosół świąteczny (350g)		2. p# Chleb zwykły (100g)	
3. p# Chleb graham (100g)	3. Makaron jasny, gotowany do zupy (100g)		3. p# Chleb graham (50g)	
4. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	4. RW Schab rozbity, opanierowany i pieczony w piecu (130g)		4. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	
5. Warzywa: pomidor, sałata (1) (80g)	5. RW Ziemniaki duszone 2 z koprem (200g)		5. Warzywa: rzodkiewka, ogórek kwaszony (9) (80g)	
6. p# Pasta jajeczna na jogurcie (100g)	6. RW Gotowane buraki tarte z jabłkiem (200g)		6. p#w Polędwica sopocka ARO*bg (50g)	
			7. p# Ser Rycki Edam light (30g)	

D03. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów. (CUKRZYCA)
D07. Dieta bogatoresztkowa

2026-03-29 Niedziela				
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. #Ciasteczka Zbożowe Kakaowe (pełnoziarniste bez cukru) (50g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. #Sok pomidorowy (300g)
2. p# Chleb graham (150g)	2. p# Rosół świąteczny (300g)		2. p# Chleb graham (150g)	
3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	3. Makaron pełnoziarnisty ugotowany do zupy (100g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (20g)	
4. Warzywa: pomidor, sałata (1) (80g)	4. p#o Schab gotowany (130g)		4. Warzywa: rzodkiewka, ogórek kwaszony (9) (80g)	
5. p# Pasta jajeczna na jogurcie (100g)	5. Ziemniaki gotowane bez soli (250g)		5. p#w Polędwica sopocka ARO*bg (50g)	
	6. P# Surówka z kapusty pekińskiej (200g)		6. p# Serek wiejski lekki DELIKATE (100g)	
	7. RW Sos warzywny (150g)			

PROVITA

D02. Dieta łatwostrawna
D05. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
D10. Dieta przetarta D11. Dieta przetarta

2026-03-23
Poniedziałek

I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. #Mus cukinia kiwi szpinak jabłko banan (100g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. #Serek homogenizowany naturalny chudy (150g)
2. p# Chleb kawior (180g)	2. p# Zupa krupnik (400g)		2. p# Chleb kawior (150g)	
3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	3. RW Ziemniaki duszone 2 z koprem (250g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	
4. Pomidor sparzony, bez skóry (80g)	4. RW Trio warzyw gotowanych (200g)		4. Cukinia baby, bez skóry duszona na gorąco (80g)	
5. p#w szynka z indyka indykpol*bg (50g)	5. p#O Pulpety z indyka duszone (130g)		5. p# Pasta drobiowa z włoszczyzną i koprem (80g)	
6. p# Pasta twarogowa z koperkiem (50g)	6. RW Sos warzywny (100g)			
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy

PROVITA

D07. Dieta bogatobiałkowa

2026-03-23
Poniedziałek

I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. #Mus cukinia kiwi szpinak jabłko banan (100g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. #Serek homogenizowany naturalny chudy (150g)
2. p# Chleb kawior (180g)	2. p# Zupa krupnik (400g)		2. p# Chleb kawior (150g)	
3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	3. RW Ziemniaki duszone 2 z koprem (250g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	
4. Pomidor sparzony, bez skóry (80g)	4. RW Trio warzyw gotowanych (200g)		4. Cukinia baby, bez skóry duszona na gorąco (80g)	
5. p#w szynka z indyka indykpol*bg (50g)	5. p#O Pulpety z indyka duszone (200g)		5. p# Pasta drobiowa z włoszczyzną i koprem (80g)	
6. p# Pasta twarogowa z koperkiem (50g)	6. RW Sos warzywny (100g)			
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy

PROVITA					PROVITA				
D02. Dieta łatwostrawna D05. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D10. Dieta przetarta D11. Dieta przetarta					D07. Dieta bogatobiałkowa				
2026-03-24 Wtorek					2026-03-24 Wtorek				
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy	I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. Banan (120g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Jogurt naturalny Fruvita kremowy (200g)	1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. Banan (120g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Jogurt naturalny Fruvita kremowy (200g)
2. p# Chleb kawior (180g)	2. RW Zupa krem z marchwi (400g)		2. p# Chleb kawior (150g)		2. p# Chleb kawior (180g)	2. RW Zupa krem z marchwi (400g)	2. Skyr naturalny (150g)	2. p# Chleb kawior (150g)	
3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	3. Jaja gotowane w koszulce (50g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	3. Jaja gotowane w koszulce (50g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	
4. Pomidor sparzony, bez skóry (80g)	4. p# Sos koperkowy lekki (150g)		4. Cukinia baby, bez skóry duszona na gorąco (80g)		4. Pomidor sparzony, bez skóry (80g)	4. p# Sos koperkowy lekki (150g)		4. Cukinia baby, bez skóry duszona na gorąco (80g)	
5. #Parówki z szynki (80g)	5. RW Sałata lodowa z jogurtem (150g)		5. p# Pasta z tuńczyka i twarogu (80g)		5. #Parówki z szynki (80g)	5. RW Sałata lodowa z jogurtem (150g)		5. p# Pasta z tuńczyka i twarogu (80g)	
6. #Ketchup m (30g)	6. RW Ziemniaki duszone 2 z koprem (200g)				6. #Ketchup m (30g)	6. RW Ziemniaki duszone 2 z koprem (200g)			

PROVITA					PROVITA				
D02. Dieta łatwostrawna D05. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D10. Dieta przetarta D11. Dieta przetarta					D07. Dieta bogatobiałkowa				
2026-03-25 Środa					2026-03-25 Środa				
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy	I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. #mus jabłkowy (kubek) (100g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Serek wiejski lekki DELIKATE (200g)	1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. #mus jabłkowy (kubek) (100g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Serek wiejski lekki DELIKATE (200g)
2. p# Chleb kawior (180g)	2. p# Zupa krem ziemniaczany (400g)	2. Kaszka manna na mleku (200g)	2. p# Chleb kawior (150g)		2. p# Chleb kawior (180g)	2. p# Zupa krem ziemniaczany (400g)	2. Kaszka manna na mleku (200g)	2. p# Chleb kawior (150g)	
3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora)	3. #Groszek ptysiowy (5g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora)	3. #Groszek ptysiowy (5g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora)	
4. Cukinia baby, bez skóry duszona na gorąco (80g)	4. RW Ziemniaki duszone 2 z koprem (200g)		4. Pomidor sparzony, bez skóry (80g)		4. Cukinia baby, bez skóry duszona na gorąco (80g)	4. RW Ziemniaki duszone 2 z koprem (200g)		4. Pomidor sparzony, bez skóry (80g)	
5. p# Pasta jajeczna na jogurcie (50g)	5. RW Fasolka szparagowa gotowana (BT) (150g)		5. p#w Filet Złocisty/polędwica Ani (50g)		5. p# Pasta jajeczna na jogurcie (50g)	5. RW Fasolka szparagowa gotowana (BT) (150g)		5. p#w Filet Złocisty/polędwica Ani (50g)	
6. p#w szynka z indyka indykpól*bg (50g)	6. # Udko kurczaka gotowane (130g)		6. p# Ser Mozzarella light (60g)		6. p#w szynka z indyka indykpól*bg (50g)	6. # Udko kurczaka gotowane (200g)		6. p# Ser Mozzarella light (60g)	

PROVITA					PROVITA				
D02. Dieta łatwostrawna D05. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D10. Dieta przetarta D11. Dieta przetarta					D07. Dieta bogatobiałkowa				
2026-03-26 Czwartek					2026-03-26 Czwartek				
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy	I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. #sok z marchwi i jabłka (300g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Jogurt naturalny Fruvita kremowy (200g)	1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. #sok z marchwi i jabłka (300g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Jogurt naturalny Fruvita kremowy (200g)
2. p# Chleb kawior (150g)	2. p# Zupa cukiniowa (lekka) (300g)		2. p# Chleb kawior (150g)		2. p# Chleb kawior (150g)	2. p# Zupa cukiniowa (lekka) (300g)		2. p# Chleb kawior (150g)	
3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	3. Makaron jasny, gotowany do zupy (100g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	3. Makaron jasny, gotowany do zupy (100g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	
4. Pomidor sparzony, bez skóry (80g)	4. p#o Filet z piersi kurczaka duszony z dodatkiem sosu z pietruszką (200g)		4. Cukinia baby, bez skóry duszona na gorąco (80g)		4. Pomidor sparzony, bez skóry (80g)	4. p#o Filet z piersi kurczaka duszony z dodatkiem sosu z pietruszką (300g)		4. Cukinia baby, bez skóry duszona na gorąco (80g)	
5. p#w Filet Złocisty/polędwica Ani (30g)	5. Gnocchi szpinakowe (200g)		5. RW Sałatka jarzynowa NA JOGURCIE (150g)		5. p#w Filet Złocisty/polędwica Ani (30g)	5. Gnocchi szpinakowe (200g)		5. RW Sałatka jarzynowa NA JOGURCIE (150g)	
6. p# Serek wiejski lekki (70g)	6. RW Gotowany seler, marchew, pietruszka (200g)				6. p# Serek wiejski lekki (70g)	6. RW Gotowany seler, marchew, pietruszka (200g)			

D02. Dieta łatwostrawna
D05. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
D10. Dieta przetarta D11. Dieta przetarta

D07. Dieta bogatobiałkowa

2026-03-27 Piątek					2026-03-27 Piątek				
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy	I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. #ciastka biszkoptyowe (20g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Serek wiejski lekki DELIKATE (200g)	1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. #ciastka biszkoptyowe (20g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Serek wiejski lekki DELIKATE (200g)
2. p# Chleb kawior (150g)	2. P# Zupa szpinakowa zabieleną z kaszą orkiszową (400g)		2. p# Chleb kawior (150g)		2. p# Chleb kawior (150g)	2. P# Zupa szpinakowa zabieleną z kaszą orkiszową (400g)	2. Skyr naturalny (150g)	2. p# Chleb kawior (150g)	
3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	3. RW Dorsz gotowany (130g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	3. RW Dorsz gotowany (130g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	
4. Cukinia baby, bez skóry duszona na gorąco (80g)	4. Ziemniaki gotowane bez soli (250g)		4. Pomidor sparzony, bez skóry (80g)		4. Cukinia baby, bez skóry duszona na gorąco (80g)	4. Ziemniaki gotowane bez soli (250g)		4. Pomidor sparzony, bez skóry (80g)	
5. p# Ser twarogowy półtłusty (50g)	5. p# Sos koperkowy (150g)		5. RW Pasta z dorsza, ala paprykarz (100g)		5. p# Ser twarogowy półtłusty (50g)	5. p# Sos koperkowy (150g)		5. RW Pasta z dorsza, ala paprykarz (100g)	
6. Miód pszczele (25g)	6. Surówka z marchwi (200g)				6. Miód pszczele (25g)	6. Surówka z marchwi (200g)			

PROVITA

D02. Dieta łatwostrawna
D05. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
D10. Dieta przetarta D11. Dieta przetarta

PROVITA

D07. Dieta bogatobiałkowa

2026-03-28 Sobota					2026-03-28 Sobota				
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy	I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. Banan (120g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. #Serek homogenizowany naturalny chudy (200g)	1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. Banan (120g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. #Serek homogenizowany naturalny chudy (200g)
2. p# Chleb kawior (150g)	2. P# Zupa brokułowa + (300g)		2. p# Chleb kawior (150g)		2. p# Chleb kawior (150g)	2. P# Zupa brokułowa + (300g)	2. Skyr naturalny (150g)	2. p# Chleb kawior (150g)	
3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	3. Kasza bulgur ugotowana do zupy (100g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	3. Kasza bulgur ugotowana do zupy (100g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	
4. Pomidor sparzony, bez skóry (80g)	4. Ryż biały ugotowany (250g)		4. Cukinia baby, bez skóry duszona na gorąco (80g)		4. Pomidor sparzony, bez skóry (80g)	4. Ryż biały ugotowany (250g)		4. Cukinia baby, bez skóry duszona na gorąco (80g)	
5. p#w szynka z indyka indykpol*bg (50g)	5. p# sos warzywny jasny z kurczakiem (l) (300g)		5. RW Galaretka z kurczakiem i brokułami (150g)		5. p#w szynka z indyka indykpol*bg (50g)	5. p# sos warzywny jasny z kurczakiem (l) (300g)		5. RW Galaretka z kurczakiem i brokułami (150g)	
6. #pasztet (kurczak+indyk) (50g)					6. #pasztet (kurczak+indyk) (50g)				

PROVITA

D02. Dieta łatwostrawna
D05. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
D10. Dieta przetarta D11. Dieta przetarta

2026-03-29

Niedziela

I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. Ciasto drożdżowe z kruszonką (50g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Jogurt naturalny Fruvita kremowy (200g)
2. p# Chleb kawior (180g)	2. p# Rosół świąteczny (300g)		2. p# Chleb kawior (150g)	
3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	3. Makaron jasny, gotowany do zupy (150g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	
4. Cukinia baby, bez skóry duszona na gorąco (80g)	4. p#o Schab gotowany (100g)		4. Pomidor sparzony, bez skóry (80g)	
5. p# Pasta jajeczna na jogurcie (100g)	5. RW Ziemniaki duszone 2 z koprem (300g)		5. p#w Polędwica sopocka ARO*bg (50g)	
6. p#w Filet Żłocisty/polędwica Ani (50g)	6. RW Gotowane buraki tarte z jabłkiem (200g)		6. p# Ser twarogowy chudy (50g)	
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy

PROVITA

D07. Dieta bogatobiałkowa

2026-03-29

Niedziela

I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy
1. Kawa zbożowa z mlekiem, bez cukru (200g)	1. p# Kompot wieloowocowy (200g)	1. Ciasto drożdżowe z kruszonką (50g)	1. Herbata czarna, bez cukru (200g)	1. p# Jogurt naturalny Fruvita kremowy (200g)
2. p# Chleb kawior (180g)	2. p# Rosół świąteczny (300g)		2. p# Chleb kawior (150g)	
3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	3. Makaron jasny, gotowany do zupy (150g)		3. p# Tłuszcz roślinny do smarowania (Flora) (15g)	
4. Cukinia baby, bez skóry duszona na gorąco (80g)	4. p#o Schab gotowany (200g)		4. Pomidor sparzony, bez skóry (80g)	
5. p# Pasta jajeczna na jogurcie (100g)	5. RW Ziemniaki duszone 2 z koprem (300g)		5. p#w Polędwica sopocka ARO*bg (50g)	
6. p#w Filet Żłocisty/polędwica Ani (50g)	6. RW Gotowane buraki tarte z jabłkiem (200g)		6. p# Ser twarogowy chudy (50g)	
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	posiłek dodatkowy