

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2026-04-20 poniedziałek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDÓR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) WIEPRZOWINA PO WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, przecier pomidorowy) 120 g (GLUTEN) KASZA GRYZANA GOTOWANA 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 200 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 50 g (MLEKO) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW (fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycy, zielona pietruszka) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	Energia [kcal] 2 360,3 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 78,1 Węglowodany ogółem [g] 342,4 Sód [mg] 2 558,2 Błonnik pokarmowy [g] 40,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,4 suma cukrów prostych [g] 35,8
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDÓR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) WIEPRZOWINA PO WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, przecier pomidorowy) 150 g (GLUTEN) KASZA GRYZANA GOTOWANA 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 200 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 50 g (MLEKO) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW (fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycy, zielona pietruszka) 50 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 2 327,3 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 88,8 Węglowodany ogółem [g] 301 Sód [mg] 2 999,2 Błonnik pokarmowy [g] 45,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 20,1
	Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDÓR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ DROBIOWO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (filet z kurczaka, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 100 g (MLEKO) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 1 936,9 Białko ogółem [g] 92,5 Tłuszcz [g] 49,4 Węglowodany ogółem [g] 305 Sód [mg] 2 655,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,7 suma cukrów prostych [g] 26,8
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ DROBIOWO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (filet z kurczaka, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (MLEKO) DŻEM OWOCOWY 1 szt LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	Energia [kcal] 2 081,7 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 43,7 Węglowodany ogółem [g] 355,4 Sód [mg] 2 297 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,9 suma cukrów prostych [g] 45,8

2026-04-20 poniedziałek	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDOR 50 g SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt MUS Z GRUSZKI 100 g	KEFIR 1 szt (MLEKO)	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ DROBIOWO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (filet z kurczaka, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 150 g (GLUTEN, SELER) KASZA JEĆZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 200 ml	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 297,3 Białko ogółem [g] 113,2 Tłuszcz [g] 65,7 Węglowodany ogółem [g] 338,6 Sód [mg] 2 886,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,6 suma cukrów prostych [g] 53,3
	Jan_wewnętrzny - dieta lekkostrawna	KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, SELER) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) MUS JABŁKOWY B/CIUKRU (jabłka) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI B/ML (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka) 400 ml (GLUTEN, SELER) GULASZ DROBIOWO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (filet z kurczaka, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 150 g (GLUTEN, SELER) KASZA JEĆZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g DZEM OWOCOWY 1 szt PIETRUSZKA GOTOWANA PŁASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, mix10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA)	Energia [kcal] 1 977,7 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 46,1 Węglowodany ogółem [g] 335,9 Sód [mg] 3 241,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15,9 suma cukrów prostych [g] 44,1	
	Jan_plyma wzmożona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ MANNA I (mleko 2%, kasza manna) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	PAPKA ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmożniona (łopatka, wp, ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzma, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 970,3 Białko ogółem [g] 79,6 Tłuszcz [g] 103,8 Węglowodany ogółem [g] 199,4 Sód [mg] 646,6 Błonnik pokarmowy [g] 20 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,2 suma cukrów prostych [g] 55,7
	Dieta papkowata	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, włoszczyzma, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	PAPKA ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmożniona (łopatka, wp, ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzma, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 2 210,4 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 125,7 Węglowodany ogółem [g] 207,6 Sód [mg] 563,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,5 suma cukrów prostych [g] 43,9	

2026-04-21 wtorek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA Z TUŃCZYKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	ZUPA NEAPOLIJAŃSKA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, ser topiony, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z DWÓCH KAPUST (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, musztarda, olej, cukier) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 50 g (MLEKO) BURAKI GOTOWANE PASTRY 50 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 380,5 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 94,6 Węglowodany ogółem [g] 295,4 Sód [mg] 3 220,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,5 suma cukrów prostych [g] 59,5	
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA Z TUŃCZYKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY B/CIUKRU (jabłka) 200 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z DWÓCH KAPUST B/CIUKRU (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, musztarda, olej) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) TWARÓZEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) BURAKI GOTOWANE PASTRY 50 g HERBATA B/C 200 ml	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 105,7 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 69,7 Węglowodany ogółem [g] 295,9 Sód [mg] 2 446,1 Błonnik pokarmowy [g] 43,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,7 suma cukrów prostych [g] 40
	Jan_cukrzycoowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA Z TUŃCZYKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY B/CIUKRU (jabłka) 200 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) TWARÓZEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) BURAKI GOTOWANE PASTRY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 934,4 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 58 Węglowodany ogółem [g] 285,2 Sód [mg] 2 198,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,5 suma cukrów prostych [g] 37,8
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PASTA Z TUŃCZYKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) DŻEM OWOCOWY 1 szt KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 50 g (MLEKO) BURAKI GOTOWANE PASTRY 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 975,8 Białko ogółem [g] 85,5 Tłuszcz [g] 60,1 Węglowodany ogółem [g] 287,1 Sód [mg] 2 260,6 Błonnik pokarmowy [g] 27 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,8 suma cukrów prostych [g] 62,5

2026-04-21 wtorek	Jan, dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA Z TUNCZYKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) SZYNKA DROBIOWA ŁUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (SOJA, MLEKO) KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bulka tarta, przyprawy, olej) 120 g (GLUTEN, JAJA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 80 g (MLEKO) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 241,2 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 309,9 Sód [mg] 2 623,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,7 suma cukrów prostych [g] 66,5
	Jan wewnętrzny - dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA Z TUNCZYKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) DŻEM OWOCOWY 1 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bulka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 50 g (MLEKO) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 123,4 Białko ogółem [g] 86,7 Tłuszcz [g] 60,5 Węglowodany ogółem [g] 323,6 Sód [mg] 2 464,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 83,8
	Jan, płynna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY BUDYNIOWEJ (mleko 2%, budyń waniliowy) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, kasza jęczmienna, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 931 Białko ogółem [g] 69,7 Tłuszcz [g] 92,9 Węglowodany ogółem [g] 224,5 Sód [mg] 495,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,2 suma cukrów prostych [g] 92
	Dieta papkowata	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza kukurydziana, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza jęczmienna, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	Energia [kcal] 2 423,4 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 140,1 Węglowodany ogółem [g] 231,5 Sód [mg] 522,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,1 suma cukrów prostych [g] 42,1
2026-04-22 środa	Jan, dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 30 g (GLUTEN, SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIANKAMI (ziemniaki, ogórki kiszane, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA) LENIWE GOTOWANE (kluski leniwe) 300 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) SOS TRUSKAWKOWY (truskawki, maślanka) 100 ml (MLEKO) JABŁKO 1 szt KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radiccchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	POMARAŃCZA 1 szt	Energia [kcal] 2 386,9 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 335,7 Sód [mg] 3 833,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,4 suma cukrów prostych [g] 63,5

2026-04-22 środa	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 30 g (GLUTEN, SOJA) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, chleb graham 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, ogórki kiszane, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA) FILET Z PIERSI KURCZAKA PIECZONY 80 g SOS SEROWO - PAPRYKOWY (ser topiony, mleko, mąka pszenna, przyprawy) 80 g (GLUTEN, MLEKO) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA B/CIUKRU (marchew, jabłko, olej) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) HERBATA 1SZT. 1 szt	POMARAŃCZA 1 szt	Energia [kcal] 2 227,5 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 79,6 Węglowodany ogółem [g] 298,7 Sód [mg] 4 247,7 Błonnik pokarmowy [g] 46,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30 suma cukrów prostych [g] 26,8
	Jan_cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 2 [Por] x 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 30 g (GLUTEN, SOJA) SZPINAK BABY 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, angielka 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATA Z MASŁAŃKA 50/50g 1 Por (MLEKO) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 2 [Por] x 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY B/CIUKRU (jabłka) 150 g	Energia [kcal] 1 865,2 Białko ogółem [g] 82,4 Tłuszcz [g] 60,7 Węglowodany ogółem [g] 264,8 Sód [mg] 2 668,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,1 suma cukrów prostych [g] 19,6
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 50 g (GLUTEN, SOJA) DŻEM OWOCOWY 1 szt SZPINAK BABY 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 1 898,5 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 35,3 Węglowodany ogółem [g] 334,2 Sód [mg] 2 892 Błonnik pokarmowy [g] 29 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 13 suma cukrów prostych [g] 74,6	
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 50 g (GLUTEN, SOJA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, angielka 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 120 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 120 g (SOJA) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g	Energia [kcal] 2 131,9 Białko ogółem [g] 114,9 Tłuszcz [g] 53,2 Węglowodany ogółem [g] 320,1 Sód [mg] 3 499,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,7 suma cukrów prostych [g] 49,8

2026-04-22 środa	Jan wewnętrzny - dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M. 1 szt (JAJA) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 30 g (GLUTEN, SOJA) DZEM OWOCOWY 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 1 974,3 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 40,8 Węglowodany ogółem [g] 339,3 Sód [mg] 2 741,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,5 suma cukrów prostych [g] 77,7
	Jan, płynna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (topatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (topatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MAŚLANKA 200 ml (MLEKO)	Energia [kcal] 2 044,7 Białko ogółem [g] 79 Tłuszcz [g] 112,7 Węglowodany ogółem [g] 201 Sód [mg] 638,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,8 suma cukrów prostych [g] 34,6
	Dieta papkowata	PAPKA PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (topatka, płatki owsiane, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (topatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (topatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	Energia [kcal] 2 148,4 Białko ogółem [g] 78,5 Tłuszcz [g] 131,8 Węglowodany ogółem [g] 189,3 Sód [mg] 530,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,1 suma cukrów prostych [g] 14,4
2026-04-23 czwartek	Jan, dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK ZE SZCZYPIORKIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 80 g (MLEKO) POMIDOR 50 g GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KREM BROKUŁOWY (brokuły, ziemniaki, pietruszka, śmietana) 400 ml SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS MUSZTARDOWY Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (musztarda, natka pietruszki, margaryna, mąka pszenna, cukier) 100 ml (GLUTEN, GORCZYCA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY PEKIŃSKIEJ (kapusta pekińska, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, olej, cukier) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) SAŁATKA SZWEDZKA 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 266,5 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 59,6 Węglowodany ogółem [g] 361,8 Sód [mg] 3 162,5 Błonnik pokarmowy [g] 41 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,4 suma cukrów prostych [g] 85,9

2026-04-23 czwartek	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK ZE SZCZYPIORKIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 80 g (MLEKO) POMIDOR 50 g GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SALATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 100 g	ZUPA KREM BROKUŁOWY (brokuły, ziemniaki, pietruszka, śmietana) 400 ml SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS MUSZTARDOWY Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (musztarda, natka pietruszki, margaryna, mąka pszenna, cukier) 100 ml (GLUTEN, GORCZYCA) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY PEKIŃSKIEJ B/CIUKRU (kapusta pekińska, marchew, jabłko, natka pietruszki, olej) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYŃKA PIECZONA (wp.) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) SALATKA SZWEDZKA 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 948,9 Białko ogółem [g] 81,4 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 278,3 Sód [mg] 3 136,1 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,4 suma cukrów prostych [g] 35,4
	Jan_cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK ZE SZCZYPIORKIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 80 g (MLEKO) SALATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA KREM BROKUŁOWY (brokuły, ziemniaki, pietruszka, śmietana) 400 ml KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SALATA Z MASŁANKĄ 50/50g 1 Por (MLEKO) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYŃKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 942,7 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 61,7 Węglowodany ogółem [g] 272,7 Sód [mg] 2 560,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29 suma cukrów prostych [g] 26
	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK ZE SZCZYPIORKIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 80 g (MLEKO) MUS Z GRUSZKI 100 g SALATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KREM BROKUŁOWY (brokuły, ziemniaki, pietruszka, śmietana) 400 ml KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYŃKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 213,8 Białko ogółem [g] 85,6 Tłuszcz [g] 53,8 Węglowodany ogółem [g] 364,8 Sód [mg] 2 327,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,7 suma cukrów prostych [g] 71,6
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK ZE SZCZYPIORKIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 80 g (MLEKO) SZYŃKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 30 g (GLUTEN, SOJA) SALATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt MUS Z GRUSZKI 100 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA KREM BROKUŁOWY (brokuły, ziemniaki, pietruszka, śmietana) 400 ml KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 150 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYŃKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CIUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 430,9 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 352,2 Sód [mg] 3 236,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,1 suma cukrów prostych [g] 62,5

2026-04-23 czwartek	Jan wewnętrzny - dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 80 g (MLEKO) MUS OWOCOWY 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 2 250,6 Białko ogółem [g] 85,1 Tłuszcz [g] 53,8 Węglowodany ogółem [g] 367,6 Sód [mg] 2 327,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,9 suma cukrów prostych [g] 84	
	Jan_płynna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS OWOCOWY 1 szt	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMNIANKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 177,7 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 122,1 Węglowodany ogółem [g] 194,6 Sód [mg] 596,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,7 suma cukrów prostych [g] 43,8
	Dieta papkowata	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza kukurydziana, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMNIANKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS OWOCOWY 1 szt	Energia [kcal] 2 206,2 Białko ogółem [g] 78,9 Tłuszcz [g] 122,6 Węglowodany ogółem [g] 216,6 Sód [mg] 525,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,7 suma cukrów prostych [g] 30,1
2026-04-24 piątek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GORCZYCA) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (salata lodowa, rukola, salata radicchio, słonecznik) 10 g DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 60 g	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka, jajka, mąka, bułka tarta) 100 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ DROBNO SIEKANA (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (MLEKO) SALATKA Z CZERWONEJ FASOLI, GROSZKU, KUKURYDZY I OGÓRKA KISZONEGO 50 g (GORCZYCA) SZPINAK BABY 2 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 164,9 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 282,7 Sód [mg] 2 582,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,5 suma cukrów prostych [g] 27,6	
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GORCZYCA) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 60 g SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (salata lodowa, rukola, salata radicchio, słonecznik) 10 g	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperki) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ DROBNO SIEKANA (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (MLEKO) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 258,8 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 97,1 Węglowodany ogółem [g] 259,9 Sód [mg] 2 625,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,3 suma cukrów prostych [g] 17,3

2026-04-24 piątek

Jan_cukrzycoowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TLUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GÓRCZYCA) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (salata lodowa, rukola, salata radicchio, słonecznik) 10 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, angielka 30g, masło 10g 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO))	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, skrobia) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TLUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 80 g (MLEKO) SZPINAK BABY 2 g LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 186,4 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 302,9 Sód [mg] 2 065,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34 suma cukrów prostych [g] 35,6
Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TLUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GÓRCZYCA) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (salata lodowa, rukola, salata radicchio, słonecznik) 10 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, skrobia) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TLUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 50 g (MLEKO) MARMOLADA 30 g SZPINAK BABY 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 258,2 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 341,7 Sód [mg] 2 129,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,4 suma cukrów prostych [g] 69,9	
Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TLUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GÓRCZYCA) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (salata lodowa, rukola, salata radicchio, słonecznik) 10 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 120 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, skrobia) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TLUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 80 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	Energia [kcal] 2 236,6 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 70,7 Węglowodany ogółem [g] 326,7 Sód [mg] 2 252,6 Błonnik pokarmowy [g] 33 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,8 suma cukrów prostych [g] 41,9
Jan_wewnętrzny - dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TLUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA GOTOWANE klasy M 2 szt (JAJA) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, skrobia) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TLUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 50 g (MLEKO) MARMOLADA 30 g MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 255,2 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 63,8 Węglowodany ogółem [g] 348,6 Sód [mg] 2 185,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,7 suma cukrów prostych [g] 71,5	

2026-04-24 piątek	Jan_plyna wzmożniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI JEĆZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jeźzmiennie) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z ŁOPATKĄ wzmożniona (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 122 Białko ogółem [g] 86,1 Tłuszcz [g] 116,3 Węglowodany ogółem [g] 202,1 Sód [mg] 1 315,5 Błonnik pokarmowy [g] 18,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,8 suma cukrów prostych [g] 55,7
	Dieta papkowata	PAPKA PŁATKI JEĆZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, płatki jeźzmiennie, wioszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 2 025,5 Białko ogółem [g] 70,9 Tłuszcz [g] 124,2 Węglowodany ogółem [g] 178 Sód [mg] 759 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,4 suma cukrów prostych [g] 41,6
2026-04-25 sobota	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 30 g SALATKA BROKUŁOWA Z SZYNKĄ I JAJKIEM (brokuł, szynka drobiowa, jajka, majonez) 50 g (JAJA, SOJA, GORCZYCA) ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMIANKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tusty) 30 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY OBRANY TARTY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 109,3 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 288,6 Sód [mg] 3 081,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 44,5
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 30 g SALATKA BROKUŁOWA Z SZYNKĄ I JAJKIEM (brokuł, szynka drobiowa, jajka, majonez) 50 g (JAJA, SOJA, GORCZYCA) ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, mix 10g) 1 Por (GLUTEN, SEZAM)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMIANKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY B/CUKRU BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tusty) 30 g (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) OGÓREK ZIELONY OBRANY TARTY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	Energia [kcal] 2 085,4 Białko ogółem [g] 85,4 Tłuszcz [g] 79,4 Węglowodany ogółem [g] 271,5 Sód [mg] 3 603,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,5 suma cukrów prostych [g] 13,5
	Jan_cukrzycoawal lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 30 g SALATKA BROKUŁOWA Z SZYNKĄ I JAJKIEM (brokuł, szynka drobiowa, jajka, majonez) 50 g (JAJA, SOJA, GORCZYCA) ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMIANKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) TWARÓZEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	Energia [kcal] 1 922,9 Białko ogółem [g] 81,3 Tłuszcz [g] 65,8 Węglowodany ogółem [g] 262,1 Sód [mg] 3 287,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,3 suma cukrów prostych [g] 13,9

2026-04-25 sobota	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TLUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g MUS Z GRUSZKI 100 g ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (topatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TLUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROZEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 80 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY OBRANY TARTY 50 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 071,3 Białko ogółem [g] 84,5 Tłuszcz [g] 54,5 Węglowodany ogółem [g] 323,5 Sód [mg] 2 252,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,9 suma cukrów prostych [g] 49,8	
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TLUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g SALATKA BROKUŁOWA Z SZYNKA I JAJKIEM (brokuł, szynka drobiowa, jajka, majonez) 50 g (JAJA, SOJA, GORCZYCA) ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angelka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (topatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, przecier pomidorowy) 2 [Por] x 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TLUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (SOJA, MLEKO) TWAROZEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruska, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	Energia [kcal] 2 386 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 92,2 Węglowodany ogółem [g] 294 Sód [mg] 3 430,1 Błonnik pokarmowy [g] 29 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,2 suma cukrów prostych [g] 27,6
	Jan wewnętrzny - dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TLUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 30 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (topatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TLUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (SOJA, MLEKO) TWAROZEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruska, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 999,9 Białko ogółem [g] 82,4 Tłuszcz [g] 55,9 Węglowodany ogółem [g] 306,9 Sód [mg] 2 465,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,3 suma cukrów prostych [g] 50,7	
	Jan_plywna wzmochniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS VEGE 1 szt (GLUTEN)	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmochniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 952 Białko ogółem [g] 71,2 Tłuszcz [g] 109,1 Węglowodany ogółem [g] 189,3 Sód [mg] 843,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,3 suma cukrów prostych [g] 49,9
	Dieta papkowata	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS VEGE 1 szt (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 179,2 Białko ogółem [g] 80,4 Tłuszcz [g] 129,3 Węglowodany ogółem [g] 197,2 Sód [mg] 531,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,7 suma cukrów prostych [g] 24,3	

2026-04-26 niedziela	Jan_dieta podstawowa	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (SOJA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) POMIDOR 50 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 120 g ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA (ogórek kiszony, cebula, musztarda) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g RZÓDKIEWKA Z OGÓRKIEM ZIELONYM DROBNO TARTE (rzodkiewka, ogórek zielony) 50 g JABŁKO 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 242,2 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 294,5 Sód [mg] 4 250,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 44,4
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (SOJA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) POMIDOR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SEZAM)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 120 g ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA (ogórek kiszony, cebula, musztarda) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g RZÓDKIEWKA Z OGÓRKIEM ZIELONYM DROBNO TARTE (rzodkiewka, ogórek zielony) 50 g JABŁKO 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 370,9 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 99 Węglowodany ogółem [g] 258,7 Sód [mg] 4 191,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43 suma cukrów prostych [g] 19,3
	Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (SOJA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (angielka 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 196 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 78,8 Węglowodany ogółem [g] 288,7 Sód [mg] 3 168 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,5 suma cukrów prostych [g] 32,8
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (SOJA) MIOD 1 szt LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt MUS Z GRUSZKI 100 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 100 g (GLUTEN) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g RZÓDKIEWKA Z OBRANYM ZIELONYM OGÓRKIEM TARTE (rzodkiewka, ogórek zielony) 50 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 213,3 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 62,4 Węglowodany ogółem [g] 343,7 Sód [mg] 2 893,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,9 suma cukrów prostych [g] 57,4
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 80 g (SOJA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 150 g (GLUTEN) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g JABŁKO PARZONE 1 szt SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 437,9 Białko ogółem [g] 108,8 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 325,3 Sód [mg] 3 571 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,7 suma cukrów prostych [g] 50,9

2026-04-26 niedziela	Jan wewnętrzny - dieta lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 50 g (SOJA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) KETCHUP 20 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 112,4 Białko ogółem [g] 77,9 Tłuszcz [g] 58,5 Węglowodany ogółem [g] 331,8 Sód [mg] 3 145,9 Błonnik pokarmowy [g] 27 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,4 suma cukrów prostych [g] 61
	Jan_plyna wzmożona mleczna	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS Z GRUSZKI 200 g	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM wzmożona (ćwiartka z kur., włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, kasza kukurydziana, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 471,3 Białko ogółem [g] 120 Tłuszcz [g] 99,3 Węglowodany ogółem [g] 276,1 Sód [mg] 731,3 Błonnik pokarmowy [g] 30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,1 suma cukrów prostych [g] 38,9
	Dieta papkowlata	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, kasza kukurydziana, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS Z GRUSZKI 200 g	Energia [kcal] 2 213,6 Białko ogółem [g] 90,6 Tłuszcz [g] 90,1 Węglowodany ogółem [g] 263,8 Sód [mg] 646,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 19,5
2026-04-27 poniedziałek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt		ZUPA FASOLKOWA Z ZIEMIANKAMI (fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) WIEPRZOWINA PÓ MEKSYKAŃSKU (topatka wp., fasola czerwona, kukurydza, papryka, cebula, przecier pomidorowy, skrobia, olej) 120 g (GLUTEN, GORCZYCA) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 200 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (SOJA) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tusty) 30 g (MLEKO) POMIDOR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 191,6 Białko ogółem [g] 87,2 Tłuszcz [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 293,9 Sód [mg] 3 166,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 28,5

2026-04-27 poniedziałek	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	<p>CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKA 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt</p>	<p>KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)</p>	<p>ZUPA FASOLKOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) WIEPRZOWINA PO MEKSYKAŃSKU (łopatka wp., fasola czerwoną, kukurydza, papryka, cebula, przecier pomidorowy, skrobia, olej) 120 g (GLUTEN, GORCZYCA) RYŻ WIELOZIARNISTY GOTOWANY (ryż brazowy, ryż biały) 200 g SUROWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 200 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml</p>	<p>CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (SOJA) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) POMIDOR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt</p>	<p>JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)</p>	<p>Energia [kcal] 2 157,5 Białko ogółem [g] 85,3 Tłuszcz [g] 85,5 Węglowodany ogółem [g] 277 Sód [mg] 3 463,9 Błonnik pokarmowy [g] 41,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,8 suma cukrów prostych [g] 17,2</p>
2026-04-27 poniedziałek	Jan_cukrzycowa lekkostrawna	<p>ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKA GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) KIELKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt</p>	<p>KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<p>ZUPA KREM Z MARCHWI (marchew, ziemniaki, pietruszka, seler, kurkuma, cukier) 400 g (SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (GLUTEN, SOJA) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kaliafor, brokuł) 200 g (SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml</p>	<p>ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 30 g (SOJA) RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt MUS VEGE 1 szt (GLUTEN)</p>	<p>JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)</p>	<p>Energia [kcal] 1 941,1 Białko ogółem [g] 81,5 Tłuszcz [g] 68,2 Węglowodany ogółem [g] 266,3 Sód [mg] 2 582,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,1 suma cukrów prostych [g] 26,1</p>
2026-04-27 poniedziałek	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu	<p>ZUPA MLECZNA Z KASZĄ, MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) DŻEM OWOCOWY 1 szt KIELKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g</p>	<p>ZUPA KREM Z MARCHWI (marchew, ziemniaki, pietruszka, seler, kurkuma, cukier) 400 g (SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kaliafor, brokuł) 200 g (SELER)</p>	<p>ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) RUKOLA 4 g MUS VEGE 1 szt (GLUTEN) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g</p>	<p>JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)</p>	<p>Energia [kcal] 2 056,8 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 64,1 Węglowodany ogółem [g] 304,4 Sód [mg] 2 809,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,6 suma cukrów prostych [g] 54,8</p>	
2026-04-27 poniedziałek	Jan_dieta bogatobiałkowa	<p>ZUPA MLECZNA Z KASZĄ, MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) KIELKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g</p>	<p>KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<p>ZUPA KREM Z MARCHWI (marchew, ziemniaki, pietruszka, seler, kurkuma, cukier) 400 g (SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g (GLUTEN, SOJA) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kaliafor, brokuł) 200 g (SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml</p>	<p>ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (SOJA) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g MUS VEGE 1 szt (GLUTEN)</p>	<p>JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)</p>	<p>Energia [kcal] 2 380,3 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 85,7 Węglowodany ogółem [g] 315,8 Sód [mg] 3 083,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,7 suma cukrów prostych [g] 47,9</p>

2026-04-27 poniedziałek	Jan wewnętrzny - dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA KREM Z MARCHWI (marchew, ziemniaki, pietruszka, seler, kurkuma, cukier) 400 g (SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN)	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (SOJA) MUS VEGE 1 szt (GLUTEN) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 113,8 Białko ogółem [g] 78,2 Tłuszcz [g] 64,3 Węglowodany ogółem [g] 324,4 Sód [mg] 2 540,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,3 suma cukrów prostych [g] 53,6	
	Jan_plynnawzmocnionamleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ MANNA I (mleko 2%, kasza manna) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	BUDYŃ (mleko 2%, budyn waniliowy) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	PAPKA ZUPA ZIEMIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, woszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, woszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 098,8 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 117,1 Węglowodany ogółem [g] 195,5 Sód [mg] 628,1 Błonnik pokarmowy [g] 15,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,3 suma cukrów prostych [g] 50,7
	Dieta papkowlata	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, woszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	PAPKA ZUPA ZIEMIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, woszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, woszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	Energia [kcal] 2 301 Białko ogółem [g] 82,7 Tłuszcz [g] 129,5 Węglowodany ogółem [g] 228,5 Sód [mg] 513,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,9 suma cukrów prostych [g] 39,3	
2026-04-28 wtorek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmieńne) 400 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g PAPRYKARZ RYBNY (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 50 g (RYBA) OGÓREK ZIEŁONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA ZIELONE MINISTRONE (cukinia, brokuł, fasolka szparagowa, ziemniaki, koperek, natka pietruszki) 400 ml KARCZEK PIECZONY W SOSIE WŁASNYM (karczek b/k wp., cebula, mąka pszenna, 80 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA Z BURACZKA (buraki, olej, cukier) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SALAMI (kielbasa wp-wol., drobno rozdrobniona, dojrzewająca, wędzona, parzona) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) KIELKI 2 g SAŁATA LÓDOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	GRUSZKA 1 szt	Energia [kcal] 2 190,2 Białko ogółem [g] 80,5 Tłuszcz [g] 79,7 Węglowodany ogółem [g] 307 Sód [mg] 2 945,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32 suma cukrów prostych [g] 55,1	
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g PAPRYKARZ RYBNY (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 50 g (RYBA) OGÓREK ZIEŁONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA ZIELONE MINISTRONE (cukinia, brokuł, fasolka szparagowa, ziemniaki, koperek, natka pietruszki) 400 ml KARCZEK PIECZONY W SOSIE WŁASNYM (karczek b/k wp., cebula, mąka pszenna, 80 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, olej) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) KIELKI 2 g SAŁATA LÓDOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JABŁKO 1 szt	Energia [kcal] 2 059,5 Białko ogółem [g] 76,4 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany ogółem [g] 268,1 Sód [mg] 2 294,6 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,6 suma cukrów prostych [g] 30,6

Jan_cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g PAPRYKARZ RYBNY (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 50 g (RYBA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZPINAK BABY 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA ZIELONE MINESTRONE (cukinia, brokuł, fasolka szparagowa, ziemniaki, koperek, natka pietruszki) 400 ml PIECZONY KOTLET DROBIOWY (mięso drobiowe mielone, jajka kl.M, przyprawy) 150 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATA Z MASŁANKĄ 50/50g 1 Por (MLEKO) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) KIELKI 2 g SAŁATA LÓDOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS Z GRUSZKI 150 g	Energia [kcal] 1 849,7 Białko ogółem [g] 78,1 Tłuszcz [g] 39,6 Węglowodany ogółem [g] 268,6 Sód [mg] 2 250,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 16,7
Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmieńne) 400 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, kalfajor, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (piersz z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) KIELKI 2 g SAŁATA LÓDOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	MUS Z GRUSZKI 150 g	Energia [kcal] 2 067,9 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 38,5 Węglowodany ogółem [g] 324,2 Sód [mg] 2 333,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14,4 suma cukrów prostych [g] 39,4
Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmieńne) 400 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g PAPRYKARZ RYBNY (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 50 g (RYBA) OGÓREK ZIELONY OBRANY TARTY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, kalfajor, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZONY KOTLET DROBIOWY (mięso drobiowe mielone, jajka kl.M, przyprawy) 150 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) KIELKI 2 g SAŁATA LÓDOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	GRUSZKA 1 szt	Energia [kcal] 2 334,2 Białko ogółem [g] 107,4 Tłuszcz [g] 50,5 Węglowodany ogółem [g] 312,2 Sód [mg] 2 670,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25 suma cukrów prostych [g] 38,3
Jan_wewnętrzny - dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmieńne) 400 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZIEMIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZONY KOTLET DROBIOWY (mięso drobiowe mielone, jajka kl.M, przyprawy) 150 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) KETCHUP 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	MUS JABŁKOWY B/CIUKRU (jabłka) 150 g	Energia [kcal] 2 085,9 Białko ogółem [g] 83,6 Tłuszcz [g] 38,6 Węglowodany ogółem [g] 328,6 Sód [mg] 2 459 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18 suma cukrów prostych [g] 48,2

2026-04-28 wtorek	Jan_plyna wzmożniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI JEĆZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jeźzmiennie) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKA (łopatka, makaron zacierka, wloszczyzna) 500 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKA (łopatka, makaron zacierka, wloszczyzna) 500 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 009,2 Białko ogółem [g] 78,8 Tłuszcz [g] 80,1 Węglowodany ogółem [g] 267,9 Sód [mg] 879,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,4 suma cukrów prostych [g] 59,7
	Dieta papkowata	PAPKA PŁATKI JEĆZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKA (łopatka, płatki jeźzmiennie, wloszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKA (łopatka, makaron zacierka, wloszczyzna) 500 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKA (łopatka, makaron zacierka, wloszczyzna) 500 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 1 977,8 Białko ogółem [g] 79,5 Tłuszcz [g] 95,7 Węglowodany ogółem [g] 225,6 Sód [mg] 700,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,5 suma cukrów prostych [g] 34,9
2026-04-29 środa	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 80 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 50 g (GLUTEN, SOJA) SŁUPKI WARZYW (ogórek zielony, papryka, seler naciowy) obrany warzywa 50 g SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (salata lodowa, rukola, salata radicchio, stonecznik) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA COLESŁAW (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 80 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA Z CZERWONEJ FASOLI (fasola czerwona, masło roślinne) 50 g FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 349,2 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 327,5 Sód [mg] 3 069,3 Błonnik pokarmowy [g] 43 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,4 suma cukrów prostych [g] 50,5
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) SŁUPKI WARZYW (ogórek zielony, papryka, seler naciowy) obrany warzywa 50 g SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (salata lodowa, rukola, salata radicchio, stonecznik) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SEZAM)	ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (GLUTEN, SELER) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA COLESŁAW B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 266,1 Białko ogółem [g] 110,8 Tłuszcz [g] 94,5 Węglowodany ogółem [g] 254,7 Sód [mg] 3 569,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,7 suma cukrów prostych [g] 15,8

2026-04-29 środa	Jan_cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) SŁUPKI WARZYW (marchew, seler, ogórek zielony) obrany warzywa 50 g SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (salata lodowa, rukola, salata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (angielka 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEWKA GOTOWANA PLASTRY KARBOWANE (marchew, olej roślinny) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g JABŁKO PARZONE 1 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 225,5 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 87,3 Węglowodany ogółem [g] 279,9 Sód [mg] 3 515,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,7 suma cukrów prostych [g] 23,1
	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (SELER, GORCZYCA) KALAFIOR GOTOWANY (kalafior, olej) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEWKA GOTOWANA PLASTRY KARBOWANE (marchew, olej roślinny) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g JABŁKO PARZONE 1 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 945 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 36,7 Węglowodany ogółem [g] 336,6 Sód [mg] 3 130,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14 suma cukrów prostych [g] 63,8
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 100 g (GLUTEN, SOJA) KALAFIOR GOTOWANY (kalafior, olej) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (angielka 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 120 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEWKA GOTOWANA PLASTRY KARBOWANE (marchew, olej roślinny) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 80 g (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g JABŁKO PARZONE 1 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 375,5 Białko ogółem [g] 113,8 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 324,8 Sód [mg] 4 086,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,2 suma cukrów prostych [g] 55,5
	Jan_wewnętrzny - dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) DZEM OWOCOWY 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEWKA GOTOWANA PLASTRY KARBOWANE (marchew, olej roślinny) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 117 Białko ogółem [g] 85,6 Tłuszcz [g] 54,5 Węglowodany ogółem [g] 344,2 Sód [mg] 3 580,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,6 suma cukrów prostych [g] 72,8

2026-04-29 środa	Jan_plyna wzmochniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	SOCZEK B/CIUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmochniona (topatka, buraki, ziemniaki, włoszczyzna, mąka) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (topatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MAŚLANKA 200 ml (MLEKO)	Energia [kcal] 1 809,1 Białko ogółem [g] 69,1 Tłuszcz [g] 95,1 Węglowodany ogółem [g] 189,1 Sód [mg] 650,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 40,2
	Dieta papkowata	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (topatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (topatka, buraki, ziemniaki, włoszczyzna, mąka) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (topatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS OWOCOWY 1 szt	Energia [kcal] 2 009,4 Białko ogółem [g] 74,1 Tłuszcz [g] 114,2 Węglowodany ogółem [g] 194,6 Sód [mg] 538,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,2 suma cukrów prostych [g] 36
2026-04-30 czwartek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) SALATA Z POMIDOREM (pomidor, sałata, natka pietruszki, oliwa z oliwek) 60 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PAMPUCHY 4 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) SOS PIECZARKOWY Z MOZZARELLĄ (pieczarki, ser mozzarella, cebula, mąka pszenna, śmietana) 100 g (GLUTEN, MLEKO) SALATKA Z BURACZKA (buraki, olej, cukier) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 80 g OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 963,5 Białko ogółem [g] 79,8 Tłuszcz [g] 54 Węglowodany ogółem [g] 302 Sód [mg] 3 520,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26 suma cukrów prostych [g] 54,7
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) SALATA Z POMIDOREM (pomidor, sałata, natka pietruszki, oliwa z oliwek) 60 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z RZODKIEWKI BIAŁEJ B/CIUKRU drobno tarta (rzodkiew biała, marchew, jogurt naturalny) 200 g (MLEKO) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 80 g OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 936 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 61,5 Węglowodany ogółem [g] 255,2 Sód [mg] 3 900,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,1 suma cukrów prostych [g] 18,7

2026-04-30 czwartek	Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 120 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g KALAFIOR GOTOWANY (kalafior, olej) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 2 [Por] x 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 141,4 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 256,3 Sód [mg] 3 050,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,2 suma cukrów prostych [g] 15,1
	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g SALATA Z POMIDOREM (pomidor, sałata, natka pietruszki, oliwa z oliwek) 80 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 120 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g KALAFIOR GOTOWANY (kalafior, olej) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (SELER) DZEM OWOCOWY 1 szt LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 875,3 Białko ogółem [g] 74,8 Tłuszcz [g] 60,4 Węglowodany ogółem [g] 272,2 Sód [mg] 3 329,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,7 suma cukrów prostych [g] 40,3	
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 80 g (SOJA, MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 120 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g KALAFIOR GOTOWANY (kalafior, olej) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 80 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 388,2 Białko ogółem [g] 125,6 Tłuszcz [g] 93,2 Węglowodany ogółem [g] 267,2 Sód [mg] 3 685,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,9 suma cukrów prostych [g] 30,1
	Jan_wewnętrzny - dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) MIOD 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 120 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 333,6 Białko ogółem [g] 102,4 Tłuszcz [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 337,3 Sód [mg] 2 915,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,3 suma cukrów prostych [g] 48,6	

2026-04-30 czwartek	Jan_plyna wzmożniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS OWOCOWY 1 szt	PAPKA ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM Z ŁOPATKA (łopatka wp.,ryż, brokuł, włoszczyzna) 500 ml (SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 031,9 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 103,1 Węglowodany ogółem [g] 198,8 Sód [mg] 611 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 40,4
	Dieta papkowata	PAPKA PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKA (łopatka, płatki owsiane, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM Z ŁOPATKA (łopatka wp.,ryż, brokuł, włoszczyzna) 500 ml (SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 2 033,9 Białko ogółem [g] 80,7 Tłuszcz [g] 109,7 Węglowodany ogółem [g] 198,7 Sód [mg] 571,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,8 suma cukrów prostych [g] 39,8
2026-05-01 piątek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIONIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (JAJA) PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) MORSZCZUK PAPIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka,jajka,mąka,bulka tarta) 100 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 80 g (MLEKO) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 170,3 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 322,3 Sód [mg] 2 210,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 56,2
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIONIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (JAJA) PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) FILET Z DORSZA GOTOWANY (dorsz) 80 g (RYBA) SÓS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 80 g (MLEKO) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 2 338,4 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 88,2 Węglowodany ogółem [g] 291,4 Sód [mg] 2 525,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,7 suma cukrów prostych [g] 32,3

2026-05-01 piątek	Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIORKIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (JAJA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) FILET Z DORSZA GOTOWANY (dorsz) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, skrobina) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKA (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, angielka 30g, masło 10g 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO))	Energia [kcal] 2 196,5 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 308,2 Sód [mg] 2 038,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,2 suma cukrów prostych [g] 36,2
	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) FILET Z DORSZA GOTOWANY (dorsz) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, skrobina) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKA (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 80 g (MLEKO) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	Energia [kcal] 2 067,6 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 39,6 Węglowodany ogółem [g] 359,5 Sód [mg] 2 358,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14,8 suma cukrów prostych [g] 51,8
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) FILET Z DORSZA GOTOWANY (dorsz) 150 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, skrobina) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKA (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	Energia [kcal] 2 361,6 Białko ogółem [g] 124,9 Tłuszcz [g] 57,8 Węglowodany ogółem [g] 354,9 Sód [mg] 2 494,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,6 suma cukrów prostych [g] 45,6
	Jan_wewnętrzny - dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA 2SZT. Z ZIELENINĄ (jajka klasy M, zielona pietruszka) 2 szt (JAJA) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) FILET Z DORSZA GOTOWANY (dorsz) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, skrobina) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKA (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 80 g (MLEKO) KETCHUP 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOOWY 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 139,9 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 51,3 Węglowodany ogółem [g] 352,3 Sód [mg] 2 028,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,2 suma cukrów prostych [g] 62,2

2026-05-01 piątek	Jan_plyna wzmożniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (topatka, makaron, wioszczy, kon. pomidorowy, mąka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 977,5 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 97,8 Węglowodany ogółem [g] 203,6 Sód [mg] 895,6 Błonnik pokarmowy [g] 16,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 55,7
	Dieta papkowata	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza kukurydziana, wioszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, wioszczy, kon. pomidorowy, mąka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS VEGE 1 szt (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 013,3 Białko ogółem [g] 77,4 Tłuszcz [g] 113,5 Węglowodany ogółem [g] 187 Sód [mg] 477,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 22,3
2026-05-02 sobota	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) POMIDOR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bulka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA (marchew, seler, olej) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 30 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 252,6 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 85,2 Węglowodany ogółem [g] 298,1 Sód [mg] 3 523,1 Błonnik pokarmowy [g] 32 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,3 suma cukrów prostych [g] 44,3
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) POMIDOR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemiaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bulka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA (marchew, seler, olej) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 30 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 240,2 Białko ogółem [g] 88,9 Tłuszcz [g] 88,2 Węglowodany ogółem [g] 288,5 Sód [mg] 3 855,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,9 suma cukrów prostych [g] 24,8
	Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemiaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bulka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 30 g (MLEKO) KIELKI 4 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 174 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 71,9 Węglowodany ogółem [g] 316,3 Sód [mg] 3 509,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,3 suma cukrów prostych [g] 38,1

2026-05-02 sobota	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z RYZEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TLUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TLUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 30 g (MLEKO) KIELKI 4 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 014,3 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 41,7 Węglowodany ogółem [g] 338,2 Sód [mg] 2 933,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,8 suma cukrów prostych [g] 58,7	
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z RYZEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TLUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWA (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (topatka b/k, jajka kl.M, bulka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TLUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 50 g (MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 5 g JABŁKO PARZONE 1 szt KIELKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 381,8 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 83,1 Węglowodany ogółem [g] 326,9 Sód [mg] 3 395,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,5 suma cukrów prostych [g] 50,6
	Jan_wewnętrzny - dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z RYZEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TLUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (topatka b/k, jajka kl.M, bulka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TLUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 30 g (MLEKO) JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 279,6 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 344,6 Sód [mg] 3 240,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,7 suma cukrów prostych [g] 62,7
	Jan_płynna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z RYZEM BIAŁYM I (ryż, mleko) 500 ml (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS VEGE 1 szt (GLUTEN)	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (topatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z ŁOPATKĄ (topatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 994,2 Białko ogółem [g] 89,4 Tłuszcz [g] 111,9 Węglowodany ogółem [g] 172,3 Sód [mg] 534,1 Błonnik pokarmowy [g] 17 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,2 suma cukrów prostych [g] 50,1
	Dieta papkowata	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (topatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (topatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z ŁOPATKĄ (topatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS Z GRUSZKI 200 g	Energia [kcal] 2 124,3 Białko ogółem [g] 74,2 Tłuszcz [g] 120,7 Węglowodany ogółem [g] 214,7 Sód [mg] 503,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,5 suma cukrów prostych [g] 19,9

2026-05-03 niedziela	Jan_dieta podstawowa	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PĄSZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) OGÓREK KISZONY TALÁRKI 50 g (GORCZYCA)		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) GYROS DROBIOWO - WIEPRZOWY (udziec z kurczaka, łopataka wp., marchew, papryka mroz., fasolka szp., przyprawy) 150 g ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY CZERWONEJ (kapusta czerwona, jabłko, olej, cukier,sól,sok z cytryn) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDÓR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 128,6 Białko ogółem [g] 85,1 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 297,4 Sód [mg] 3 075,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3 suma cukrów prostych [g] 65,1
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) OGÓREK KISZONY TALÁRKI 50 g (GORCZYCA) HERBATA 1SZT. 1 szt	MANDARYNKA 1 szt	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 g (GLUTEN) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY CZERWONEJ (kapusta czerwona, jabłko, olej, cukier,sól,sok z cytryn) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDÓR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 023 Białko ogółem [g] 83,8 Tłuszcz [g] 58,6 Węglowodany ogółem [g] 304,5 Sód [mg] 3 213 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,7 suma cukrów prostych [g] 60,2
	Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 150 g	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 g (GLUTEN) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDÓR 50 g RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 1 898,1 Białko ogółem [g] 78,1 Tłuszcz [g] 47,6 Węglowodany ogółem [g] 313,3 Sód [mg] 2 813,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,5 suma cukrów prostych [g] 51,1
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 50 g (SELER, GORCZYCA) MIÓD 1 szt LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 g (GLUTEN) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 1 996,7 Białko ogółem [g] 77,4 Tłuszcz [g] 40 Węglowodany ogółem [g] 356,8 Sód [mg] 2 636,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14 suma cukrów prostych [g] 77,7

2026-05-03 niedziela	Jan, dieta bogatobiałkowa	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER) JAJKO GOTOWANE klasy M 2 szt (JAJA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 150 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY CZERWONEJ (kapusta czerwona, jabłko, olej, cukier, sól, sok z cytryn) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 367,4 Białko ogółem [g] 107,1 Tłuszcz [g] 74,8 Węglowodany ogółem [g] 338,9 Sód [mg] 2 717,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,5 suma cukrów prostych [g] 75,9
	Jan wewnętrzny - dieta lekkostrawna	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) MUS JABŁKOWY B/CUKUR (jabłka) 100 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 2 007 Białko ogółem [g] 81,9 Tłuszcz [g] 54,9 Węglowodany ogółem [g] 320,9 Sód [mg] 2 690,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,1 suma cukrów prostych [g] 66,7
	Jan, płynna wzmocniona mleczna	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKA (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKA (łopatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMIACZANA Z FILETEM Z PIERSI KURCZAKA (filet z kurczaka, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 2 369,7 Białko ogółem [g] 95,1 Tłuszcz [g] 120,9 Węglowodany ogółem [g] 249,4 Sód [mg] 604,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36 suma cukrów prostych [g] 65,3
	Dieta papkowata	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKA (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKA (łopatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMIACZANA Z FILETEM Z PIERSI KURCZAKA (filet z kurczaka, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 2 165,6 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 116,5 Węglowodany ogółem [g] 212,2 Sód [mg] 535,6 Błonnik pokarmowy [g] 21 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,3 suma cukrów prostych [g] 42,4