

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2026-05-18 poniedziałek	Jan_dieta podstawaowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 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) POMIDOR 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 GRYZCZANA GOTOWANA 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda) 200 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 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 STRĄCZKOW (fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	Energia [kcal] 2 264.1 Białko ogółem [g] 93.3 Tłuszcz [g] 67.4 Węglowodany ogółem [g] 342.7 Sód [mg] 2 550.8 Błonnik pokarmowy [g] 40.7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24 suma cukrów prostych [g] 35.9
	Jan_dieta latwostrawna	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) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI B/ML (ziemniaki, włoszczyzna, 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 JEZCMIENNA 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) 80 g (MLEKO) DZEM OWOCOWY 1 szt PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	Energia [kcal] 2 107.5 Białko ogółem [g] 94.1 Tłuszcz [g] 47.2 Węglowodany ogółem [g] 352 Sód [mg] 2 278.1 Błonnik pokarmowy [g] 33 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20.2 suma cukrów prostych [g] 52.6
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węg.	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) POMIDOR 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 GRYZCZANA GOTOWANA 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA b/cukru (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda, ksylitol) 200 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 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 STRĄCZKOW (fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 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] 2 224.3 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 75.3 Węglowodany ogółem [g] 309.2 Sód [mg] 2 990.5 Błonnik pokarmowy [g] 45.1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28.4 suma cukrów prostych [g] 20
	Jan_cukrzykowa 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) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 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 JEZCMIENNA 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) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, 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)	Energia [kcal] 1 916.6 Białko ogółem [g] 93.4 Tłuszcz [g] 55.6 Węglowodany ogółem [g] 284.9 Sód [mg] 2 687.6 Błonnik pokarmowy [g] 30.6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26.1 suma cukrów prostych [g] 26.9

2026-05-18 poniedziałek	Jan_cieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	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 POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) SALATA MIX (salata lodowa, rukola, salata radicchio) 10 g MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5g		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) 120 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 TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (MLEKO) DŻEM OWOCOWY 1 szt LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0.06 szt PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruska, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	Energia [kcal] 2 165.3 Białko ogółem [g] 92.9 Tłuszcz [g] 50.3 Węglowodany ogółem [g] 363.1 Sód [mg] 2 333.1 Błonnik pokarmowy [g] 35.7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18.4 suma cukrów prostych [g] 49.3
	Jan_cieta 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) SALATA MIX (salata lodowa, rukola, salata 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) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0.06 szt PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruska, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 311.2 Białko ogółem [g] 114.7 Tłuszcz [g] 72.3 Węglowodany ogółem [g] 329.2 Sód [mg] 2 917.4 Błonnik pokarmowy [g] 34.6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34.9 suma cukrów prostych [g] 41.8
	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 wzmożona (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] 1 887.7 Białko ogółem [g] 90.4 Tłuszcz [g] 82.6 Węglowodany ogółem [g] 214.8 Sód [mg] 684.9 Błonnik pokarmowy [g] 20.5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27.8 suma cukrów prostych [g] 55.8
	Dieta papkowata	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmożona (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] 1 841.1 Białko ogółem [g] 97.4 Tłuszcz [g] 79.1 Węglowodany ogółem [g] 207.6 Sód [mg] 593.4 Błonnik pokarmowy [g] 24.6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23 suma cukrów prostych [g] 43.9

2026-05-19 wtorek	Jan_dieta_podstawowa	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA Z TUNCYZKA (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) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA (marchew, jabłko, olej rzepakowy, cukier) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) DŻEM OWOCOWY 1 szt BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 281.1 Białko ogółem [g] 84.5 Tłuszcz [g] 85.8 Węglowodany ogółem [g] 303.3 Sód [mg] 2 962.7 Błonnik pokarmowy [g] 32.4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35.5 suma cukrów prostych [g] 64.5	
	Jan_dieta_latwostrawna	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 TUNCYZKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) SOK NFC POMIDOROWY 195ml 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) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN, SELER) 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) SZYNKA WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 50 g (SOJA, SELER) DŻEM OWOCOWY 1 szt BURAKI GOTOWANE PLASTRY 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 054.8 Białko ogółem [g] 78.3 Tłuszcz [g] 58 Węglowodany ogółem [g] 322.8 Sód [mg] 2 838.1 Błonnik pokarmowy [g] 31.5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25.3 suma cukrów prostych [g] 76.9	
	Jan_dieta_z_ogr_latwo_przyssw_weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA Z TUNCYZKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JABŁKO 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA B/CUKRU (marchew, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 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 PLASTRY 50 g HERBATA B/C 200 ml	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 150.3 Białko ogółem [g] 84.9 Tłuszcz [g] 78.7 Węglowodany ogółem [g] 293.1 Sód [mg] 2 437 Błonnik pokarmowy [g] 42.4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27 suma cukrów prostych [g] 38.8
	Jan_cukrzycowa_lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA Z TUNCYZKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0.06 szt KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	JABŁKO PARZONE 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 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 PLASTRY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 937.8 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 60.9 Węglowodany ogółem [g] 276.1 Sód [mg] 2 616.3 Błonnik pokarmowy [g] 30.2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24.2 suma cukrów prostych [g] 33.4

2026-05-19 wtorek	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PASTA Z TUNCZYKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0.06 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, bulka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 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) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) DZEM OWOCOWY 1 szt BURAKI GOTOWANE PLASTRY 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 043.1 Białko ogółem [g] 82.6 Tłuszcz [g] 61.3 Węglowodany ogółem [g] 304.6 Sód [mg] 2 352 Błonnik pokarmowy [g] 27.3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22.2 suma cukrów prostych [g] 73.9	
	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 LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (SOJA, MLEKO) KIEŁKI 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 JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 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) TWARÓZEK (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] 2 208.4 Białko ogółem [g] 105.2 Tłuszcz [g] 67.4 Węglowodany ogółem [g] 309.6 Sód [mg] 2 644.7 Błonnik pokarmowy [g] 28.1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29.2 suma cukrów prostych [g] 66.2
	Jan_plyma wzmożona 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] 1 875.5 Białko ogółem [g] 77.5 Tłuszcz [g] 76.7 Węglowodany ogółem [g] 239.5 Sód [mg] 512.8 Błonnik pokarmowy [g] 21.8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23.5 suma cukrów prostych [g] 92.1
	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] 1 952.9 Białko ogółem [g] 88.9 Tłuszcz [g] 81.8 Węglowodany ogółem [g] 239 Sód [mg] 514.9 Błonnik pokarmowy [g] 29.5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22.6 suma cukrów prostych [g] 42.2
2026-05-20 środa	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 80 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 30 g (SOJA, GORCZYCA) 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, 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 PSZENNY I RAZOWY 80 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) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	HERBATNIKI 30g 1 Por (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 327.7 Białko ogółem [g] 101.9 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 308.5 Sód [mg] 3 607.2 Błonnik pokarmowy [g] 30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40.3 suma cukrów prostych [g] 61.6	

Jan_dieta latwostrawna	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) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 30 g (SOJA, GORCZYCA) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemiaki, 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 SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	HERBATNIKI 30g 1 Por (GLUTEN)	Energia [kcal] 1 967.1 Białko ogółem [g] 89.5 Tłuszcz [g] 48.7 Węglowodany ogółem [g] 314.1 Sód [mg] 2 890.2 Błonnik pokarmowy [g] 28.7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24.5 suma cukrów prostych [g] 56.5
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) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 30 g (SOJA, GORCZYCA) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	POMARAŃCZA 1 szt	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemiaki, ogórki kiszane, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, 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 DWÓCH KAPUST B/CUKRU (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 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	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtusty 30g, chleb graham 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 2 161.9 Białko ogółem [g] 97.8 Tłuszcz [g] 72.3 Węglowodany ogółem [g] 299.1 Sód [mg] 4 274.2 Błonnik pokarmowy [g] 44.6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30.7 suma cukrów prostych [g] 23.7
Jan_cukrzycoowa 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) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 30 g (SOJA, GORCZYCA) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) SZPINAK BABY 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JABŁKO PARZONE 1 szt	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemiaki, 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 B/CUKRU (buraki, olej rzepakowy, ksylitol) 100 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 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	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtusty 30g, angielka 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 1 930.6 Białko ogółem [g] 82.3 Tłuszcz [g] 64.5 Węglowodany ogółem [g] 276.7 Sód [mg] 2 745.8 Błonnik pokarmowy [g] 25.8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33.6 suma cukrów prostych [g] 24
Jan_dieta latwostrawna 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 POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) DŻEM OWOCOWY 1 szt SZPINAK BABY 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemiaki, 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	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtusty 30g, angielka 30g, mix 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 1 926.1 Białko ogółem [g] 89.2 Tłuszcz [g] 45.4 Węglowodany ogółem [g] 308.7 Sód [mg] 3 086.8 Błonnik pokarmowy [g] 24.7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17.6 suma cukrów prostych [g] 53.8

2026-05-20 środa	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) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0.06 szt PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	JABŁKO PARZONE 1 szt	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	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, angielka 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 122.3 Białko ogółem [g] 113.8 Tłuszcz [g] 55.1 Węglowodany ogółem [g] 316.7 Sód [mg] 3 551.7 Błonnik pokarmowy [g] 30.4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26.3 suma cukrów prostych [g] 42.1
	Jan_plyma wzmożona 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 wzmożona (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	MASŁANKA 200 ml (MLEKO)	Energia [kcal] 1 820.9 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 82.7 Węglowodany ogółem [g] 201.1 Sód [mg] 665.4 Błonnik pokarmowy [g] 21.9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24.5 suma cukrów prostych [g] 34.6
	Dieta papkowata	PAPKA PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, płatki owsiane, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmożona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmożona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	Energia [kcal] 1 802.2 Białko ogółem [g] 103.4 Tłuszcz [g] 88.7 Węglowodany ogółem [g] 171 Sód [mg] 586.3 Błonnik pokarmowy [g] 24.6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25.5 suma cukrów prostych [g] 13.9
2026-05-21 czwartek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) 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) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ (kapusta pekińska, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, olej rzepakowy, cukier) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK ZE SZCZYPORIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 80 g (MLEKO) 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] 2 384.2 Białko ogółem [g] 89.2 Tłuszcz [g] 64.8 Węglowodany ogółem [g] 369.2 Sód [mg] 3 401.5 Błonnik pokarmowy [g] 35.1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25.6 suma cukrów prostych [g] 82.6	
	Jan_dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) MUS OWOCOWY 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA ZIEMNIAKOWA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka pietruszki) 120 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 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) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperki) 80 g (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 350.7 Białko ogółem [g] 82.8 Tłuszcz [g] 58.9 Węglowodany ogółem [g] 365.9 Sód [mg] 2 321.6 Błonnik pokarmowy [g] 26.1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27.1 suma cukrów prostych [g] 82.5	

2026-05-21 czwartek	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	<p>CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) POMIDOR 50 g GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt</p>	<p>SALATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 100 g</p>	<p>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 MUSZTARDOZY Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (musztarda, natka pietruszki, margaryna, mąka pszenna, cukier) 100 ml (GLUTEN, GORCZYCA) RYŻ WIELOZIARNSTY (ryż brazowy, ryż paraboliczny) 200 g SUROWKA Z KAPUŚTY PEKIŃSKIEJ B/CUKRU (kapusta pekińska, marchew, jabłko, natka pietruszki, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JĄBLEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml</p>	<p>CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK ZE SZCZUPIORKIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 80 g (MLEKO) SALATKA SZWEDZKA 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt</p>	<p>KEFIR 1 szt (MLEKO)</p>	<p>Energia [kcal] 2 113.5 Białko ogółem [g] 89.5 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 289.1 Sód [mg] 3 593.9 Błonnik pokarmowy [g] 39.1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26.2 suma cukrów prostych [g] 32.5</p>
	Jan_cukrzycowa lekkostrawna	<p>ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SALATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt</p>	<p>KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<p>ZUPA KREM BROKUŁOWY (brokuły, ziemniaki, pietruszka, śmietana) 400 ml UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka pietruszki) 120 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g SALATA Z MASŁANKĄ 50/50g 1 Por (MLEKO) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml</p>	<p>ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK ZE SZCZUPIORKIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 80 g (MLEKO) ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt</p>	<p>KEFIR 1 szt (MLEKO)</p>	<p>Energia [kcal] 2 019.8 Białko ogółem [g] 81.5 Tłuszcz [g] 60.4 Węglowodany ogółem [g] 281.3 Sód [mg] 2 455.6 Błonnik pokarmowy [g] 19.4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30.1 suma cukrów prostych [g] 23.2</p>
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu	<p>ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) MUS Z GRUSZKI 100 g SALATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g</p>		<p>ZUPA KREM BROKUŁOWY (brokuły, ziemniaki, pietruszka, śmietana) 400 ml UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka pietruszki) 120 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml</p>	<p>ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK ZE SZCZUPIORKIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 80 g (MLEKO) ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g</p>	<p>KISIEL Z TARTYMI JĄBLKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml</p>	<p>Energia [kcal] 2 371.2 Białko ogółem [g] 85.7 Tłuszcz [g] 59 Węglowodany ogółem [g] 373.9 Sód [mg] 2 548.6 Błonnik pokarmowy [g] 29.8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23 suma cukrów prostych [g] 69.1</p>
	Jan_dieta bogatobiałkowa	<p>ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SALATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt MUS OWOCOWY 1 szt</p>	<p>KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<p>ZUPA KREM BROKUŁOWY (brokuły, ziemniaki, pietruszka, śmietana) 400 ml UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka pietruszki) 150 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JĄBLEK (jabłka) 250 ml</p>	<p>ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK ZE SZCZUPIORKIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 100 g (MLEKO) ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt</p>	<p>KEFIR 1 szt (MLEKO)</p>	<p>Energia [kcal] 2 384.1 Białko ogółem [g] 100.9 Tłuszcz [g] 75.6 Węglowodany ogółem [g] 314.2 Sód [mg] 2 766.9 Błonnik pokarmowy [g] 26 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36.4 suma cukrów prostych [g] 48.3</p>

2026-05-21 czwartek	Jan_plyna wzmożniona 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 wzmożniona (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMNIAKAMI 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] 1 879.6 Białko ogółem [g] 94.4 Tłuszcz [g] 86.4 Węglowodany ogółem [g] 194.6 Sód [mg] 600.8 Błonnik pokarmowy [g] 21.1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30.7 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 JABLEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS OWOCOWY 1 szt	Energia [kcal] 1 820 Białko ogółem [g] 83.7 Tłuszcz [g] 76.7 Węglowodany ogółem [g] 216.6 Sód [mg] 528.2 Błonnik pokarmowy [g] 26.2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21.1 suma cukrów prostych [g] 30.1
2026-05-22 piątek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JEŹCZIENNYMI (mleko 2%, płatki jeźczienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORIKIEM (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) 80 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SUROWKA Z KAPUSTY KISZONEJ DROBNO SIEKANA (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej rzepakowy, zielona, pietruszka) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 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] 2 146.9 Białko ogółem [g] 97.5 Tłuszcz [g] 79.8 Węglowodany ogółem [g] 283.2 Sód [mg] 2 559.9 Błonnik pokarmowy [g] 37.9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30.4 suma cukrów prostych [g] 27.6
	Jan_dieta latwostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JEŹCZIENNYMI (mleko 2%, płatki jeźczienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA GOTOWANE kiasy 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 (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABLEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 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] 2 224.2 Białko ogółem [g] 99.1 Tłuszcz [g] 60.1 Węglowodany ogółem [g] 348.5 Sód [mg] 2 159.8 Błonnik pokarmowy [g] 35 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29.5 suma cukrów prostych [g] 72

Jan_dieta z ogr. latwo 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, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej rzepakowy, zielona, pietruszka, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 50 g (MLEKO) SER TWAROGOWY TOPIONY Fasolima 17G 1 Por (MLEKO) SALATKA Z CZERWONEJ FASOLI, GROSZKU, KUKURYDZY I OGÓRKA KISZONEGO 50 g (GORCZYCA)	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 378.8 Białko ogółem [g] 107.1 Tłuszcz [g] 97.7 Węglowodany ogółem [g] 289.9 Sód [mg] 2 778.6 Błonnik pokarmowy [g] 42.6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42.4 suma cukrów prostych [g] 18.8
Jan_cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) 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 MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 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 (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 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] 2 114.9 Białko ogółem [g] 100.2 Tłuszcz [g] 71 Węglowodany ogółem [g] 292.8 Sód [mg] 2 079.8 Błonnik pokarmowy [g] 30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33.8 suma cukrów prostych [g] 26.2
Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JECZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GORCZYCA) 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 (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt 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] 2 264.3 Białko ogółem [g] 96.6 Tłuszcz [g] 65.7 Węglowodany ogółem [g] 349.3 Sód [mg] 2 216.8 Błonnik pokarmowy [g] 35.3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25.3 suma cukrów prostych [g] 72.2
Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JECZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) 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 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 (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 80 g (MLEKO) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 383.1 Białko ogółem [g] 124.6 Tłuszcz [g] 74.7 Węglowodany ogółem [g] 330.8 Sód [mg] 2 391.3 Błonnik pokarmowy [g] 36.2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34.6 suma cukrów prostych [g] 63.5

2026-05-22 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] 1 906.9 Białko ogółem [g] 95.2 Tłuszcz [g] 84.2 Węglowodany ogółem [g] 210 Sód [mg] 1 337.7 Błonnik pokarmowy [g] 18.8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26.6 suma cukrów prostych [g] 55.8
	Dieta papkowata	PAPKA PŁATKI JEĆZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, płatki jeźzmiennie, wloszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		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	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 1 808.2 Białko ogółem [g] 91.8 Tłuszcz [g] 83.2 Węglowodany ogółem [g] 193.8 Sód [mg] 870 Błonnik pokarmowy [g] 21.9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23.8 suma cukrów prostych [g] 41.7
2026-05-23 sobota	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 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 ZIEMNIAKAMI (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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 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) OGÓREK ZIELONY OBRANY TARTY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 995.3 Białko ogółem [g] 89.4 Tłuszcz [g] 56.7 Węglowodany ogółem [g] 288.6 Sód [mg] 3 079.9 Błonnik pokarmowy [g] 30.4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25.4 suma cukrów prostych [g] 44.5
	Jan_dieta latwostrawna	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 ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 30 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, 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 (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, 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% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (SOJA, MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PŁASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 868.3 Białko ogółem [g] 82.7 Tłuszcz [g] 41.7 Węglowodany ogółem [g] 303.3 Sód [mg] 2 444.7 Błonnik pokarmowy [g] 27.6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21 suma cukrów prostych [g] 49.8
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	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 ZIEMNIAKAMI (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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY B/CUKRU BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 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	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 053.4 Białko ogółem [g] 90.6 Tłuszcz [g] 69.5 Węglowodany ogółem [g] 281.1 Sód [mg] 3 291.7 Błonnik pokarmowy [g] 37.4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28.6 suma cukrów prostych [g] 21.3

2026-05-23 sobota	Jan_cukrzycoowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 80 g SALATKA BROKOŁOWA 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. (angielka 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) 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% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PŁASTRY (pietruska, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 975 Białko ogółem [g] 99.4 Tłuszcz [g] 59 Węglowodany ogółem [g] 272.5 Sód [mg] 3 643.6 Błonnik pokarmowy [g] 25.9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27.3 suma cukrów prostych [g] 25.5
	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 SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO, SELER) 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% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 80 g (MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PŁASTRY (pietruska, olej rzepakowy) 50 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 908.1 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 42.5 Węglowodany ogółem [g] 308.9 Sód [mg] 2 377.5 Błonnik pokarmowy [g] 29.9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18.1 suma cukrów prostych [g] 52.3	
	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 ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g SALATKA BROKOŁOWA 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. (angielka 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% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (SOJA, MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PŁASTRY (pietruska, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 220.6 Białko ogółem [g] 117 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 295.6 Sód [mg] 3 116.2 Błonnik pokarmowy [g] 26.9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31.9 suma cukrów prostych [g] 35.4
	Jan_plyma wzmożniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmożniona (topatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmożniona (topatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 905 Białko ogółem [g] 90.6 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 215.7 Sód [mg] 902.7 Błonnik pokarmowy [g] 17.9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25.5 suma cukrów prostych [g] 69.3
	Dieta papkowata	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (topatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 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	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 1 841.2 Białko ogółem [g] 86.4 Tłuszcz [g] 77.8 Węglowodany ogółem [g] 221.1 Sód [mg] 542.4 Błonnik pokarmowy [g] 24 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21.8 suma cukrów prostych [g] 43.8

2026-05-24 niedziela	Jan_dieta podstawowa	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (SOJA) JABŁKO 1 szt SALATA Z POMIDOREM (pomidor, sałata, natka pietruszki, oliwa z oliwek) 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) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przypraw) 120 g ZIEMIANKI 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 PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wedłina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g RZÓDKIEWKA Z OGÓRKIEM ZIELONYM DROBNO TARTE (rzodkiewka, ogórek zielony) 50 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 088.8 Białko ogółem [g] 70.6 Tłuszcz [g] 66.8 Węglowodany ogółem [g] 294.4 Sód [mg] 4 147.1 Błonnik pokarmowy [g] 28.1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27.6 suma cukrów prostych [g] 44.4	
	Jan_dieta latwostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 50 g (SOJA) JABŁKO PARZONE 1 szt 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) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka pietruszki) 120 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY GOTOWANE (brokuł, marchewka baby, 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 POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wedłina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 080.4 Białko ogółem [g] 72 Tłuszcz [g] 58.8 Węglowodany ogółem [g] 317.3 Sód [mg] 3 037.7 Błonnik pokarmowy [g] 27.7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28.4 suma cukrów prostych [g] 49.2	
	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) JABŁKO 1 szt SALATA Z POMIDOREM (pomidor, sałata, natka pietruszki, oliwa z oliwek) 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) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przypraw) 120 g ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA b/cukru (ogórek kiszony, cebula, musztarda, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wedłina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g RZÓDKIEWKA Z OGÓRKIEM ZIELONYM DROBNO TARTE (rzodkiewka, ogórek zielony) 50 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 232.8 Białko ogółem [g] 88.9 Tłuszcz [g] 87.2 Węglowodany ogółem [g] 265.6 Sód [mg] 4 088.5 Błonnik pokarmowy [g] 32.8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39.6 suma cukrów prostych [g] 18.3
	Jan_cukrzycoowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 50 g (SOJA) JABŁKO PARZONE 1 szt 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) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka pietruszki) 120 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY GOTOWANE (brokuł, marchewka baby, 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 POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wedłina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 164 Białko ogółem [g] 90.1 Tłuszcz [g] 79.1 Węglowodany ogółem [g] 274.2 Sód [mg] 3 060 Błonnik pokarmowy [g] 26.5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40.4 suma cukrów prostych [g] 21

2026-05-24 niedziela	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (SOJA) KETCHUP 20 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0.06 szt JABŁKO PARZONE 1 szt 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) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 100 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY GOTOWANE (brokuł, marchewka baby, olej rzepakowy) 200 g 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 MIÓD 30 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 105.8 Białko ogółem [g] 81.4 Tłuszcz [g] 62.2 Węglowodany ogółem [g] 309.6 Sód [mg] 2 936.7 Błonnik pokarmowy [g] 27.2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26.8 suma cukrów prostych [g] 45.3	
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 80 g (SOJA) JABŁKO PARZONE 1 szt 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) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 150 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY GOTOWANE (brokuł, marchewka baby, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 311.9 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 83.5 Węglowodany ogółem [g] 288.8 Sód [mg] 3 218.4 Błonnik pokarmowy [g] 26.9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41.1 suma cukrów prostych [g] 39.3
	Jan_plyna wzmożona mączna	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 kurczaka, 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, woszczyczna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 345.3 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 papkowata	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, woszczyczna, 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, woszczyczna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS Z GRUSZKI 200 g	Energia [kcal] 2 096.6 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
2026-05-25 poniedziałek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 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 PO MEKSYKAŃSKU (łopatka wp., fasolka 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 rzepakowy, musztarda) 200 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 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] 2 131.2 Białko ogółem [g] 87.6 Tłuszcz [g] 74.4 Węglowodany ogółem [g] 293.9 Sód [mg] 3 165.5 Błonnik pokarmowy [g] 33.9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30.4 suma cukrów prostych [g] 28.5	

Jan_dieta_latwostrawna	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] 2 012.3 Białko ogółem [g] 78.9 Tłuszcz [g] 52.5 Węglowodany ogółem [g] 324.4 Sód [mg] 2 538.7 Błonnik pokarmowy [g] 27.4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25.4 suma cukrów prostych [g] 53.6	
Jan_dieta_z_ogr_latwo_przystw_weg.	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 PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA FASOLKOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) WIEPRZOWINA PÓ MEKSYKAŃSKU (łopatka wp., fasola czerwona, kukurydza, papryka, cebula, przecier pomidorowy, skrobia, olej) 120 g (GLUTEN, GORCZYCA) RYŻ WIELOZIARNYSTY GOTOWANY (ryż brązowy, ryż biały) 200 g SUROWKA WIELOWARZYWNA b/cukru (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda, ksylitol) 200 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT OWOCOWY b/cukru (mieszanka owoców, ksylitol) 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) 50 g (SOJA) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) POMIDOR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 115.5 Białko ogółem [g] 85.7 Tłuszcz [g] 78.5 Węglowodany ogółem [g] 284.8 Sód [mg] 3 463 Błonnik pokarmowy [g] 41.6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32.4 suma cukrów prostych [g] 17
Jan_cukrzycoowa_lekkostrawna	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) KIEŁKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	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, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY b/cukru (mieszanka owoców, ksylitol) 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 KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 30 g (SOJA) RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt MUS VEGE 1 szt (GLUTEN)	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 958.5 Białko ogółem [g] 84.9 Tłuszcz [g] 67.7 Węglowodany ogółem [g] 270.1 Sód [mg] 2 596 Błonnik pokarmowy [g] 25.6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30.4 suma cukrów prostych [g] 26.5
Jan_dieta_latwostrawna_z_ogr_tluszczy	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 KIEŁKI 4 g 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 BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kaliafor, brokuł, olej rzepakowy) 200 g	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 30 g (SOJA) RUKOLA 4 g MUS VEGE 1 szt (GLUTEN) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 021.3 Białko ogółem [g] 84.2 Tłuszcz [g] 58.2 Węglowodany ogółem [g] 308.2 Sód [mg] 2 817.3 Błonnik pokarmowy [g] 26.2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22 suma cukrów prostych [g] 55.2

2026-05-25 poniedziałek	Jan_dieta bogatobiałkowa	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) KIEŁKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z WEDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wedlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	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, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 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) 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)	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 385.6 Białko ogółem [g] 107.1 Tłuszcz [g] 83.6 Węglowodany ogółem [g] 319.5 Sód [mg] 3 098.1 Błonnik pokarmowy [g] 26.5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37.5 suma cukrów prostych [g] 48.3
	Jan_plyna wzmochniona 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 ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmochniona (łopatka, ziemniaki, woszczynna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, woszczynna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 857.1 Białko ogółem [g] 86.2 Tłuszcz [g] 81.1 Węglowodany ogółem [g] 210.9 Sód [mg] 628.2 Błonnik pokarmowy [g] 16.4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27 suma cukrów prostych [g] 50.8
	Dieta papkowata	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, woszczynna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, woszczynna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, woszczynna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	Energia [kcal] 1 896.7 Białko ogółem [g] 90.3 Tłuszcz [g] 80.4 Węglowodany ogółem [g] 228.5 Sód [mg] 523.4 Błonnik pokarmowy [g] 26.9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22.4 suma cukrów prostych [g] 39.4
2026-05-26 wtorek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JEĆZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jećzienne) 400 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wedlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 50 g (RYBA) OGÓREK ZIELONY 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) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA Z BURACZKA (buraki, olej rzepakowy, cukier) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 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 PÓLTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) KIEŁKI 2 g SAŁATA LÓDOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	GRUSZKA 1 szt	Energia [kcal] 2 263.1 Białko ogółem [g] 79.8 Tłuszcz [g] 85.7 Węglowodany ogółem [g] 312.1 Sód [mg] 3 225.6 Błonnik pokarmowy [g] 35.4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32.5 suma cukrów prostych [g] 58.3	

2026-05-26 wtorek	Jan_dieta latwostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JEĆZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jećzmiennie) 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 (MLEKO, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZONY KOTLET DROBIOWY (mięso drobiowe mielone, jajka kl.M, przyprawy) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPÓT 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] 2 123.6 Białko ogółem [g] 81.3 Tłuszcz [g] 42.9 Węglowodany ogółem [g] 339.7 Sód [mg] 2 356 Błonnik pokarmowy [g] 34.4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18.4 suma cukrów prostych [g] 49.7	
	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 POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 50 g (RYBA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	ZUPA ZIELONE MINESTRONE (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)) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CIUKRU (burak, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPÓT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 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 PÓLTŁUSTY KRAJANKA 50 g (MLEKO) KIELKI 2 g SAŁATA LÓDOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JABŁKO 1 szt	Energia [kcal] 2 006.3 Białko ogółem [g] 78 Tłuszcz [g] 58.9 Węglowodany ogółem [g] 268.8 Sód [mg] 2 275.4 Błonnik pokarmowy [g] 35.6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23 suma cukrów prostych [g] 35.4
	Jan_cukrzycoowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, 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	KEFIR 1 szt (MLEKO)	ZUPA ZIELONE MINESTRONE (cukinia, brokuł, fasolka szparagowa, ziemniaki, koperek, natka pietruszki) 400 ml PIECZONY KOTLET DROBIOWY (mięso drobiowe mielone, jajka kl.M, przyprawy) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CIUKRU (burak, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPÓT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 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 50 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] 1 949 Białko ogółem [g] 82.4 Tłuszcz [g] 44 Węglowodany ogółem [g] 287.1 Sód [mg] 2 388.2 Błonnik pokarmowy [g] 27 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17.5 suma cukrów prostych [g] 34.7
	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JEĆZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jećzmiennie) 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.) 30 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO, SELER) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, 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 WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPÓT 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] 2 144.4 Białko ogółem [g] 82.4 Tłuszcz [g] 44 Węglowodany ogółem [g] 348 Sód [mg] 2 202.8 Błonnik pokarmowy [g] 36.5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15 suma cukrów prostych [g] 44.7	

2026-05-26 wtorek	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JEĆZMIENNYMI (mleko 2%, płatki ječzmiennie) 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 POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morschuczka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 50 g (RYBA) OGÓREK ZIEŁONY OBRANY TARTY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR 1 szt (MLEKO)	ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, kalafior, 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 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) 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] 2 284.1 Białko ogółem [g] 104.1 Tłuszcz [g] 49.3 Węglowodany ogółem [g] 316.6 Sód [mg] 2 206.9 Błonnik pokarmowy [g] 30.9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21.2 suma cukrów prostych [g] 46.7
	Jan_plyna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI JEĆZMIENNYMI (mleko 2%, płatki ječzmiennie) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, makaron zacierka, wloszczyzna) 500 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, makaron zacierka, wloszczyzna) 500 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 877.6 Białko ogółem [g] 81 Tłuszcz [g] 64.2 Węglowodany ogółem [g] 267.9 Sód [mg] 904.2 Błonnik pokarmowy [g] 26.2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20.1 suma cukrów prostych [g] 59.8
	Dieta papkowata	PAPKA PŁATKI JEĆZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, płatki ječzmiennie, wloszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, makaron zacierka, wloszczyzna) 500 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, makaron zacierka, wloszczyzna) 500 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	Energia [kcal] 1 823.9 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 64.7 Węglowodany ogółem [g] 248.2 Sód [mg] 799.5 Błonnik pokarmowy [g] 29.3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18.5 suma cukrów prostych [g] 42.5
2026-05-27 środa	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 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 SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, stonecznik) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemiaki, 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 PSZENNY I RAZOWY 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 ZIEŁONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 046.1 Białko ogółem [g] 96.2 Tłuszcz [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 303.1 Sód [mg] 3 058.8 Błonnik pokarmowy [g] 36.8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24 suma cukrów prostych [g] 49.4

2026-05-27 środa	Jan_dieta latwostrawna	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) DŻEM OWOCOWY 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMIANKAMI (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 rzepakowy) 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 5g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 030.7 Białko ogółem [g] 86.3 Tłuszcz [g] 44.3 Węglowodany ogółem [g] 344.8 Sód [mg] 3 586 Błonnik pokarmowy [g] 29.8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21.5 suma cukrów prostych [g] 72.8	
	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) SUROWKA COLESLAW B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, 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] 2 184.3 Białko ogółem [g] 111.5 Tłuszcz [g] 82.8 Węglowodany ogółem [g] 262.7 Sód [mg] 3 567.8 Błonnik pokarmowy [g] 35.9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37.8 suma cukrów prostych [g] 15.8
	Jan_cukrzycowa 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, stonecznik) 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 rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 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] 2 124.5 Białko ogółem [g] 105.4 Tłuszcz [g] 75.5 Węglowodany ogółem [g] 279.9 Sód [mg] 3 514.4 Błonnik pokarmowy [g] 30.2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36.8 suma cukrów prostych [g] 23.1

2026-05-27 środa	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) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, sonecznik) 10 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 KARROWANE (marchew, olej rzepakowy) 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] 1 956.8 Białko ogółem [g] 90.6 Tłuszcz [g] 38.6 Węglowodany ogółem [g] 335.6 Sód [mg] 3 124.2 Błonnik pokarmowy [g] 30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14.9 suma cukrów prostych [g] 63.7	
	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) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, sonecznik) 10 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 KARROWANE (marchew, olej rzepakowy) 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.) 50 g JABŁKO PARZONE 1 szt KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 236.2 Białko ogółem [g] 114.2 Tłuszcz [g] 64.2 Węglowodany ogółem [g] 323.8 Sód [mg] 4 077.8 Błonnik pokarmowy [g] 30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31.4 suma cukrów prostych [g] 55.6
	Jan_płynna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, buraki, ziemniaki, włoszczyzna, mąka) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 806 Białko ogółem [g] 81.8 Tłuszcz [g] 78.8 Węglowodany ogółem [g] 211.3 Sód [mg] 908.7 Błonnik pokarmowy [g] 20.1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23.8 suma cukrów prostych [g] 46.1
	Dieta papkowata	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, buraki, ziemniaki, włoszczyzna, mąka) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS OWOCOWY 1 szt	Energia [kcal] 1 801.4 Białko ogółem [g] 94.7 Tłuszcz [g] 81.2 Węglowodany ogółem [g] 194.6 Sód [mg] 594.4 Błonnik pokarmowy [g] 25.5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23.1 suma cukrów prostych [g] 36.1

2026-05-28 czwartek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNÝ I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWCOWA 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) PAMPUCZY 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 rzepakowy, cukier) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNÝ I RAZOWY 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] 2 035.1 Białko ogółem [g] 78.9 Tłuszcz [g] 59.9 Węglowodany ogółem [g] 307.2 Sód [mg] 3 794.1 Błonnik pokarmowy [g] 28 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26.4 suma cukrów prostych [g] 58	
	Jan_dieta latwostrawna	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) MIÓD 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS JARZYŃOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIANKI 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 (MLEKO, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 134.2 Białko ogółem [g] 83.5 Tłuszcz [g] 56.6 Węglowodany ogółem [g] 325.2 Sód [mg] 2 752.4 Błonnik pokarmowy [g] 29.6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24.3 suma cukrów prostych [g] 41.1	
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węg.	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 DROBIOWA (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) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka pietruszki) 120 g (GLUTEN) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z RZODKIEWKI BIAŁEJ B/CUKRU drobno tarta (rzodkiew biała, marchew, jogurt naturalny, ksylitol) 200 g (MLEKO) KOMPOT OWOCOWY b/cukru (mieszanka owoców, ksylitol) 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] 1 986.9 Białko ogółem [g] 89.4 Tłuszcz [g] 61.6 Węglowodany ogółem [g] 262.7 Sód [mg] 3 882.5 Błonnik pokarmowy [g] 35.3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31.2 suma cukrów prostych [g] 17.4
	Jan_cukrzycoowa 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 DROBIOWA (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) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS JARZYŃOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g KALAFIOR GOTOWANY (kalafior, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY b/cukru (mieszanka owoców, ksylitol) 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) 100 g (MLEKO, SELER) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 985.5 Białko ogółem [g] 80.5 Tłuszcz [g] 69.9 Węglowodany ogółem [g] 257.5 Sód [mg] 2 981.5 Błonnik pokarmowy [g] 24.7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33.1 suma cukrów prostych [g] 15.6

2026-05-28 czwartek	Jan_dieta latwostrawna 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 POŁĘDWCOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 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) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 100 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY KALAFIOR GOTOWANY (kalafior, olej rzepakowy) 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 (MLEKO, SELER) DŻEM OWOCOWY 1 szt LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 884.7 Białko ogółem [g] 68.7 Tłuszcz [g] 53.9 Węglowodany ogółem [g] 285.3 Sód [mg] 2 308.4 Błonnik pokarmowy [g] 26.1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18.9 suma cukrów prostych [g] 42.8	
	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) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWA (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) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g KALAFIOR GOTOWANY (kalafior, olej rzepakowy) 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 (MLEKO, SELER) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 166.9 Białko ogółem [g] 102.2 Tłuszcz [g] 77.3 Węglowodany ogółem [g] 258.7 Sód [mg] 3 555.3 Błonnik pokarmowy [g] 23.6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35 suma cukrów prostych [g] 23.4
	Jan_płynna wzmocniona 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] 1 979.1 Białko ogółem [g] 96.9 Tłuszcz [g] 98.2 Węglowodany ogółem [g] 198.9 Sód [mg] 641.1 Błonnik pokarmowy [g] 22.2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32.5 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] 1 814.9 Białko ogółem [g] 89.8 Tłuszcz [g] 84.7 Węglowodany ogółem [g] 198.8 Sód [mg] 599.7 Błonnik pokarmowy [g] 24.4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22.9 suma cukrów prostych [g] 39.8

2026-05-29 piątek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 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 PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka, jajka, mąka, bulka tarta) 80 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej rzepakowy, zielona pietruszka) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtusty, 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] 2 152.3 Białko ogółem [g] 83.7 Tłuszcz [g] 65.1 Węglowodany ogółem [g] 322.8 Sód [mg] 2 188.5 Błonnik pokarmowy [g] 34.5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25.4 suma cukrów prostych [g] 56.3	
	Jan_dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZA 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	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) ZIEMNIANKI 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) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 80 g (MLEKO) KETCHUP 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 088.6 Białko ogółem [g] 89.1 Tłuszcz [g] 48 Węglowodany ogółem [g] 333.2 Sód [mg] 2 099 Błonnik pokarmowy [g] 27.1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24 suma cukrów prostych [g] 59.4	
	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 B/CUKRU (jabłka) 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) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej rzepakowy, zielona, pietruszka, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtusty, 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] 2 318.7 Białko ogółem [g] 108.9 Tłuszcz [g] 88.2 Węglowodany ogółem [g] 289.8 Sód [mg] 2 525.4 Błonnik pokarmowy [g] 38.5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39.7 suma cukrów prostych [g] 22.4
	Jan_cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIONIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (JAJA) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 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) ZIEMNIANKI 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) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtusty 30g, angelka 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 104.7 Białko ogółem [g] 110.2 Tłuszcz [g] 65.7 Węglowodany ogółem [g] 279.1 Sód [mg] 2 109 Błonnik pokarmowy [g] 24.2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35 suma cukrów prostych [g] 23.5

2026-05-29 piątek	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z KASZA 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) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 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) FILET Z DORSZA GOTOWANY (dorsz) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIANKI 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 TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKA (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 80 g (MLEKO) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, angielka 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 097 Białko ogółem [g] 95.6 Tłuszcz [g] 45.5 Węglowodany ogółem [g] 334.5 Sód [mg] 2 623.6 Błonnik pokarmowy [g] 27.1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20.8 suma cukrów prostych [g] 49.7	
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z KASZA 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) SALATA 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) ZIEMNIANKI 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) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKA (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	WAFELEK ŚMIETANKOWY 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 299.8 Białko ogółem [g] 126.5 Tłuszcz [g] 59.1 Węglowodany ogółem [g] 323.9 Sód [mg] 2 587.1 Błonnik pokarmowy [g] 26.8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29.8 suma cukrów prostych [g] 49.2
	Jan_płynna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZA KUKURYDZIANA (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 (łopatka, makaron, włoszczy, 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] 1 835.6 Białko ogółem [g] 91.8 Tłuszcz [g] 74.2 Węglowodany ogółem [g] 211.5 Sód [mg] 924.5 Błonnik pokarmowy [g] 16.9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23.9 suma cukrów prostych [g] 55.8
	Dieta papkowata	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza kukurydziana, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczy, 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	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 1 834.2 Białko ogółem [g] 86.5 Tłuszcz [g] 75.1 Węglowodany ogółem [g] 218.8 Sód [mg] 512.2 Błonnik pokarmowy [g] 21.5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21.2 suma cukrów prostych [g] 41.9

2026-05-30 sobota	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 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 (topatka b/k, jajka kl.M, bułka 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 DROBNO TARTA (marchew, seler, olej rzepakowy) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 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] 2 187.7 Białko ogółem [g] 90.3 Tłuszcz [g] 78.7 Węglowodany ogółem [g] 296.4 Sód [mg] 3 497.2 Błonnik pokarmowy [g] 31.4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31 suma cukrów prostych [g] 41.6	
	Jan_dieta latwostrawna	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 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 SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (topatka b/k, jajka kl.M, bułka 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) JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 106.4 Białko ogółem [g] 89.4 Tłuszcz [g] 57.9 Węglowodany ogółem [g] 329 Sód [mg] 3 211.5 Błonnik pokarmowy [g] 28.2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27.1 suma cukrów prostych [g] 59.7	
	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 SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (topatka b/k, jajka kl.M, bułka 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 DROBNO TARTA b/cukru (marchew, seler, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 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] 2 164.5 Białko ogółem [g] 88.3 Tłuszcz [g] 85.2 Węglowodany ogółem [g] 279 Sód [mg] 3 837.1 Błonnik pokarmowy [g] 38.2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34.6 suma cukrów prostych [g] 21.6
	Jan_cukrzycoowa 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 SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (topatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) BURACZKI GOTOWANE b/cukru (buraki, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 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) KIEŁKI 4 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 105.5 Białko ogółem [g] 85.9 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 308.7 Sód [mg] 3 435.3 Błonnik pokarmowy [g] 26 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31 suma cukrów prostych [g] 36.5

2026-05-30 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% TŁUSZCZU 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 SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemiaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, 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% TŁUSZCZU 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] 1 923.4 Białko ogółem [g] 89.6 Tłuszcz [g] 39.3 Węglowodany ogółem [g] 322.7 Sód [mg] 2 905.5 Błonnik pokarmowy [g] 25.7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16.3 suma cukrów prostych [g] 55.6	
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z RYZEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 80 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 DROBIOWA (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemiaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka 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% TŁUSZCZU 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] 2 188 Białko ogółem [g] 99.4 Tłuszcz [g] 69.3 Węglowodany ogółem [g] 311.3 Sód [mg] 3 365.6 Błonnik pokarmowy [g] 27.5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34.1 suma cukrów prostych [g] 47.5
	Jan_plyma wzmochniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z RYZEM BIAŁYM (ryż, mleko) 500 ml (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS VEGE 1 szt (GLUTEN)	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ, wzmochniona (łopatka, ziemiaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYZU Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 829.7 Białko ogółem [g] 96.7 Tłuszcz [g] 78.3 Węglowodany ogółem [g] 198.8 Sód [mg] 568.3 Błonnik pokarmowy [g] 17.7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25.2 suma cukrów prostych [g] 53.1
	Dieta papkowata	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemiaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYZU Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS Z GRUSZKI 200 g	Energia [kcal] 1 821.1 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 78.3 Węglowodany ogółem [g] 222.7 Sód [mg] 524.5 Błonnik pokarmowy [g] 28.8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22.1 suma cukrów prostych [g] 19.9
2026-05-31 niedziela	Jan_dieta podstawowa	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNÝ I RAZOWY 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 TALARKI 50 g (GORCZYCA)	ROSÓL Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielenka pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) GYROS DROBIOWO - WIEPRZOWY (udziec z kurczaka, łopatka wp., marchew, papryka mroż., fasolka szp., przyprawy) 150 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY CZERWONEJ (kapusta czerwona, jabłko, olej rzepakowy, cukier, sok z cytryny) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNÝ I RAZOWY 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) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) POMIDOR 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] 2 072.3 Białko ogółem [g] 88.2 Tłuszcz [g] 64.5 Węglowodany ogółem [g] 295.2 Sód [mg] 3 450.4 Błonnik pokarmowy [g] 30.3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25.4 suma cukrów prostych [g] 65.4	

2026-05-31 niedziela	Jan_dieta latwostrawna	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 50 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) MUS JABŁKOWY B/CIUKRU (jabłka) 100 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 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) 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 (MLEKO, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) CUKIER 5 g	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 2 145.9 Białko ogółem [g] 84.9 Tłuszcz [g] 60.8 Węglowodany ogółem [g] 318.1 Sód [mg] 3 095.2 Błonnik pokarmowy [g] 29.5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27.2 suma cukrów prostych [g] 67.2
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 50 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) OGÓREK KISZONY TALÁRKI 50 g (GORCZYCA) HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SUROWKA Z KAPUSTY CZERWONEJ B/CIUKRU (kapusta czerwona, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 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 SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CIUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 178.5 Białko ogółem [g] 91.9 Tłuszcz [g] 67.3 Węglowodany ogółem [g] 296.9 Sód [mg] 3 401.3 Błonnik pokarmowy [g] 34.2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27.5 suma cukrów prostych [g] 49.1
	Jan_cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 50 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0.06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY B/CIUKRU (jabłka) 150 g	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 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 SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CIUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 093.9 Białko ogółem [g] 81.7 Tłuszcz [g] 57.4 Węglowodany ogółem [g] 317.7 Sód [mg] 3 019.1 Błonnik pokarmowy [g] 30.8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24.8 suma cukrów prostych [g] 53.1
	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA DEBOWA (wp.) 50 g (SOJA) MIÓD 1 szt LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0.06 szt MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 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 POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 227.6 Białko ogółem [g] 78.6 Tłuszcz [g] 55.3 Węglowodany ogółem [g] 358 Sód [mg] 3 044.9 Błonnik pokarmowy [g] 30.7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21.6 suma cukrów prostych [g] 78.8

2026-05-31, niedziela	Jan_dieta bogatobiałkowa	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 60 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0.06 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 2 [Por] x 120 g (GLUTEN) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY CZERWONEJ (kapusta czerwona, jabłko, olej rzepakowy, cukier, sok z cytryny) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 415.7 Białko ogółem [g] 100.1 Tłuszcz [g] 83.8 Węglowodany ogółem [g] 294.9 Sód [mg] 2 790.3 Błonnik pokarmowy [g] 23.9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33.6 suma cukrów prostych [g] 68.7
	Jan_plyma wzmożniona mleczna	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKA (topatka, 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 (topatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA 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] 2 030 Białko ogółem [g] 97.5 Tłuszcz [g] 81.4 Węglowodany ogółem [g] 249.4 Sód [mg] 599.5 Błonnik pokarmowy [g] 24.2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23 suma cukrów prostych [g] 65.3
	Dieta papkowata	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKA (topatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKA (topatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA 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] 1 825.9 Białko ogółem [g] 90.9 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 212.2 Sód [mg] 530.2 Błonnik pokarmowy [g] 21 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20.3 suma cukrów prostych [g] 42.4