

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2026-06-01 poniedziałek	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) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt		ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM (koper, włoszczyzna, śmietana, mąka pszenna, makaron) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) WIEPRZOWINA PO WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, koncentrat pomidorowy) 120 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 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 RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) POMIDOR 50 g LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 354,7 Białko ogółem [g] 104,4 Tłuszcz [g] 88,9 Węglowodany ogółem [g] 299,2 Sód [mg] 3 136,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,3 suma cukrów prostych [g] 45,8
	Jan_dieta latwostrawna	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) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 80 g (MLEKO) JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM (koper, włoszczyzna, śmietana, mąka pszenna, makaron) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (GLUTEN, SOJA) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g 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 RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 341,6 Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 80,9 Węglowodany ogółem [g] 314,3 Sód [mg] 2 355,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,6 suma cukrów prostych [g] 76,3
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JABŁKO 1 szt	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM (koper, włoszczyzna, śmietana, mąka pszenna, makaron) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) WIEPRZOWINA PO WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, koncentrat pomidorowy) 120 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA b/cukru (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) POMIDOR 50 g LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 206,8 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 92,5 Węglowodany ogółem [g] 271,1 Sód [mg] 2 691,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,7 suma cukrów prostych [g] 22
	Jan_cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 80 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JABŁKO PARZONE 1 szt	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM (koper, włoszczyzna, śmietana, mąka pszenna, makaron) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (GLUTEN, SOJA) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE B/CIUKRU (buraki, 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 RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) POMIDOR 50 g LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 140,4 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 82,3 Węglowodany ogółem [g] 275,3 Sód [mg] 2 434,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37 suma cukrów prostych [g] 35,5

2026-06-01 poniedziałek	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 80 g (MLEKO) DZEM OWOCOWY 1 szt SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM B/ML (koper, włoszczyzna, mąka pszenna, makaron) 400 ml (GLUTEN, SELER) ŁOPATKA DUSZONA MIĘKKA W SOSIE (łopatka wp., mąka pszenna) 80 g (GLUTEN) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 2 245,1 Białko ogółem [g] 86,5 Tłuszcz [g] 67,9 Węglowodany ogółem [g] 341,1 Sód [mg] 2 459,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,3 suma cukrów prostych [g] 78,9	
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 100 g (MLEKO) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM (koper, włoszczyzna, śmietana, mąka pszenna, makaron) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 170 g (GLUTEN, SOJA) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g 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 RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 231,3 Białko ogółem [g] 109,5 Tłuszcz [g] 92,8 Węglowodany ogółem [g] 259,1 Sód [mg] 2 293,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,9 suma cukrów prostych [g] 45,5
	Jan_płynna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ KUKURYDZIANA I (mleko 2%, kasza kukurydziana) 500 ml (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	PAPKA ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, wp. ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka) 500 ml (SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 834,1 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 212,9 Sód [mg] 569,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,8 suma cukrów prostych [g] 43,7
	Dieta papkowata	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza kukurydziana, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, wp. ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ BB (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g	Energia [kcal] 1 899,3 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 78,8 Węglowodany ogółem [g] 224,3 Sód [mg] 570,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,6 suma cukrów prostych [g] 29,1
2026-06-02 wtorek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA Z TUNCZYKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (MLEKO, SELER) KOTLET MIELONY PIECZONY (łopatka wp., cebula, jajka kl.M, bułka tarta, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g 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) FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 60 g HERBATA 1SZT. 1 szt	GRUSZKA 1 szt	Energia [kcal] 2 063,1 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 69,7 Węglowodany ogółem [g] 291,8 Sód [mg] 3 557,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,6 suma cukrów prostych [g] 30	

2026-06-02 wtorek	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) PASTA Z TUNCZYKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) MUS OWOCOWY 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (lopotka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 80 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	Energia [kcal] 2 087,5 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 52 Węglowodany ogółem [g] 330,9 Sód [mg] 2 650,5 Błonnik pokarmowy [g] 30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 61,8
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA Z TUNCZYKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	GRUSZKA 1 szt	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (MLEKO, SELER) KOTLET MIELONY PIECZONY (lopotka wp., cebula, jajka kl.M, bułka tarta, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SUROWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA b/cukru (marchew, seler, olej rzepakowy) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 60 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 023,6 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 68,8 Węglowodany ogółem [g] 281,7 Sód [mg] 3 540,2 Błonnik pokarmowy [g] 40,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,7 suma cukrów prostych [g] 26,7
	Jan_cukrzycoowa lekkostrawna	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) KIEŁKI 2 g SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (lopotka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kaliafor, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 80 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 890,6 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 55,6 Węglowodany ogółem [g] 282 Sód [mg] 2 516,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,7 suma cukrów prostych [g] 34,9
	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 PASTA Z TUNCZYKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kaliafor, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt BURAKI GOTOWANE PLASTRY 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 057,8 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 57 Węglowodany ogółem [g] 301,5 Sód [mg] 2 650 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,3 suma cukrów prostych [g] 52,6

2026-06-02 wtorek	Jan_dieta bogatobiałkowa	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA Z TUNCZYKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 100 g (RYBA, MLEKO) KIEŁKI 2 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	MUS Z GRUSZKI 100 g	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 120 g (GLUTEN, JAJA) SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kaliafor, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 100 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 80 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 016,7 Białko ogółem [g] 103,9 Tłuszcz [g] 58,7 Węglowodany ogółem [g] 294,9 Sód [mg] 2 768,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 45,6
	Jan_plyma wzmożniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI OWSIANYMI I (mleko 2%, płatki owsiane) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS Z GRUSZKI 150 g	PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM I ŁOPATKĄ wzmocnioną (łopatka, włoszczyzna, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIANKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MAŚLANKA 200 ml (MLEKO)	Energia [kcal] 1 860,9 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 229,3 Sód [mg] 615 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,7 suma cukrów prostych [g] 36,3
	Dieta papkowata	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIANKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM I ŁOPATKĄ wzmocnioną (łopatka, włoszczyzna, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIANKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS Z GRUSZKI 150 g	Energia [kcal] 1 855,1 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 222,3 Sód [mg] 557,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,7 suma cukrów prostych [g] 19,5
2026-06-03 środa	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) POMIDOR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIANKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIEROGI RUSKIE GOTOWANE (mąka pszenna, twaróg biały, ziemniaki) 6 szt (GLUTEN, MLEKO) CEBULA ZASMAŻANA (cebulka, majeranek, olej) 20 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej roślinny) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWARÓŻEK Z ZIEŁONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 052,8 Białko ogółem [g] 79,6 Tłuszcz [g] 48 Węglowodany ogółem [g] 330,8 Sód [mg] 2 824,1 Błonnik pokarmowy [g] 32 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 63,1

Jan_dieta latwostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) KETCHUP 20 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) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) 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) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 80 g (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PIETRUSZKA GOTOWANA PŁASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CIUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 067,8 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 41,8 Węglowodany ogółem [g] 346,9 Sód [mg] 3 169,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,7 suma cukrów prostych [g] 69,9
Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) POMIDOR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt KEFIR 1 szt (MLEKO)	POMARAŃCZA 1 szt	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA BULGUR GOTOWANA 200 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej roślinny) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, ziola) 80 g (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CIUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 024 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 43,2 Węglowodany ogółem [g] 309,4 Sód [mg] 3 101,2 Błonnik pokarmowy [g] 46,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,8 suma cukrów prostych [g] 59,4
Jan_cukrzycoowa lekkostrawna	ANGIELKA 120 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) POMIDOR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt KEFIR 1 szt (MLEKO)	JABŁKO PARZONE 1 szt	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej roślinny) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 120 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, ziola) 80 g (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CIUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 031,6 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 42,6 Węglowodany ogółem [g] 322,8 Sód [mg] 3 241,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,5 suma cukrów prostych [g] 54,6
Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	RYŻ NA WYWARZE JARZYNOWYM (ryż biały, marchew, pietruszka, seler) 300 ml (SELER) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) MARMOLADA 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt KEFIR 1 szt (MLEKO)		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (piers z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, ziola) 80 g (MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PŁASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 091 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 41,9 Węglowodany ogółem [g] 353,5 Sód [mg] 2 979 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15,2 suma cukrów prostych [g] 85,1

2026-06-03 środa	Jan_dzieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) POMIDOR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 150 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) 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) TWAROŻEK Z ZIOLAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, ziola) 100 g (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIA INDYCYA (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 285,5 Białko ogółem [g] 120,1 Tłuszcz [g] 54,8 Węglowodany ogółem [g] 338,5 Sód [mg] 3 375,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,6 suma cukrów prostych [g] 60,8
	Jan_plyna wzmacniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z RYŻEM BIAŁYM (ryż, mleko) 500 ml (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	SOCZEK B/CIUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmacniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmacniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 1 889,7 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 83,7 Węglowodany ogółem [g] 210,8 Sód [mg] 646,2 Błonnik pokarmowy [g] 18 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3 suma cukrów prostych [g] 46,4
	Dieta papkowata	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmacniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmacniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 1 811,6 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 83,8 Węglowodany ogółem [g] 186,8 Sód [mg] 585,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,4 suma cukrów prostych [g] 39,6
2026-06-04 czwartek	Jan_dzieta podstawowa	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) PASTA Z CIECIERZYCY Z SUSZONYMI POMIDORAMI 50 g (SELER, SO2) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g JABŁKO 1 szt	JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej rzepakowy) 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) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt CUKIER 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 168,9 Białko ogółem [g] 79,4 Tłuszcz [g] 68,9 Węglowodany ogółem [g] 310 Sód [mg] 2 949,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 44,1	

2026-06-04 czwartek	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) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) DZEM OWOCOWY 1 szt MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, ziola, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 200 g (GLUTEN, SELER) 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) KETCHUP 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 160,6 Białko ogółem [g] 82,8 Tłuszcz [g] 55,6 Węglowodany ogółem [g] 336,6 Sód [mg] 2 962,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,4 suma cukrów prostych [g] 68,1	
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA Z CIECIERZYCY Z SUSZONYMI POMIDORAMI 50 g (SELER, SO2) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JABŁKO 1 szt	ZUPA FASOLOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasola Jaś, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, kielbasa domowa, mąka, cebula) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM b/cukru (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej rzepakowy) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 095,4 Białko ogółem [g] 80,4 Tłuszcz [g] 69,1 Węglowodany ogółem [g] 289 Sód [mg] 2 785,9 Błonnik pokarmowy [g] 44,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,9 suma cukrów prostych [g] 21,9
	Jan_cukrzycoowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (GLUTEN, SOJA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) SALATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt MUS OWOCOWY 1 szt	JABŁKO PARZONE 1 szt	ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, ziola, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 200 g (GLUTEN, SELER) 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) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 994,3 Białko ogółem [g] 81 Tłuszcz [g] 57,9 Węglowodany ogółem [g] 290,7 Sód [mg] 3 029,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,9 suma cukrów prostych [g] 43,7
	Jan_dieta 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 PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) DZEM OWOCOWY 1 szt MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g SALATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, ziola, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (SOJA) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 037,7 Białko ogółem [g] 76,1 Tłuszcz [g] 50,5 Węglowodany ogółem [g] 320,8 Sód [mg] 2 501,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,7 suma cukrów prostych [g] 62,3

2026-06-04 czwartek	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) PŁĄT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (GLUTEN, SOJA) SER TWAROGÓWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) SALATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JABŁKO 1 szt	ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, ziola, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (GLUTEN, SELER) 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) 100 g (SOJA) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 131,4 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 62,1 Węglowodany ogółem [g] 294,7 Sód [mg] 3 220,6 Błonnik pokarmowy [g] 27 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28 suma cukrów prostych [g] 35,2
	Jan_plyma wzmożona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS Z GRUSZKI 150 g	PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, makaron zacierka, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 898,7 Białko ogółem [g] 104,9 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 234,2 Sód [mg] 644 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,2 suma cukrów prostych [g] 47,7
	Dieta papkowata	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, makaron zacierka, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS OWOCOWY 1 szt	Energia [kcal] 1 852,3 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 79,7 Węglowodany ogółem [g] 214,7 Sód [mg] 644,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,3 suma cukrów prostych [g] 28,1
2026-06-05 piątek	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) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GORCZYCA) PAPRYKA KONSERWOWA 50 g (GORCZYCA) POMARANCZA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA MINISTRONE (ziemniaki, włoszczyzna, kapusta biała, kaliafor, fasolka, brokuł, przecier pomidorowy) 400 ml (GLUTEN, SELER) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka, jajka, mąka, bułka tarta) 80 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIAKI 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) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 50 g (MLEKO) MARMOLADA 30 g SALATA MIX (salata lodowa, rukola, salata radicchio) 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK ŚMIETANKOWY 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 190,9 Białko ogółem [g] 75,5 Tłuszcz [g] 73,1 Węglowodany ogółem [g] 326,7 Sód [mg] 2 463,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,2 suma cukrów prostych [g] 65,2	
	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 KONSERWOWA (wieprzowa, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) MUS VEGE 1 szt (GLUTEN) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JEĆZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jeźzmienna) 400 ml (GLUTEN, 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 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) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK ŚMIETANKOWY 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 1 978,6 Białko ogółem [g] 82,5 Tłuszcz [g] 53,4 Węglowodany ogółem [g] 295,9 Sód [mg] 2 344,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,2 suma cukrów prostych [g] 52,5	

Jan_dzieta z ogr. latwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GORCZYCA) PAPRYKA KONSERWOWA 50 g (GORCZYCA) HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA MINISTRONE (ziemniaki, włoszczyzna, kapusta biała, kawałki, fasolka, brokuł, przecier pomidorowy) 400 ml (GLUTEN, 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 (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g KIELKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 167,3 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 86,5 Węglowodany ogółem [g] 269,5 Sód [mg] 2 824,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,1 suma cukrów prostych [g] 22,3
Jan_cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GORCZYCA) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (angielka 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, 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 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) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g MARCHEW GOTOWANA PASTRY (marchew, olej rzepakowy) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 020,5 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 72,2 Węglowodany ogółem [g] 267 Sód [mg] 2 466,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,6 suma cukrów prostych [g] 25,7
Jan_dzieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) DŻEM OWOCOWY 1 szt MIÓD 1 szt SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, 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 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 SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 50 g (MLEKO) MARCHEW GOTOWANA PASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g KIELKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 031,3 Białko ogółem [g] 80,8 Tłuszcz [g] 46 Węglowodany ogółem [g] 340,2 Sód [mg] 2 021,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,7 suma cukrów prostych [g] 55,2	
Jan_dzieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA, GORCZYCA) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (angielka 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 150 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) 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) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) MARCHEW GOTOWANA PASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 422 Białko ogółem [g] 118,5 Tłuszcz [g] 81,1 Węglowodany ogółem [g] 321,8 Sód [mg] 2 622,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,3 suma cukrów prostych [g] 37,5

2026-06-05 piątek	Jan_plyna wzmożniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z RYŻEM BIAŁYM (ryż, mleko) 500 ml (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS OWOCOWY 1 szt	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKA (łopatka, kasza jęczmienna, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKA (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 825,5 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 80,9 Węglowodany ogółem [g] 198,9 Sód [mg] 912,8 Błonnik pokarmowy [g] 17,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,2 suma cukrów prostych [g] 42,2
	Dieta papkowata	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKA (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKA (łopatka, kasza jęczmienna, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKA (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS Z GRUSZKI 150 g	Energia [kcal] 1 850,7 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 81,1 Węglowodany ogółem [g] 216,5 Sód [mg] 518,7 Błonnik pokarmowy [g] 27 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,8 suma cukrów prostych [g] 17,6
2026-06-06 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) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDÓR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) 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) BIĄNKA PIERS GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (SELER, GORCZYCA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 074,2 Białko ogółem [g] 90,6 Tłuszcz [g] 56,4 Węglowodany ogółem [g] 307,9 Sód [mg] 3 835,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,4 suma cukrów prostych [g] 60,4
	Jan_dieta łatwostrawna	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) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) DŻEM OWOCOWY 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) 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) BIĄNKA PIERS GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (SELER, GORCZYCA) JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 136,6 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 46 Węglowodany ogółem [g] 357,1 Sód [mg] 2 590,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,3 suma cukrów prostych [g] 75,1

2026-06-06 sobota	Jan_dzień z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDOR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL B/CUKRU (kisiel owocowy, woda) 1 Por	ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI (buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola Jaś, marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka pszena) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszena) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SUROWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA (ogórek kiszony, cebula, musztarda) 200 g (GORCZYCA)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g (GLUTEN) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 1 986,5 Białko ogółem [g] 86,1 Tłuszcz [g] 62,7 Węglowodany ogółem [g] 275,7 Sód [mg] 4 673,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,4 suma cukrów prostych [g] 32,2
	Jan_cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL B/CUKRU (kisiel owocowy, woda) 1 Por	ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI (buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola Jaś, marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka pszena) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszena) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) 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) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) SAŁATA LODOWA 10 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 037,4 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 56,3 Węglowodany ogółem [g] 306,7 Sód [mg] 3 675,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 34,5
	Jan_dzień łatwostrawna 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 SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszena) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszena) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) 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 BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 50 g (SELER, GORCZYCA) SAŁATA LODOWA 10 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 1 975,5 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 39,8 Węglowodany ogółem [g] 329,9 Sód [mg] 2 232,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,7 suma cukrów prostych [g] 63,2
	Jan_dzień 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) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR 1 szt (MLEKO)	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszena) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 150 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszena) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (SELER, GORCZYCA) JABŁKO PARZONE 1 szt SAŁATA LODOWA 10 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 138,4 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 54,7 Węglowodany ogółem [g] 315,2 Sód [mg] 2 581,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,1 suma cukrów prostych [g] 64,6

2026-06-06 sobota	Jan_plyna wzmożniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS VEGE 1 szt (GLUTEN)	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ, wzmożniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, 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	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 929,5 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 93,2 Węglowodany ogółem [g] 192,9 Sód [mg] 603,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,4 suma cukrów prostych [g] 37,9
	Dieta papkowata	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ, wzmożniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, 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	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 1 876,3 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 219,4 Sód [mg] 554,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,7 suma cukrów prostych [g] 43,5
2026-06-07 niedziela	Jan_dieta podstawowa	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) SZYNKA DEBOWA (wp.) 30 g (SOJA) SALATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (salata lodowa, rukola, salata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SALATKA 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) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (MLEKO) POMIDOR 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 229,2 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 86 Węglowodany ogółem [g] 273,9 Sód [mg] 3 296,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,7 suma cukrów prostych [g] 59,6
	Jan_dieta łatwostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 30 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (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) 120 g (GLUTEN) 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) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) KETCHUP 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 062,9 Białko ogółem [g] 75,9 Tłuszcz [g] 58,2 Węglowodany ogółem [g] 308 Sód [mg] 3 244,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 71,9
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) SZYNKA DEBOWA (wp.) 30 g (SOJA) SALATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (salata lodowa, rukola, salata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SALATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, olej rzepakowy, ksylitol) 100 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (MLEKO) POMIDOR 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 322,9 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 96,7 Węglowodany ogółem [g] 258,1 Sód [mg] 3 393,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,5 suma cukrów prostych [g] 24,6

2026-06-07 niedziela	Jan_cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TLUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 30g (SOJA) MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, 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, nartka pietruszki) 120 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TLUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (MLEKO) SZPINAK BABY 2 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 128 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany ogółem [g] 302,9 Sód [mg] 2 538,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,9 suma cukrów prostych [g] 39
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TLUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (SOJA) RUKOLA 4 g MUS Z GRUSZKI 100 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (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) 120 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TLUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 50 g (MLEKO) DZEM OWOCOWY 2 szt SZPINAK BABY 2 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	SOCZEK B/CIUKRU 200ml 1 szt	Energia [kcal] 2 060,3 Białko ogółem [g] 67,8 Tłuszcz [g] 50,8 Węglowodany ogółem [g] 334,6 Sód [mg] 2 247,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,1 suma cukrów prostych [g] 63,7
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TLUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (SOJA) MUS Z GRUSZKI 100 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO)	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, 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, nartka pietruszki) 150 g (GLUTEN) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TLUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 100 g (MLEKO) SZPINAK BABY 2 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 365,8 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 75,3 Węglowodany ogółem [g] 319 Sód [mg] 2 832,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,7 suma cukrów prostych [g] 51,3
	Jan_plyma wzmożona mleczna	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS Z GRUSZKI 100 g	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 063,9 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 97,7 Węglowodany ogółem [g] 237,8 Sód [mg] 978,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,8 suma cukrów prostych [g] 30,7
	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, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g	Energia [kcal] 1 967,9 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 96,8 Węglowodany ogółem [g] 216,7 Sód [mg] 652,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24 suma cukrów prostych [g] 26,6

2026-06-08 poniedziałek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (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 Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) POMIDOR 60 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) SOS BOLONSKI Z WARZYWAMI DUSZONY (topatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 120 g (GLUTEN) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SURÓWKA COLESŁAW (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNÝ I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 50 g (MLEKO) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz., fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, ziel. pietruszka, olej rzepakowy) 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 407,2 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 56,3 Węglowodany ogółem [g] 357,6 Sód [mg] 2 890,8 Błonnik pokarmowy [g] 47,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21 suma cukrów prostych [g] 70,6	
	Jan_dieta latwostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) MIOD 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (topatka wp., szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (GLUTEN, SOJA) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (GLUTEN) 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) POŁEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 50 g (MLEKO) MUS VEGE 1 szt (GLUTEN) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 365,4 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 46,7 Węglowodany ogółem [g] 368,1 Sód [mg] 2 443,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,1 suma cukrów prostych [g] 76,3	
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) POMIDOR 60 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) SOS BOLONSKI Z WARZYWAMI DUSZONY (topatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 120 g (GLUTEN) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SURÓWKA COLESŁAW DROBNO SIEKANA B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 50 g (MLEKO) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz., fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, ziel. pietruszka, olej rzepakowy) 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL B/CUKRU (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 2 309 Białko ogółem [g] 112,6 Tłuszcz [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 299,8 Sód [mg] 2 768,9 Błonnik pokarmowy [g] 47,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3 suma cukrów prostych [g] 28,6
	Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) BROKUL GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (topatka wp., szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (GLUTEN, SOJA) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (GLUTEN) 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) POŁEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 50 g (MLEKO) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 211,1 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 54,1 Węglowodany ogółem [g] 305,8 Sód [mg] 2 403,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,3 suma cukrów prostych [g] 47,1

2026-06-08 poniedziałek	Jan_dzieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCYZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (GLUTEN, SOJA) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (GLUTEN) 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 POLEDWICA DROBNOBIAWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 50 g (MLEKO) MIÓD 1 szt LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 325,5 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 46,3 Węglowodany ogółem [g] 360,7 Sód [mg] 2 455 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,1 suma cukrów prostych [g] 66,3	
	Jan_dzieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCYZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g (GLUTEN, SOJA) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (GLUTEN) 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) POLEDWICA DROBNOBIAWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 80 g (MLEKO) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 271,3 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 53,2 Węglowodany ogółem [g] 322,4 Sód [mg] 2 269 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 68,9
	Jan_płynna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI OWSIANYMI I (mleko 2%, płatki owsiane) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 983,5 Białko ogółem [g] 110,5 Tłuszcz [g] 88,1 Węglowodany ogółem [g] 207,1 Sód [mg] 586,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,3 suma cukrów prostych [g] 41,5
	Dieta papkowała	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 wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 1 851,3 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 86,9 Węglowodany ogółem [g] 190,5 Sód [mg] 584,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,8 suma cukrów prostych [g] 43,4
2026-06-09 wtorek	Jan_dzieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 80 g (RYBA) MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) LECZO Z KIEŁBASĄ (kielbasa, kukinia, papryka, cebula, przecier pomidorowy, mąka pszenna, olej rzepakowy) 250 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PLAT SZYŃKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) RUKOLA 2g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 043,4 Białko ogółem [g] 77,9 Tłuszcz [g] 54 Węglowodany ogółem [g] 327,6 Sód [mg] 2 923,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,9 suma cukrów prostych [g] 51,9	

Jan_dieta latwostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA GOTOWANE klasy M 2 szt (JAJA) RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g MUS JABŁKOWY B/CUKUR (jabłka) 150 g	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS DIETETYCZNY BIAŁY (wywar warzywny, mąka pszenna, ziola) 80 ml (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA B/GLUT (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) SER BIAŁY PÓLTLUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) SOS GOTOWANE PLASTRY 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 221,1 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 60,4 Węglowodany ogółem [g] 350,5 Sód [mg] 2 020,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,7 suma cukrów prostych [g] 62,7	
Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskizuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 80 g (RYBA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) SALATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	GRUSZKA 1 szt	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEŃ 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) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA POROWA Z CZERWONĄ KAPUSTĄ b/cukru (por, kapusta czerwona, marchew, jogurt nat., olej rzepakowy, ocet, sól, ksylitol) 200 g (MLEKO) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PLAT SZYŃKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY PÓLTLUSTY KRAJANKA 50 g (MLEKO) PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 029,1 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 62,1 Węglowodany ogółem [g] 303,2 Sód [mg] 2 441 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,5 suma cukrów prostych [g] 36,3
Jan_cukrzycoowa lekkostrawna	ANGIELKA 120 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskizuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 100 g (RYBA) SALATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, brokuł, marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (topatka 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) MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 120 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PLAT SZYŃKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY PÓLTLUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 896,5 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 47,8 Węglowodany ogółem [g] 298,7 Sód [mg] 2 601,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,5 suma cukrów prostych [g] 21,7
Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	ANGIELKA 120 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskizuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 80 g (RYBA) SALATA LODOWA 10 g MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, brokuł, marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (topatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	POMIDOR 50 g ANGIELKA 120 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PLAT SZYŃKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 30 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY PÓLTLUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 949,1 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 44,5 Węglowodany ogółem [g] 329,6 Sód [mg] 2 053,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,4 suma cukrów prostych [g] 34,7

2026-06-09 wtorek	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 150 g (RYBA) MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, brokuł, marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (lopotka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 120 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PLAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (GLUTEN, SOJA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY KRAJANKA 80 g (MLEKO) RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 252,6 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 53,9 Węglowodany ogółem [g] 364,6 Sód [mg] 2 509,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,6 suma cukrów prostych [g] 45,9
	Jan_plyna wzmożniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (płatki ryżowe, mleko) 500 ml (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	PAPKA ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI Z ŁOPATKĄ wzmożniona (lopotka, ziemniaki, brokuł, włoszczyzna) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (lopotka, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 835,6 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 78,4 Węglowodany ogółem [g] 220,7 Sód [mg] 631,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,3 suma cukrów prostych [g] 53,6
	Dieta papkowata	PAPKA PŁATKI RYŻOWE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (lopotka wp., marchew, seler, pietruszka, płatki ryżowe) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI Z ŁOPATKĄ wzmożniona (lopotka, ziemniaki, brokuł, włoszczyzna) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (lopotka, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 1 811,4 Białko ogółem [g] 93,2 Tłuszcz [g] 82,5 Węglowodany ogółem [g] 201,1 Sód [mg] 596,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,5 suma cukrów prostych [g] 36,4
2026-06-10 środa	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) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI drobotarta (marchew, olej rzepakowy, cukier, sok z cytryny) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 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) 80 g (MLEKO) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 2 257,1 Białko ogółem [g] 89,3 Tłuszcz [g] 65,9 Węglowodany ogółem [g] 348,7 Sód [mg] 2 675 Błonnik pokarmowy [g] 46,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,2 suma cukrów prostych [g] 58,1

2026-06-10 środa	Jan_dieta latwostrawna	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) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) MIÓD 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtusty, koperek) 100 g (MLEKO) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 2 199,2 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 53,8 Węglowodany ogółem [g] 364,4 Sód [mg] 2 373,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,4 suma cukrów prostych [g] 58,2
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI b/c drobnotarta (marchew, olej rzepakowy, sok z cytryny, ksylitol) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtusty, koperek) 80 g (MLEKO) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKA 60 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 2 122,7 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 74,9 Węglowodany ogółem [g] 287,4 Sód [mg] 2 968,7 Błonnik pokarmowy [g] 45,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 20,6
	Jan_cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 100 g (SOJA, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt SZPINAK BABY 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 100 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g KALAFIOR GOTOWANY Z WODY Z KOPERKIEM (kalafior, koperek, olej rzepak.) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtusty, koperek) 100 g (MLEKO) RUKOLA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 100 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 1 953,8 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 59,3 Węglowodany ogółem [g] 271,5 Sód [mg] 3 200,2 Błonnik pokarmowy [g] 24 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,3 suma cukrów prostych [g] 21

2026-06-10 środa	Jan_dieta latwostrawna z ogg. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt BIANKA PIERSI GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (SELER, GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt SZPINAK BABY 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g KALAFIOR GOTOWANY Z WODY Z KOPERKIEM (kalefior, koperek, olej rzepak.) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 100 g (MLEKO) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g RUKOLA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 2 041 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 47,5 Węglowodany ogółem [g] 328,7 Sód [mg] 2 172,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 52,7	
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) SZPINAK BABY 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g KALAFIOR GOTOWANY Z WODY Z KOPERKIEM (kalefior, koperek, olej rzepak.) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 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) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 100 g RUKOLA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 2 092,4 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 54,3 Węglowodany ogółem [g] 325,6 Sód [mg] 2 763,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23 suma cukrów prostych [g] 58,7
	Jan_plyma wzmożniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	SOCZEK B/CIUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczy, kon. pomidorowy, mąka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 1 841,3 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 218,9 Sód [mg] 638,6 Błonnik pokarmowy [g] 16,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,2 suma cukrów prostych [g] 45,1
	Dieta papkowata	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, 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 OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 1 875,3 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 218,2 Sód [mg] 613,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,1 suma cukrów prostych [g] 38,5

2026-06-11 czwartek	Jan_dieta podstawaowa	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 PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SALATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (salata lodowa, rukola, salata radicchio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY (ziemiaki, kapusta biała, kielbasa wp., marchew, seler, pietruszka, przecier pomidorowy) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN, SELER) RYŻ WIELOZIARNISTY GOTOWANY (ryż brazowy, ryż biały) 200 g 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 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 80 g (SOJA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 287,9 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 290,2 Sód [mg] 4 646,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 41,2	
	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 PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) MARMOLADA 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemiaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN, SELER) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g MARCHEWKA BABY 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 80 g (SOJA) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 192,9 Białko ogółem [g] 78,2 Tłuszcz [g] 57,6 Węglowodany ogółem [g] 359,7 Sód [mg] 3 073,8 Błonnik pokarmowy [g] 29 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,7 suma cukrów prostych [g] 77,6	
	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.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TOPIONY 50g 0,5 szt (MLEKO) SALATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (salata lodowa, rukola, salata radicchio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 60 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SALATA Z POMIDOREM (pomidor, salata, natka pietruszki, oliwa z oliwek) 100 g	ZUPA KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY (ziemiaki, kapusta biała, kielbasa wp., marchew, seler, pietruszka, przecier pomidorowy) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN, SELER) RYŻ WIELOZIARNISTY GOTOWANY (ryż brazowy, ryż biały) 200 g SURÓWKA COLESŁAW B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 80 g (SOJA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 235,1 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 96,6 Węglowodany ogółem [g] 263,4 Sód [mg] 5 065,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,5 suma cukrów prostych [g] 22
	Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) KIELKI 4 g ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SALATA Z POMIDOREM (pomidor, salata, natka pietruszki, oliwa z oliwek) 100 g	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemiaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 150 g (GLUTEN, SELER) RYŻ WIELOZIARNISTY GOTOWANY (ryż brazowy, ryż biały) 200 g SALATA Z MASŁANKĄ 50/50g 1 Por (MLEKO) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 80 g (SOJA) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt SZPINAK BABY 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 913,4 Białko ogółem [g] 79,9 Tłuszcz [g] 67 Węglowodany ogółem [g] 261,7 Sód [mg] 3 258,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,3 suma cukrów prostych [g] 20,3

2026-06-11 czwartek	Jan_cieta 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 PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) MARMOLADA 50 g KIELKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (piers z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g MARCHEWKA BABY 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA DEBOWA (wp.) 80 g (SOJA) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 211,6 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 57 Węglowodany ogółem [g] 360,4 Sód [mg] 3 077 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,7 suma cukrów prostych [g] 77,1	
	Jan_cieta bogatobiałkowa	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 PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) KIELKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS OWOCOWY 1 szt	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (piers z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g MARCHEWKA BABY 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 120 g (SOJA) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 100 g LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 323,8 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 71,3 Węglowodany ogółem [g] 341,1 Sód [mg] 3 835,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,2 suma cukrów prostych [g] 56,5
	Jan_plyna wzmożniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS OWOCOWY 1 szt	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmożniona (topatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, 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	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 962,5 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 93,2 Węglowodany ogółem [g] 200,9 Sód [mg] 599,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,4 suma cukrów prostych [g] 43,9
	Dieta papkowata	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (topatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmożniona (topatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, 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] 1 876,3 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 219,4 Sód [mg] 554,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,7 suma cukrów prostych [g] 43,5
2026-06-12 piątek	Jan_cieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JEĆZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jećzmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GORCZYCA) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g JABŁKO 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JEĆZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jećzmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka, jajka, mąka, bułka tarta) 80 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA KOPENHASKA (kap. biała, sał. lodowa, ogórek kiszony, marchew, cebula, natka pietruszki, jogurt nat., musztarda) 200 g (MLEKO, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 50 g (MLEKO) MIÓD 1 szt POMIDOR 60 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g	CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 100 g	Energia [kcal] 2 116,6 Białko ogółem [g] 89,3 Tłuszcz [g] 60,8 Węglowodany ogółem [g] 326,9 Sód [mg] 3 108,8 Błonnik pokarmowy [g] 48,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,1 suma cukrów prostych [g] 29,1	

Jan, dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA 2SZT. Z ZIELENIŃNĄ (jajka klasy M, zielona pietruszka) 2 szt (JAJA) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIŃIAKI 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) SER BIAŁY PÓŁTLUSTY 50 g (MLEKO) MUS VEGE 1 szt (GLUTEN) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 093,5 Białko ogółem [g] 78,5 Tłuszcz [g] 46,7 Węglowodany ogółem [g] 362,9 Sód [mg] 2 063,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,6 suma cukrów prostych [g] 89,5
Jan, dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczyptorek, majonez) 100 g (JAJA, GÓRCZYCA) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g	JABŁKO 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIŃIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SUROWKA KOPENHASKA (kap. biała, sał. lodowa, ogórek kiszony, marchew, cebula, natka pietruszki, jogurt nat., musztarda) 200 g (MLEKO, GÓRCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTLUSTY 80 g (MLEKO) POMIDOR 60 g KIELKI 2 g	CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 100 g	Energia [kcal] 2 034,4 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany ogółem [g] 291,2 Sód [mg] 2 924,2 Błonnik pokarmowy [g] 50,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,9 suma cukrów prostych [g] 20,1
Jan, cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczyptorek, majonez) 100 g (JAJA, GÓRCZYCA) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIŃIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kaliafor, 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) SER BIAŁY PÓŁTLUSTY 80 g (MLEKO) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g POMIDOR 60 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 1 989,4 Białko ogółem [g] 80,5 Tłuszcz [g] 59,4 Węglowodany ogółem [g] 305,7 Sód [mg] 1 741,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20 suma cukrów prostych [g] 44,4
Jan, dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POLEDWICA DROBNO Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (OZI, SELER, GÓRCZYCA) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIŃIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kaliafor, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SER BIAŁY PÓŁTLUSTY 80 g (MLEKO) MARCHEW GOTOWANA PŁASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 206,2 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 45,5 Węglowodany ogółem [g] 326,3 Sód [mg] 1 881,8 Błonnik pokarmowy [g] 33 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14,6 suma cukrów prostych [g] 65,5

2026-06-12, piątek	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 JAJECZNA ZE SZCZYPORIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 150 g (JAJA, GORCZYCA) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JABŁKO PARZONE 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 150 g (RYBA) ZIEMNIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kaliafor, 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) SER BIAŁY PÓLTLUSTY 80 g (MLEKO) MIÓD 1 szt SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 285,5 Białko ogółem [g] 110,6 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 309,6 Sód [mg] 2 033,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 53,1
	Jan_plyna wzmacniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKA (łopatka, kasza jęczmienna, woszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKA (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 859 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 82,8 Węglowodany ogółem [g] 208,1 Sód [mg] 1 321,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,9 suma cukrów prostych [g] 56
	Dieta papkawkata	PAPKA PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKA (łopatka, płatki jęczmienne, woszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKA wzmacniona (łopatka, kasza jęczmienna, woszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKA (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) 1 Por	Energia [kcal] 1 832,4 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 199,4 Sód [mg] 869,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24 suma cukrów prostych [g] 41,9
2026-06-13 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) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g POMIDOR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) STEK WP. Z CEBULKA PIĘCZONY (łopatka wp., cebula, mąka pszenna) 100 g (JAJA) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA b/cukru (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 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) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (MLEKO) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 206,5 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 71,4 Węglowodany ogółem [g] 321,3 Sód [mg] 3 209,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,8 suma cukrów prostych [g] 46,6
	Jan_dieta łatwostrawna	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 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 BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) 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 W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 140,4 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 50,9 Węglowodany ogółem [g] 343,8 Sód [mg] 3 497,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,7 suma cukrów prostych [g] 51,4

2026-06-13 sobota	Jan_dieta z ogr. latwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlna dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) POMIDOR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlna wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) STEK WP. Z CEBULKĄ PIECZONY (topatka wp., cebula, mąka pszenna) 100 g (JAJA) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (MLEKO) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 165 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 80,4 Węglowodany ogółem [g] 278 Sód [mg] 4 089,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,9 suma cukrów prostych [g] 30,1
	Jan_cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlna dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlna wieprzowa 30g, 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) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (topatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) 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 W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 958,2 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 52,1 Węglowodany ogółem [g] 297,6 Sód [mg] 3 854 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,2 suma cukrów prostych [g] 32,8
	Jan_dieta łatwostrawna 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 (wędlna dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) KIELKI 2 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 W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 g (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) 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 SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (GLUTEN, SOJA) JABŁKO PARZONE 1 szt SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 089,6 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 48,3 Węglowodany ogółem [g] 335,8 Sód [mg] 3 473,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,1 suma cukrów prostych [g] 51,2	
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z RYZEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlna dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlna wieprzowa 30g, 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) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (topatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, przecier pomidorowy) 150 g (GLUTEN, JAJA) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) 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 ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 100 g LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 298,4 Białko ogółem [g] 106,6 Tłuszcz [g] 61,2 Węglowodany ogółem [g] 342,7 Sód [mg] 4 005,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,5 suma cukrów prostych [g] 48,1

2026-06-13 sobota	Jan_plyna wzmozniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z RYZEM BIAŁYM (ryż, mleko) 500 ml (MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmozniona (topatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (topatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 946,5 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 214,1 Sód [mg] 600,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 58,6
	Dieta papkowata	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (topatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (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 ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmozniona (topatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	Energia [kcal] 1 839,9 Białko ogółem [g] 90,6 Tłuszcz [g] 81,2 Węglowodany ogółem [g] 212,7 Sód [mg] 555,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23 suma cukrów prostych [g] 35,8
2026-06-14 niedziela	Jan_dieta podstawowa	CHAŁKA 100G 0,2 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 100 g (MLEKO) KREM ORZECHOWO-KAKAOOWY 20G 1 szt (MLEKO) JABŁKO 1 szt KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		ROSÓL Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, 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 Z PIERSIĄ INDYCYZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 260,8 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 60,7 Węglowodany ogółem [g] 335,1 Sód [mg] 2 277,4 Błonnik pokarmowy [g] 28 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,7 suma cukrów prostych [g] 97,6
	Jan_dieta latwostrawna	CHAŁKA 100G 0,2 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 100 g (MLEKO) KREM ORZECHOWO-KAKAOOWY 20G 1 szt (MLEKO) JABŁKO PARZONE 1 szt KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 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) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCYZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) DZEM OWOCOWY 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 326,4 Białko ogółem [g] 91,8 Tłuszcz [g] 60,5 Węglowodany ogółem [g] 355,9 Sód [mg] 2 320 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,6 suma cukrów prostych [g] 108,7
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (GLUTEN, SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) POMIDOR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	ROSÓL Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCYZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 035,6 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 65,9 Węglowodany ogółem [g] 260,7 Sód [mg] 4 010,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,2 suma cukrów prostych [g] 32,4

2026-06-14 niedziela	Jan_cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PLĄT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (GLUTEN, SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (JAJA) JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCYZA (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 977,1 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 51,3 Węglowodany ogółem [g] 282,5 Sód [mg] 3 746,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,2 suma cukrów prostych [g] 38,9
	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PLĄT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (GLUTEN, SOJA) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt JABŁKO PARZONE 1 szt KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCYZA (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 009 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 48,4 Węglowodany ogółem [g] 301,6 Sód [mg] 3 397,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,4 suma cukrów prostych [g] 60,4
	Jan_dieta bogatobiałkowa	CHAŁKA 100G 0,2 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 100 g (MLEKO) KREM ORZECHOWO-KAKAOOWY 20G 1 szt (MLEKO) KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	MUS Z GRUSZKI 100 g	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g 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 Z PIERSIĄ INDYCYZA (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 371,8 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 66,9 Węglowodany ogółem [g] 340,1 Sód [mg] 2 481,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,3 suma cukrów prostych [g] 94
	Jan_płynna wzmocniona mleczna	PAPKA PŁATKI JEĆZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM (płatki ječzmienne, wloszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS Z GRUSZKI 100 g	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, wloszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, wloszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 015 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 92,3 Węglowodany ogółem [g] 238 Sód [mg] 913,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,5 suma cukrów prostych [g] 35,4
	Dieta papkowata	PAPKA PŁATKI JEĆZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM (płatki ječzmienne, wloszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt		PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, wloszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, wloszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA 1SZT. 1 szt	MUS Z GRUSZKI 150 g	Energia [kcal] 1 831,2 Białko ogółem [g] 65,1 Tłuszcz [g] 86,2 Węglowodany ogółem [g] 232,6 Sód [mg] 855,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,7 suma cukrów prostych [g] 17,8