

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2026-07-13 poniedziałek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) WIEPRZOWINA PÓ WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, przecier pomidorowy) 120 g (GLUTEN) KASZA GRYCZANA GOTOWANA 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda) 200 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 50 g (MLEKO) SAŁATKA ZE STRĄCZKOW (fasola czerwona, groszek zielony, ciemierzca, zielona pietruszka) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	Energia [kcal] 2 260,2 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 67,5 Węglowodany ogółem [g] 339,4 Sód [mg] 2 551 Błonnik pokarmowy [g] 41,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24 suma cukrów prostych [g] 37,3
	Jan_dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI B/ML (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka) 400 ml (GLUTEN, SELER) GULASZ DROBIOWO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (filet z kurczaka, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 150 g (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (MLEKO) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	Energia [kcal] 2 095,2 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 47,1 Węglowodany ogółem [g] 348,8 Sód [mg] 2 277,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,1 suma cukrów prostych [g] 51,8
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) WIEPRZOWINA PÓ WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, przecier pomidorowy) 150 g (GLUTEN) KASZA GRYCZANA GOTOWANA 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA b/cukru (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda,ksylitol) 200 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 50 g (MLEKO) SAŁATKA ZE STRĄCZKOW (fasola czerwona, groszek zielony, ciemierzca, zielona pietruszka) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 2 210,8 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 301,9 Sód [mg] 2 990,6 Błonnik pokarmowy [g] 45,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 21,4
	Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ DROBIOWO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (filet z kurczaka, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 100 g (MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 1 916,6 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 55,6 Węglowodany ogółem [g] 284,9 Sód [mg] 2 687,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 26,9

2026-07-13 poniedziałek	Jan_ciecia łatwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ DROBIOWO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (filet z kurczaka, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (MLEKO) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	Energia [kcal] 2 154,1 Białko ogółem [g] 92,2 Tłuszcz [g] 50,4 Węglowodany ogółem [g] 359,1 Sód [mg] 2 331,7 Błonnik pokarmowy [g] 34 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,4 suma cukrów prostych [g] 59,5
	Jan_ciecia bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ DROBIOWO-WARZYWNY KROJONY W KOSTKĘ (filet z kurczaka, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 150 g (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 300 Białko ogółem [g] 113,9 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 325,1 Sód [mg] 2 916 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 52,1
	Jan_płynna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ MANNA l (mleko 2%, kasza manna) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	PAPKA ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, wp, ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 014,3 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 92,6 Węglowodany ogółem [g] 219,7 Sód [mg] 716 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,5 suma cukrów prostych [g] 56,9
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) BIANKA PIERS GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI B/ML (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka) 400 ml (GLUTEN, SELER) MIESO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 250 g (GLUTEN) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 150 g SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 013,6 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 44,2 Węglowodany ogółem [g] 330,6 Sód [mg] 3 132,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,2 suma cukrów prostych [g] 47,8
	Dieta papkowata	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, wp, ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	Energia [kcal] 1 900 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 206 Sód [mg] 609,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,4 suma cukrów prostych [g] 44,7

2026-07-14 wtorek

Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA TWAROGOWO - RYBNA (ser biały, tuńczyk, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (SOJA, MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	ZUPA NEAPOLIŃSKA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, ser topiony, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA (marchew, jabłko, olej rzepakowy, cukier) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 378,4 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 91,1 Węglowodany ogółem [g] 307,9 Sód [mg] 3 286,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,8 suma cukrów prostych [g] 66,2	
Jan_dieta łatwostrawna	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 TWAROGOWO - RYBNA (ser biały, tuńczyk, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (SOJA, MLEKO) SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt BURAKI GOTOWANE PLASTRY 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 157,8 Białko ogółem [g] 84,3 Tłuszcz [g] 63,3 Węglowodany ogółem [g] 330,8 Sód [mg] 3 162,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,6 suma cukrów prostych [g] 77,2	
Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (SOJA, MLEKO) PASTA TWAROGOWO - RYBNA (ser biały, tuńczyk, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA B/CUKRU (marchew, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g HERBATA B/C 200 ml	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 243,6 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 297,1 Sód [mg] 2 761,3 Błonnik pokarmowy [g] 43 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 39,1
Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA TWAROGOWO - RYBNA (ser biały, tuńczyk, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (SOJA, MLEKO) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 040,7 Białko ogółem [g] 95,1 Tłuszcz [g] 66,2 Węglowodany ogółem [g] 284,2 Sód [mg] 2 940,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,6 suma cukrów prostych [g] 33,7

2026-07-14 wtorek	Jan_dieta łatwowstrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA BUDYNIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PASTA TWAROGOWO - RYBNA (ser biały, tuńczyk, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (SOJA, MLEKO) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bulka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) DZEM OWOCOWY 25g 1 szt BURAKI GOTOWANE PLASTRY 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 146 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 312,6 Sód [mg] 2 676,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,5 suma cukrów prostych [g] 74,2
	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 TWAROGOWO - RYBNA (ser biały, tuńczyk, zielona pietruszka) 80 g (RYBA, MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (SOJA, MLEKO) KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bulka tarta, przyprawy, olej) 120 g (GLUTEN, JAJA) SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PIECZKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (SOJA, SELER) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 80 g (MLEKO) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 257,4 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 71,3 Węglowodany ogółem [g] 312,5 Sód [mg] 2 652,8 Błonnik pokarmowy [g] 28 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,1 suma cukrów prostych [g] 65,4
	Jan_płynna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY BUDYNIOWEJ (mleko 2%, budyń waniliowy) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, kasza jęczmienna, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 918,9 Białko ogółem [g] 81,8 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 229,2 Sód [mg] 566,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,4 suma cukrów prostych [g] 83,3
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁEWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (OZI, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 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) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 2 238,7 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 38,6 Węglowodany ogółem [g] 315,2 Sód [mg] 2 431,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15,4 suma cukrów prostych [g] 44,7
	Dieta papkowata	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza kukurydziana, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza jęczmienna, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	Energia [kcal] 1 912,4 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 81,5 Węglowodany ogółem [g] 225,4 Sód [mg] 513,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,6 suma cukrów prostych [g] 42,2

2026-07-15 środa	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 80 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 30 g (SOJA, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, ogórki kiszzone, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) LENIWE GOTOWANE (kluski leniwe) 300 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) SOS TRUSKAWKOWY (truskawki, maślanka) 100 ml (MLEKO) JABŁKO (120g) 1 szt KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 80 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 306,2 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 84,1 Węglowodany ogółem [g] 300,9 Sód [mg] 3 597,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,9 suma cukrów prostych [g] 63,7
	Jan_dieta latwostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 30 g (SOJA, GORCZYCA) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 006,7 Białko ogółem [g] 89,3 Tłuszcz [g] 55,1 Węglowodany ogółem [g] 311,1 Sód [mg] 2 896,6 Błonnik pokarmowy [g] 29 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,1 suma cukrów prostych [g] 56,9
	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 (55g) 1 szt (JAJA) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 30 g (SOJA, GORCZYCA) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	POMARAŃCZA (150g) 1 szt	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, ogórki kiszzone, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) FILET Z PIERSI KURCZAKA PIECZONY 80 g SOS SEROWO - PAPRYKOWY (ser topiony, mleko, mąka pszenna, przyprawy) 80 g (GLUTEN, MLEKO) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z DWÓCH KAPUST B/CUKRU (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, chleb graham 30g, masło10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 2 212,9 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 76,2 Węglowodany ogółem [g] 302,3 Sód [mg] 4 280,5 Błonnik pokarmowy [g] 45,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,7 suma cukrów prostych [g] 24,1
	Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 2 [Por] x 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 30 g (SOJA, GORCZYCA) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE B/CUKRU (buraki, olej rzepakowy, ksylitol) 100 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 2 [Por] x 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, angelka 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 1 956,7 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 279,9 Sód [mg] 2 788,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 24,6

2026-07-15 środa	Jan_ciecia łatwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, angelka 30g, mix 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 1 988,2 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 49,5 Węglowodany ogółem [g] 315,9 Sód [mg] 3 104,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,5 suma cukrów prostych [g] 54,3
	Jan_ciecia bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) POLEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, szpinak, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 120 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 120 g (SOJA) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, angelka 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 184,3 Białko ogółem [g] 113,5 Tłuszcz [g] 59,2 Węglowodany ogółem [g] 323,7 Sód [mg] 3 569,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,3 suma cukrów prostych [g] 42,7
	Jan_płynna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA (250ml) 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 JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 938,9 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 88,2 Węglowodany ogółem [g] 214,2 Sód [mg] 581,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28 suma cukrów prostych [g] 46,2
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POLEDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlna dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (OZI, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	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) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 150 g	Energia [kcal] 2 301,2 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 41,3 Węglowodany ogółem [g] 325,1 Sód [mg] 2 613,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,2 suma cukrów prostych [g] 45,7
	Dieta papkowata	PAPKA PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, płatki owsiane, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 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 JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	Energia [kcal] 1 908,3 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 89,5 Węglowodany ogółem [g] 199,4 Sód [mg] 589,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,6 suma cukrów prostych [g] 41,6

2026-07-16 czwartek

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) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) POMIDOR 50 g NEKTARYNKA 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KREM BROKUŁOWY (brokuły, ziemniaki, pietruszka, śmietana) 400 ml SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS MUSZTARDOWY Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (musztarda, natka pietruszki, margaryna, mąka pszenna, cukier) 100 ml (GLUTEN, GORCZYCA) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g SUROWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ (kapusta pekińska, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, olej rzepakowy, cukier) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK ZE SZCZYPIONIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 80 g (MLEKO) SAŁATKA SZWEDZKA 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 279,8 Białko ogółem [g] 87 Tuszcz [g] 63,6 Węglowodany ogółem [g] 345,8 Sód [mg] 3 274,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 86,2
Jan_dieta łatwastrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 150 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka pietruszki) 120 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (MLEKO) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 80 g (MLEKO, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 342,4 Białko ogółem [g] 82,7 Tuszcz [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 370,8 Sód [mg] 2 413,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,6 suma cukrów prostych [g] 78,8
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) POMIDOR 50 g JABŁKO (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 100 g	ZUPA KREM BROKUŁOWY (brokuły, ziemniaki, pietruszka, śmietana) 400 ml SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS MUSZTARDOWY Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (musztarda, natka pietruszki, margaryna, mąka pszenna, cukier) 100 ml (GLUTEN, GORCZYCA) RYŻ WIELOZIARNYSTY GOTOWANY (ryż brazowy, ryż biały) 200 g SUROWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ B/CUKRU (kapusta pekińska, marchew, jabłko, natka pietruszki, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK ZE SZCZYPIONIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 80 g (MLEKO) SAŁATKA SZWEDZKA 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 067,6 Białko ogółem [g] 87,7 Tuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 278,8 Sód [mg] 3 469,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 32
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) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA KREM BROKUŁOWY (brokuły, ziemniaki, pietruszka, śmietana) 400 ml UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka pietruszki) 120 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g SAŁATA Z MASŁANKĄ 50/50g 1 Por (MLEKO) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK ZE SZCZYPIONIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 80 g (MLEKO) ROSZPONKA 5 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 976,1 Białko ogółem [g] 84,3 Tuszcz [g] 65,2 Węglowodany ogółem [g] 254,9 Sód [mg] 2 777,3 Błonnik pokarmowy [g] 17 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,3 suma cukrów prostych [g] 23,7

2026-07-16 czwartek

Jan_ciecia latwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g SAŁATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KREM BROKUŁOWY (brokuły, ziemniaki, pietruszka, śmietana) 400 ml UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK ZE SZCZYPIONIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 80 g (MLEKO) ROSZPONKA 5 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 259,4 Białko ogółem [g] 82,9 Tłuszcz [g] 56,9 Węglowodany ogółem [g] 349,4 Sód [mg] 2 547,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,9 suma cukrów prostych [g] 72
Jan_ciecia bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA ŁODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt MUS OWOCOWY (100g) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA KREM BROKUŁOWY (brokuły, ziemniaki, pietruszka, śmietana) 400 ml UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 150 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK ZE SZCZYPIONIEM (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, szczypiorek) 100 g (MLEKO) ROSZPONKA 5 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 301,5 Białko ogółem [g] 98,8 Tłuszcz [g] 73,3 Węglowodany ogółem [g] 300 Sód [mg] 2 763,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 47,9
Jan_płynna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 500 ml (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MLEKO UHT WANILIOWE 200ML 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 895,1 Białko ogółem [g] 83,8 Tłuszcz [g] 80,4 Węglowodany ogółem [g] 220,2 Sód [mg] 642 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,8 suma cukrów prostych [g] 83,8
Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 100 g (SOJA, MLEKO) HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA B/MLEKA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) MIESO MIELONE Z CWIARTKI Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA 1SZT. 1 szt	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.) 100 g (OZI, SELER, GORCZYCA) HERBATA 1SZT. 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 2 284,8 Białko ogółem [g] 87,3 Tłuszcz [g] 43,6 Węglowodany ogółem [g] 328,2 Sód [mg] 2 761,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,6 suma cukrów prostych [g] 42,6
Dieta papkowata	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza kukurydziana, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	Energia [kcal] 1 921,4 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 83,3 Węglowodany ogółem [g] 209,3 Sód [mg] 590 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,8 suma cukrów prostych [g] 46,8

2026-07-17 piątek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 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) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 60 g ARBUZ (150g) 150 g		ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka, jajka, mąka, bulka tarta) 80 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ DROBNO SIEKANA (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 80 g (MLEKO) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz., fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycy, ziel. pietruszka, olej rzepakowy) 50 g (GORCZYCA) SZPINAK BABY 2 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 249 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 79,6 Węglowodany ogółem [g] 310,1 Sód [mg] 2 707,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 37,4
	Jan_dieta łatwastrawna	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 GOTOWANE klasy M (1 szt - 55g) 2 szt (JAJA) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, skrobia) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (MLEKO) MARMOLADA 30 g MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 168,7 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 54,6 Węglowodany ogółem [g] 354,8 Sód [mg] 2 175,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 75,2
	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 SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GORCZYCA) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 60 g SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona, pietruszka, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (MLEKO) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz., fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycy, ziel. pietruszka, olej rzepakowy) 50 g (GORCZYCA)	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 183,4 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 302,8 Sód [mg] 2 488,7 Błonnik pokarmowy [g] 45,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 28,7
	Jan_cukrzypowa 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) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, angelka 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, skrobia) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (MLEKO) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 052,6 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 300,2 Sód [mg] 2 050,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,9 suma cukrów prostych [g] 30,1

2026-07-17 piątek	Jan_dieta łatwa 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 PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GÓRCZYCA) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g ARBUZ (150g) 150 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, skrobia) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (MLEKO) MARMOLADA 30 g MARCHEW GOTOWANA PŁASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 175,6 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 59,8 Węglowodany ogółem [g] 345,6 Sód [mg] 2 191,8 Błonnik pokarmowy [g] 33 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,3 suma cukrów prostych [g] 65,8
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (JAJA, GÓRCZYCA) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g ARBUZ (150g) 150 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 120 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE PO GRECKU (marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, skrobia) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (MLEKO) MARCHEW GOTOWANA PŁASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 338,8 Białko ogółem [g] 108,3 Tłuszcz [g] 77,8 Węglowodany ogółem [g] 327,3 Sód [mg] 2 368,4 Błonnik pokarmowy [g] 34 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,7 suma cukrów prostych [g] 55,3
	Jan_płynna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z ŁOPATKĄ wzmocnioną (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 953,6 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 86,7 Węglowodany ogółem [g] 220,7 Sód [mg] 946,3 Błonnik pokarmowy [g] 19,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,9 suma cukrów prostych [g] 44,3
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (SELER) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM PRZETARTE 250 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA DROBOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (OZI, SELER, GÓRCZYCA) MARCHEW GOTOWANA PŁASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 150 g	Energia [kcal] 2 376,1 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 48,5 Węglowodany ogółem [g] 335,9 Sód [mg] 2 635,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 48,4
	Dieta papkowata	PAPKA PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, płatki jęczmienne, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z ŁOPATKĄ wzmocnioną (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	Energia [kcal] 1 901,6 Białko ogółem [g] 99,9 Tłuszcz [g] 86,4 Węglowodany ogółem [g] 201,7 Sód [mg] 893,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 41,7

2026-07-18 sobota

Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 30 g SAŁATKA BROKUŁOWA Z SZYNKĄ I JAJKIEM (brokuł, szynka drobiowa, jajka, majonez) 50 g (JAJA, SOJA, GORCZYCA) ROSZPONKA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA PECZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 019,7 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 57,8 Węglowodany ogółem [g] 289,8 Sód [mg] 3 067,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,6 suma cukrów prostych [g] 44,7	
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) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA JECZMIENNA 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 DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (SOJA, MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 910,7 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 43,5 Węglowodany ogółem [g] 305,7 Sód [mg] 2 598,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,5 suma cukrów prostych [g] 50,1	
Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 30 g SAŁATKA BROKUŁOWA Z SZYNKĄ I JAJKIEM (brokuł, szynka drobiowa, jajka, majonez) 50 g (JAJA, SOJA, GORCZYCA) ROSZPONKA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, mix 10g) 1 Por (GLUTEN, SEZAM)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA PECZAK 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 b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 072,5 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 70,6 Węglowodany ogółem [g] 281 Sód [mg] 3 279,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,8 suma cukrów prostych [g] 20,4
Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 80 g SAŁATKA BROKUŁOWA Z SZYNKĄ I JAJKIEM (brokuł, szynka drobiowa, jajka, majonez) 50 g (JAJA, SOJA, GORCZYCA) ROSZPONKA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angelka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA JECZMIENNA 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 DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 002,1 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 60,2 Węglowodany ogółem [g] 277,1 Sód [mg] 3 627,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,5 suma cukrów prostych [g] 24,6

2026-07-18 sobota	Jan_ciecia latwostrawna z ogr. tłuszczy	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO, SELER) ROSZPONKA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (topatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, przecier pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) 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 TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 80 g (MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 931 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 43,7 Węglowodany ogółem [g] 310,9 Sód [mg] 2 361,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,3 suma cukrów prostych [g] 52,5
	Jan_ciecia bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g SALATKA BROKUŁOWA Z SZYNKĄ I JAJKIEM (brokuł, szynka drobiowa, jajka, majonez) 50 g (JAJA, SOJA, GORCZYCA) ROSZPONKA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angelka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (topatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, przecier pomidorowy) 2 [Por] x 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 30 g (SOJA, MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 243,5 Białko ogółem [g] 117,5 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 297,6 Sód [mg] 3 100,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,1 suma cukrów prostych [g] 35,6
	Jan_plyna wzmoocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmoocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmoocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 977 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 219,3 Sód [mg] 616,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,3 suma cukrów prostych [g] 66,4
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 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) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA B/MLEKA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) MIESO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 100 g (SOJA, MLEKO) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 2 048,6 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 37,9 Węglowodany ogółem [g] 344,3 Sód [mg] 3 435 Błonnik pokarmowy [g] 29 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15,7 suma cukrów prostych [g] 46,7
	Dieta papkowata	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	Energia [kcal] 1 942,3 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 81,6 Węglowodany ogółem [g] 231,3 Sód [mg] 555,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23 suma cukrów prostych [g] 44,6

2026-07-19 niedziela	Jan_dieta podstawowa	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 80 g (SOJA) JABŁKO (120g) 1 szt MIX SALAT Z POMIDOREM I SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, pomidor, olej rzepakowy, słonecznik) 80 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA (ogórek kiszony, cebula, musztarda) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 229,2 Białko ogółem [g] 74,3 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 305,5 Sód [mg] 4 249 Błonnik pokarmowy [g] 30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,9 suma cukrów prostych [g] 44,7
	Jan_dieta latwostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 80 g (SOJA) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt KETCHUP 20 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka pietruszki) 120 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY GOTOWANE (brokuł, marchewka baby, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 169,7 Białko ogółem [g] 74 Tłuszcz [g] 64,8 Węglowodany ogółem [g] 326,6 Sód [mg] 3 194,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,7 suma cukrów prostych [g] 50,7
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 80 g (SOJA) JABŁKO (120g) 1 szt MIX SALAT Z POMIDOREM I SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, pomidor, olej rzepakowy, słonecznik) 80 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SEZAM)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDA b/cukru (ogórek kiszony, cebula, musztarda, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 296,3 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 276 Sód [mg] 4 389,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,3 suma cukrów prostych [g] 22,5
	Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 80 g (SOJA) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (angielka 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, natka pietruszki) 120 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY GOTOWANE (brokuł, marchewka baby, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 137,1 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 75,7 Węglowodany ogółem [g] 280,9 Sód [mg] 3 135,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,7 suma cukrów prostych [g] 24,8

2026-07-19 niedziela	Jan_ciecia latwostrawna z ogr. tłuszczu	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (SOJA) KETCHUP 20 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 100 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY GOTOWANE (brokuł, marchewka baby, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO, SELER) MIOD 30 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 054,7 Białko ogółem [g] 73,2 Tłuszcz [g] 55,6 Węglowodany ogółem [g] 323,4 Sód [mg] 2 784,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,2 suma cukrów prostych [g] 51,9
	Jan_ciecia bogatobiałkowa	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 80 g (SOJA) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 2 [Por] x 120 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY GOTOWANE (brokuł, marchewka baby, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	CIASTO DROŻDŻOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 397,4 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 299,5 Sód [mg] 3 206,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,6 suma cukrów prostych [g] 43,2
	Jan_płynna wzmocniona mleczna	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS VEGE (100g) 1 szt (GLUTEN)	PAPKA KASZA MANNA NA WYW. JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM wzmocniona (ćwiartka z kur., włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, kasza kukurydziana, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 119,5 Białko ogółem [g] 105,2 Tłuszcz [g] 98,9 Węglowodany ogółem [g] 224,2 Sód [mg] 703,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,3 suma cukrów prostych [g] 45,8
	Dieta w biegunce	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) 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) MIĘSO MIELONE Z ĆWIARTKI Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 250 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 150 g	Energia [kcal] 2 108,2 Białko ogółem [g] 85,5 Tłuszcz [g] 49,8 Węglowodany ogółem [g] 356,4 Sód [mg] 3 563,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,1 suma cukrów prostych [g] 52,5
	Dieta papkowata	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, kasza kukurydziana, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS VEGE (100g) 1 szt (GLUTEN)	Energia [kcal] 1 917,3 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 89,5 Węglowodany ogółem [g] 209,3 Sód [mg] 642,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,3 suma cukrów prostych [g] 24,8

2026-07-20 poniedziałek

Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKA 50 g HERBATA (250ml) 1 szt		ZUPA FASOLKOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) WIEPRZOWINA PO MEKSYKAŃSKU (łopatka wp., fasola czerwona, kukurydza, papryka, cebula, przecier pomidorowy, skrobia, olej) 120 g (GLUTEN, GORCZYCA) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g SUROWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda) 200 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (SOJA) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 087,5 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 75,3 Węglowodany ogółem [g] 279 Sód [mg] 3 145,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,8 suma cukrów prostych [g] 28,1
Jan_dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KREM Z MARCHWI (marchew, ziemniaki, pietruszka, seler, kurkuma, cukier) 400 g (SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN)	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (SOJA) MUS VEGE (100g) 1 szt (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 967,6 Białko ogółem [g] 78 Tłuszcz [g] 52,4 Węglowodany ogółem [g] 314,1 Sód [mg] 2 537,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,4 suma cukrów prostych [g] 53,6
Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKA 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA FASOLKOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) WIEPRZOWINA PO MEKSYKAŃSKU (łopatka wp., fasola czerwona, kukurydza, papryka, cebula, przecier pomidorowy, skrobia, olej) 120 g (GLUTEN, GORCZYCA) RYŻ WIELOZIARNSTY GOTOWANY (ryż brązowy, ryż biały) 200 g SUROWKA WIELOWARZYWNA b/cukru (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda,ksylitol) 200 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT OWOCOWY b/cukru (mieszanka owoców, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (SOJA) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 106,9 Białko ogółem [g] 87,2 Tłuszcz [g] 79,4 Węglowodany ogółem [g] 276,2 Sód [mg] 3 443,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,8 suma cukrów prostych [g] 16,6
Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKA GOTOWANE klasy M (1 szt - 55g) 1 szt (JAJA) KIELKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA KREM Z MARCHWI (marchew, ziemniaki, pietruszka, seler, kurkuma, cukier) 400 g (SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (GLUTEN, SOJA) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g BUKIET WARZYN GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY b/cukru (mieszanka owoców, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 30 g (SOJA) RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt MUS VEGE (100g) 1 szt (GLUTEN)	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 902 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 256,2 Sód [mg] 2 803,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,4 suma cukrów prostych [g] 26,2

2026-07-20 poniedziałek

Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt KIELKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	ZUPA KREM Z MARCHWI (marchew, ziemniaki, pietruszka, seler, kurkuma, cukier) 400 g (SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) RUKOLA 4 g MUS VEGE (100g) 1 szt (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 911,2 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 52,2 Węglowodany ogółem [g] 294,1 Sód [mg] 2 807 Błonnik pokarmowy [g] 24,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,6 suma cukrów prostych [g] 54,8	
Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) KIELKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA KREM Z MARCHWI (marchew, ziemniaki, pietruszka, seler, kurkuma, cukier) 400 g (SELER) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g (GLUTEN, SOJA) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (SOJA) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g MUS VEGE (100g) 1 szt (GLUTEN)	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 275,5 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 77,7 Węglowodany ogółem [g] 305,5 Sód [mg] 3 087,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37 suma cukrów prostych [g] 47,9
Jan_płynna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ MANNA l (mleko 2%, kasza manna) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 900,8 Białko ogółem [g] 83,7 Tłuszcz [g] 85,6 Węglowodany ogółem [g] 212 Sód [mg] 574,8 Błonnik pokarmowy [g] 17,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 58,7
Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA B/MLEKA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	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) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 2 023,3 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 39,2 Węglowodany ogółem [g] 339,5 Sód [mg] 3 281,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,4 suma cukrów prostych [g] 42,9
Dieta papkowata	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	Energia [kcal] 1 897,9 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 82,5 Węglowodany ogółem [g] 212,2 Sód [mg] 539,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,3 suma cukrów prostych [g] 40,5

2026-07-21 wtorek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 400 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 50 g (RYBA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZIELONE MINESTRONE (cukinia, brokuł, fasolka szparagowa, ziemniaki, koperek, natka pietruszki) 400 ml KARCZEK PIECZONY W SOSIE WŁASNYM (karczek b/k wp., cebula, mąka pszenna, 80 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA (buraki, olej rzepakowy, cukier) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SALAMI (kielbasa wp-wol., drobno rozdrobniona, dojrzewająca, wędzona, parzona) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) KIELKI 2 g SAŁATA ŁÓDOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	BRZOSKWINIA 1 szt	Energia [kcal] 2 304,4 Białko ogółem [g] 80,2 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 313,9 Sód [mg] 3 232,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,2 suma cukrów prostych [g] 65,1
	Jan_dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 400 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZONY KOTLET DROBIOWY (mięso drobiowe mielone, jajka kl.M, przyprawy) 100 g (GLUTEN, JAJA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) KETCHUP 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 150 g	Energia [kcal] 2 184,5 Białko ogółem [g] 80,8 Tłuszcz [g] 45,9 Węglowodany ogółem [g] 345,4 Sód [mg] 2 366,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,1 suma cukrów prostych [g] 52,9
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 50 g (RYBA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	ZUPA ZIELONE MINESTRONE (cukinia, brokuł, fasolka szparagowa, ziemniaki, koperek, natka pietruszki) 400 ml KARCZEK PIECZONY W SOSIE WŁASNYM (karczek b/k wp., cebula, mąka pszenna, 80 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY KRAJANKA 50 g (MLEKO) KIELKI 2 g SAŁATA ŁÓDOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	Energia [kcal] 2 059,4 Białko ogółem [g] 77,1 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 275,5 Sód [mg] 2 278,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,9 suma cukrów prostych [g] 35,9
	Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 50 g (RYBA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	ZUPA ZIELONE MINESTRONE (cukinia, brokuł, fasolka szparagowa, ziemniaki, koperek, natka pietruszki) 400 ml PIECZONY KOTLET DROBIOWY (mięso drobiowe mielone, jajka kl.M, przyprawy) 100 g (GLUTEN, JAJA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY KRAJANKA 50 g (MLEKO) KIELKI 2 g SAŁATA ŁÓDOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 150 g	Energia [kcal] 1 930,1 Białko ogółem [g] 80,5 Tłuszcz [g] 47,8 Węglowodany ogółem [g] 274,1 Sód [mg] 2 389,5 Błonnik pokarmowy [g] 25 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,3 suma cukrów prostych [g] 36

2026-07-21 wtorek	Jan_dieta łatwastrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 400 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO, SELER) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY POŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) KIELKI 2 g SAŁATA ŁÓDOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 150 g	Energia [kcal] 2 153,7 Białko ogółem [g] 81,5 Tłuszcz [g] 48,3 Węglowodany ogółem [g] 337,4 Sód [mg] 2 220,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,2 suma cukrów prostych [g] 50,1
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 400 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morskizuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 50 g (RYBA) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	ZUPA KALAFIOROWO-BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, kalafior, ryż, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZONY KOTLET DROBIOWY (mięso drobiowe mielone, jajka kl.M, przyprawy) 150 g (GLUTEN, JAJA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (OZI, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY POŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) KIELKI 2 g SAŁATA ŁÓDOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	BRZOSKWINIA 1 szt	Energia [kcal] 2 329,7 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 53,9 Węglowodany ogółem [g] 317,1 Sód [mg] 2 221,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,4 suma cukrów prostych [g] 53,8
	Jan_płynna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 200 g	PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, makaron zacierka, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, makaron zacierka, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 908,7 Białko ogółem [g] 78,3 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 250,9 Sód [mg] 910,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 49,2
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kissiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA B/GLUT B/ML (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka) 400 ml (SELER) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (OZI, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 150 g	Energia [kcal] 2 373,5 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 47 Węglowodany ogółem [g] 335,2 Sód [mg] 2 509,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 45,7

2026-07-21 wtorek	Dieta papkowata	PAPKA PŁATKI JEĆMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, płatki jećmienne, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, makaron zacierka, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, makaron zacierka, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 200 g	Energia [kcal] 1 840,2 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 73,1 Węglowodany ogółem [g] 226,3 Sód [mg] 827,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,8 suma cukrów prostych [g] 26,1
2026-07-22 środa	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 80 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) SŁŮPKI WARZYW (ogórek zielony, papryka, seler naciowy) obrany warzywa 50 g SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SUROWKA COLESŁAW (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 80 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) PASTA Z CZERWONEJ FASOLI (fasola czerwona, olej rzepakowy, natka pietruszki) 50 g FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 048,1 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 61,3 Węglowodany ogółem [g] 300,8 Sód [mg] 3 057,1 Błonnik pokarmowy [g] 37,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,3 suma cukrów prostych [g] 50,9
	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) POŁEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JEĆMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEWKA GOTOWANA PLASTRY KARBOWANE (marchew, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 035,5 Białko ogółem [g] 83,8 Tłuszcz [g] 46,4 Węglowodany ogółem [g] 342,9 Sód [mg] 3 584,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22 suma cukrów prostych [g] 74,6
	Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) SŁŮPKI WARZYW (ogórek zielony, papryka, seler naciowy) obrany warzywa 50 g SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SEZAM)	ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (GLUTEN, SELER) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SUROWKA COLESŁAW B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 087,7 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 75,8 Węglowodany ogółem [g] 261,7 Sód [mg] 3 538,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,5 suma cukrów prostych [g] 20,3

2026-07-22 środa	Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (SOJA, GORCZYCA) SŁUPKI WARZYW (ogórek zielony, papryka, seler naciowy) obrany warzywa 50 g SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (angielka 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEWKA GOTOWANA PLASTRY KARBOWANE (marchew, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 036,6 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 281,9 Sód [mg] 3 467,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,5 suma cukrów prostych [g] 27,1
	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (SELER, GORCZYCA) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEWKA GOTOWANA PLASTRY KARBOWANE (marchew, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 30 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 952 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 38,5 Węglowodany ogółem [g] 333 Sód [mg] 3 123,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14,9 suma cukrów prostych [g] 64,8
	Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 100 g (SOJA, GORCZYCA) SALATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (angielka 30g, jajko 1szt.kl.M, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 120 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) MARCHEWKA GOTOWANA PLASTRY KARBOWANE (marchew, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 80 g (MLEKO) FILET ZAPIEKANY (dr.) 50 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt KIELKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 243,3 Białko ogółem [g] 110,8 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 322,1 Sód [mg] 4 076,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32 suma cukrów prostych [g] 57,6
	Jan_płynna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	PAPKA ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, buraki, ziemniaki, włoszczyzna, mąka) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIA CZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 927,3 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 85,1 Węglowodany ogółem [g] 218,7 Sód [mg] 942,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,6 suma cukrów prostych [g] 77,6

2026-07-22 środa	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 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) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA B/MLEKA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) MIĘSO MIELONE Z ŁOPATKI Z SOSEM 100 g (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 250 g (GLUTEN) MARCHEWKA GOTOWANA PLASTRY KARBOWANE (marchew, olej rzepakowy) 200 g HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 2 069 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 48,2 Węglowodany ogółem [g] 347,6 Sód [mg] 3 139,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,3 suma cukrów prostych [g] 44,4
	Dieta papkowata	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, buraki, ziemniaki, włoszczyzna, mąka) 500 ml (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	Energia [kcal] 1 893,1 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 83,5 Węglowodany ogółem [g] 204,4 Sód [mg] 624,1 Błonnik pokarmowy [g] 25 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24 suma cukrów prostych [g] 52,2
2026-07-23 czwartek	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) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) MIX SALAT Z POMIDOREM I SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, pomidor, olej rzepakowy, słonecznik) 80 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PAMPUCHY 4 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) SOS TRUSKAWKOWY (truskawki, maślanka) 100 ml (MLEKO) JABŁKO (120g) 1 szt KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 80 g OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚC SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 921,2 Białko ogółem [g] 73,7 Tłuszcz [g] 48,1 Węglowodany ogółem [g] 310,1 Sód [mg] 3 249,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,6 suma cukrów prostych [g] 57,2
	Jan_dieta latwostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) MIÓD 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) MLODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 195,1 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany ogółem [g] 332,4 Sód [mg] 2 798,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,2 suma cukrów prostych [g] 41,5

2026-07-23 czwartek

Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlna dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) MIX SAŁAT Z POMIDOREM I SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, pomidor, olej rzepakowy, słonecznik) 80 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlna drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z RZODKIEWKI BIAŁEJ B/CUKRU drobno tarta (rzodkiew biała, marchew, jogurt naturalny, ksylitol) 200 g (MLEKO) KOMPOT OWOCOWY b/cukru (mieszanka owoców, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 80 g OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 048,8 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 66,4 Węglowodany ogółem [g] 265,4 Sód [mg] 3 890,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,3 suma cukrów prostych [g] 17,5
Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlna dr. parzona) 50 g (SOJA, MLEKO) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (MLEKO) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 15 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlna drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g KALAFIOR GOTOWANY (kalafior, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY b/cukru (mieszanka owoców, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 2 [Por] x 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO, SELER) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 045,3 Białko ogółem [g] 80,3 Tłuszcz [g] 73,7 Węglowodany ogółem [g] 264,7 Sód [mg] 2 987,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34 suma cukrów prostych [g] 16
Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlna dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5g		ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 100 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g KALAFIOR GOTOWANY (kalafior, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO, SELER) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5g	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 949,7 Białko ogółem [g] 69,5 Tłuszcz [g] 58 Węglowodany ogółem [g] 292,4 Sód [mg] 2 317,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,8 suma cukrów prostych [g] 43
Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlna dr. parzona) 80 g (SOJA, MLEKO) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 15 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlna drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM (brokuł, marchewka, seler, pietruszka, ryż, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g KALAFIOR GOTOWANY (kalafior, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 80 g PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 232 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 265,8 Sód [mg] 3 564 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,9 suma cukrów prostych [g] 23,6

2026-07-23 czwartek	Jan_płynna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 500 ml (GLUTEN, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	PAPKA ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM Z ŁOPATKA (łopatka wp.,ryż, brokuł, włoszczyzna) 500 ml (SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 928,2 Białko ogółem [g] 83,1 Tłuszcz [g] 85,5 Węglowodany ogółem [g] 233,7 Sód [mg] 632,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,6 suma cukrów prostych [g] 55,3
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA B/MLEKA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) MIĘSO MIELONE Z CWIARTKI Z KURCZAKA Z SOSEM 120 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 2 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 150 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (OZI, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY B/CIUKRU (jabłka) 150 g	Energia [kcal] 2 064,9 Białko ogółem [g] 79,4 Tłuszcz [g] 46,2 Węglowodany ogółem [g] 274,8 Sód [mg] 2 445,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,3 suma cukrów prostych [g] 42,3
	Dieta papkowata	PAPKA PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, płatki owsiane, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM Z ŁOPATKA (łopatka wp.,ryż, brokuł, włoszczyzna) 500 ml (SELER) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	Energia [kcal] 1 873,4 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 85,7 Węglowodany ogółem [g] 215,1 Sód [mg] 592,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23 suma cukrów prostych [g] 38
2026-07-24 piątek	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIONIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (JAJA) PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CIUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka,jajka,mąka,bulka tarta) 80 g (GLUTEN, JAJA, RYBA) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona pietruszka) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 80 g (MLEKO) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CIUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 258,2 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 324,8 Sód [mg] 2 190,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 54,8
	Jan_dieta łatwostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA 2SZT. Z ZIELENINĄ (jajka klasy M, zielona pietruszka) 2 szt (JAJA) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CIUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) FILET Z DORSZA GOTOWANY (dorsz) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 80 g (MLEKO) KETCHUP 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CIUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 194,4 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 335,2 Sód [mg] 2 101,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 58

2026-07-24 piątek

Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. węg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIONIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (JAJA) PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) FILET Z DORSZA GOTOWANY (dorsz) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona, pietruszka, ksylitol) 200 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 80 g (MLEKO) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	Energia [kcal] 2 322,7 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 89,3 Węglowodany ogółem [g] 291,3 Sód [mg] 2 499,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,3 suma cukrów prostych [g] 25
Jan_cukrzykowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) JAJKA 2SZT. ZE SZCZYPIONIEM (jajka klasy M, szczypiorek) 2 szt (JAJA) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) FILET Z DORSZA GOTOWANY (dorsz) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, angelka 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 112,8 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 284,5 Sód [mg] 2 080,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 26,2
Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) FILET Z DORSZA GOTOWANY (dorsz) 80 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 80 g (MLEKO) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, angelka 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 197,4 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 55,3 Węglowodany ogółem [g] 336,6 Sód [mg] 2 623,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,2 suma cukrów prostych [g] 48,5
Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (SOJA) SALATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKA (marchew, seler, pietruszka, makaron nitka, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) FILET Z DORSZA GOTOWANY (dorsz) 150 g (RYBA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (GLUTEN, SELER) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 100 g (MLEKO) LIŚĆ SALATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	WAFELEK ŚMIETANKOWY (20g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 309,6 Białko ogółem [g] 121,3 Tłuszcz [g] 60,1 Węglowodany ogółem [g] 328,3 Sód [mg] 2 560,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,4 suma cukrów prostych [g] 51,5

2026-07-24 piątek	Jan_płynna wzmocniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 500 ml (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczy, kon. pomidorowy, mąka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK WIEJSKI (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 882,2 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 211,5 Sód [mg] 932 Błonnik pokarmowy [g] 18,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,7 suma cukrów prostych [g] 57,6
	Dieta w biegunce	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) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA MARCHWIOWA Z RYŻEM 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) MIESO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 120 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMIANKI Z WODY Z KOPERKIEM PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 100 g (SOJA, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	Energia [kcal] 2 012,5 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 45 Węglowodany ogółem [g] 313,3 Sód [mg] 3 685,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,9 suma cukrów prostych [g] 45,2
	Dieta papkowata	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza kukurydziana, włoszczyzna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczy, kon. pomidorowy, mąka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	Energia [kcal] 1 845,4 Białko ogółem [g] 89,4 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 215 Sód [mg] 515 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,3 suma cukrów prostych [g] 45,2
2026-07-25 sobota	Jan_dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER ŻOŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA (marchew, seler, olej rzepakowy) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 30 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 186,5 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 80,1 Węglowodany ogółem [g] 293,5 Sód [mg] 3 495,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,5 suma cukrów prostych [g] 43,8
	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 PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMIANKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 30 g (MLEKO) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 115,1 Białko ogółem [g] 86,5 Tłuszcz [g] 58,5 Węglowodany ogółem [g] 333,4 Sód [mg] 3 245,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,1 suma cukrów prostych [g] 61,8

2026-07-25 sobota

Jan_dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER ŻOŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 30 g (MLEKO) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) SUROWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA b/cukru (marchew, seler, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 30 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 161,5 Białko ogółem [g] 85,4 Tłuszcz [g] 85,6 Węglowodany ogółem [g] 279,3 Sód [mg] 3 859 Błonnik pokarmowy [g] 39,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,5 suma cukrów prostych [g] 23,6
Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) BURACZKI GOTOWANE B/CUKRU (buraki, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 30 g (MLEKO) KIEŁKI 4 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 044,1 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 63,6 Węglowodany ogółem [g] 305,4 Sód [mg] 3 531,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,6 suma cukrów prostych [g] 38,7
Jan_dieta 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 SZYNKA POŁEDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POŁEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 30 g (MLEKO) KIEŁKI 4 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 932,1 Białko ogółem [g] 86,6 Tłuszcz [g] 39,8 Węglowodany ogółem [g] 327 Sód [mg] 2 939,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,3 suma cukrów prostych [g] 57,8
Jan_dieta bogatobiałkowa	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO, SEZAM)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (GLUTEN) BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁEDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (SOJA, GORCZYCA) SER BIAŁY PÓLTŁUSTY 50 g (MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 5 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt KIEŁKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 194,2 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 315,7 Sód [mg] 3 398,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,1 suma cukrów prostych [g] 49,8

2026-07-25 sobota	Jan_plyna wzmochniona mleczna	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z RYŻEM BIAŁYM (ryż, mleko) 500 ml (MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CIUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmochniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 1 882,9 Białko ogółem [g] 84,1 Tłuszcz [g] 82,4 Węglowodany ogółem [g] 217,2 Sód [mg] 552,4 Błonnik pokarmowy [g] 16,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,6 suma cukrów prostych [g] 44,7
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA POŁĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI B/ML (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA Z SOSEM 120 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DROBIOWA LUKSUSOWA Z FILETA (wędlina dr. parzona) 100 g (SOJA, MLEKO) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY B/CIUKRU (jabłka) 150 g	Energia [kcal] 2 078,4 Białko ogółem [g] 104,4 Tłuszcz [g] 44,9 Węglowodany ogółem [g] 338 Sód [mg] 3 669,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,7 suma cukrów prostych [g] 50
	Dieta papkowata	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	Energia [kcal] 1 868,4 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 81,3 Węglowodany ogółem [g] 218,4 Sód [mg] 542 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,1 suma cukrów prostych [g] 40,4
2026-07-26 niedziela	Jan_dieta podstawowa	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 50 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA)		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) GYROS DROBIOWO - WIEPRZOWY (udziec z kurczaka, łopatka wp., marchew, papryka mroz., fasolka szp., przyprawy) 150 g MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY CZERWONEJ (kapusta czerwona, jabłko, olej rzepakowy, cukier, sok z cytryny) 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) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 137,3 Białko ogółem [g] 88,9 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 302,3 Sód [mg] 3 459,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3 suma cukrów prostych [g] 65,6
	Jan_dieta latwostrawna	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DEBOWA (wp.) 50 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) MUS JABŁKOWY B/CIUKRU (jabłka) 100 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) CUKIER 5 g	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	Energia [kcal] 2 173 Białko ogółem [g] 85,1 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 319,8 Sód [mg] 3 102,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,1 suma cukrów prostych [g] 66,4

2026-07-26 niedziela	Jan_dzieta z ogr. latwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY CZERWONEJ B/CUKRU (kapusta czerwona, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN, SEZAM) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDÓR 50 g SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 208,3 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 69,7 Węglowodany ogółem [g] 297,8 Sód [mg] 3 409 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,4 suma cukrów prostych [g] 49,1
	Jan_cukrzycowa lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY B/CUKRU (jabłka) 150 g	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK b/cukru (jabłka, ksylitol) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) POMIDÓR 50 g SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 114,9 Białko ogółem [g] 81,8 Tłuszcz [g] 59,6 Węglowodany ogółem [g] 317,8 Sód [mg] 3 026 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,7 suma cukrów prostych [g] 51,9
	Jan_dzieta latwostrawna z ogr. tłuszczu	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (SOJA) MIÓD 25g 1 szt LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 250,9 Białko ogółem [g] 78,7 Tłuszcz [g] 57,6 Węglowodany ogółem [g] 358,6 Sód [mg] 3 051,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,4 suma cukrów prostych [g] 77,7
	Jan_dzieta bogatobiałkowa	KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO) ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 60 g (SOJA) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (JAJA) LIŚC SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt	KEFIR (150g) 1 szt (MLEKO)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 2 [Por] x 120 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUŚTY CZERWONEJ (kapusta czerwona, jabłko, olej rzepakowy, cukier, sok z cytryny) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (MLEKO, SELER) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (MLEKO) RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	Energia [kcal] 2 429,4 Białko ogółem [g] 99,9 Tłuszcz [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 297,6 Sód [mg] 2 797 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 68,5

2026-07-26 niedziela	Jan_plyna wzmocniona mleczna	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CIUKRU 200ml 1 szt	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 1 929,7 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 91,5 Węglowodany ogółem [g] 200,2 Sód [mg] 633 Błonnik pokarmowy [g] 22,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26 suma cukrów prostych [g] 24,3	
	Dieta w biegunce	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) BIANKA PIERS GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) MIESO MIELONE Z ĆWIARTKI Z KURCZAKA Z SOSEM 100 g (GLUTEN) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ, (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (OZI, SELER, GORCZYCA) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (GLUTEN) MUS JABŁKOWY B/CIUKRU (jabłka) 150 g	Energia [kcal] 2 264,5 Białko ogółem [g] 87,8 Tłuszcz [g] 45,7 Węglowodany ogółem [g] 325,6 Sód [mg] 2 456,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,7 suma cukrów prostych [g] 49,8
	Dieta papkowata	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (GLUTEN, SELER) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	Energia [kcal] 1 887,3 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 87,5 Węglowodany ogółem [g] 204,4 Sód [mg] 577,2 Błonnik pokarmowy [g] 22 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,5 suma cukrów prostych [g] 45,8